

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)  
BIMBINGAN KLASIKAL  
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Belajar
C	Topik / Tema Layanan	Konsentrasi Belajar
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli mampu memahami cara meningkatkan konsentrasi belajar
F	Tujuan Khusus	1. Peserta didik/konseli mampu menganalisis Tips meningkatkan konsentrasi belajar 2. Peserta didik/konseli mampu mengaplikasikan konsentrasi belajar
G	Sasaran Layanan	Kelas 7
H	Materi	1) Pengertian konsentrasi belajar 2) Ciri-ciri siswa konsentarsi belajar 3) Ciri-ciri siswa tidak konsentarsi belajar 2) Tips meningkatkan konsentrasi belajar 3) Manfaat konsentrasi belajar
I	Waktu	2 Kali Pertemuan x 45 Menit
j	Sumber Materi	<a href="http://belajar-psikologi.com/tips-cara-meningkatkan-konsentrasi-belajar-anak">http://belajar psikologi.com/tips-cara meningkatkan konsentrasi belajar anak</a>
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	Power Point
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik

		(menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	a. Kegiatan peserta didik	1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video) 2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat 3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 4. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.
	b. Kegiatan Guru BK/Konselor	1. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat 3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok) 4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok) 5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas 6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik 7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan
	3. Tahap Penutup	1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</li> <li>2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan</li> <li>3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya</li> <li>4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK</li> </ol>
2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.</li> <li>2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting</li> <li>3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami</li> <li>4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti</li> </ol>

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa

**Air hangat, Januari 2022**

**Mengetahui**

**Plt Kepala Sekolah SMPN 1 Rao Selatan**

**Guru BK**

**ELLY WARNI MUCHTAR,S.Pd**  
**NIP.197011042007012004**

**MAYA SUSANTI,S.Pd**  
**NIP. 198404082009012003**

## Lampiran 1

### LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA SELAMA PROSES PEMBELAJARAN/PELAYANAN

Satuan Pendidikan : SMPN 1 Rao Selatan

Sasaran Layanan : Siswa Kelas VII

Pelaksana : Maya Susanti

Tanggal Pengamatan: Januari 2022

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai				Jumlah	Rata-rata	Nilai
		1	2	3	4			
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
dst.								

Keterangan:

Aspek 1 : Antusias dalam mengikuti layanan

2 : Partisipasi dalam mengikuti layanan

3 : Kesungguhan dalam mengikuti layanan

4 : Menghargai saran dan pendapat teman dalam mengikuti layanan

**Lampiran 2**

**LEMBAR KERJA SISWA**

Nama :  
Kelas :  
Hari/Tanggal :

1. Rumuskanlah pengertian konsentrasi dengan tepat ?

.....  
.....  
.....

2. Tuliskan 2 ciri-ciri siswa yang konsentrasi belajar?

.....  
.....  
.....

3. Tuliskan 2 ciri-ciri siswa tidak konsentrasi belajar?

.....  
.....  
.....  
.....

1. Tuliskan 2 tips meningkatkan konsentrasi belajar?

.....  
.....

.....  
.....

2. Tuliskan 2 mamfaat konsentrasi belajar?

.....  
.....  
.....  
.....

**Lampiran 3**

**FORMAT LAPORAN PENEMUAN LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
FORMAT KLASIKAL**

SATUAN PENDIDIKAN : SMPN 1 Rao Selatan

SASARAN LAYANAN : SISWA KELAS VII

PELAKSANA : MAYA SUSANTI,S.Pd

TANGGAL PELAKSANAAN : JANUARI 2022

KELOMPOK : .....

TOPIK BAHASAN : .....

NAMA KELOMPOK :

KESIMPULAN DISKUSI KELOMPOK

.....  
.....  
.....  
.....  
.....





## Lampiran 4 materi

### A. PENGERTIAN KONSENTRASI

Konsentrasi menurut Sardiman (2007: 40) dimaksudkan memusatkan Sege nap kekuatan perhatian pada suatu situasi belajar. Konsentrasi menurut Slameto (2003: 86) adalah pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan mengesampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Dalam belajar konsentrasi berarti pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan mengesampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran.

Dalam kehidupan sehari-hari tentu kita tidak terlepas dari berpikir dan konsentrasi. Terlebih saat melaksanakan kegiatan belajar mengajar dikelas, tidak jarang banyak siswa yang merasakan sulit untuk berkonsentrasi ketika guru menerangkan pelajaran didepan kelas. Konsentrasi di dalam kelas tentu sangat penting bagi siswa, apalagi untuk menunjang pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan oleh guru. Selain itu bonus dari berkonsentrasi penuh saat pembelajaran dikelas adalah nilai yang baik. Penyebab dari sulitnya siswa atau anak untuk berkonsentrasi saat belajar antara lain, kurang menyukai pelajaran yang tengah disampaikan, merasa ngantuk dikelas, melamunkan masalah yang sedang dialami, suasana dan kondisi lingkungan yang kurang kondusif, kondisi kesehatan jasmana, dan lain-lain.

### B. CIRI-CIRI SISWA YANG DAPAT BERKONSENTRASI DALAM BELAJAR

Ciri-ciri siswa yang dapat berkonsentrasi dalam belajar berkaitan dengan perilaku belajar yang meliputi perilaku kognitif, perilaku afektif, dan perilaku psikomotor. Engkoswara dalam Rusyan 1989:10 menjelaskan klasifikasi perilaku belajar yang dapat digunakan untuk mengetahui ciri-ciri siswa yang dapat berkonsentrasi belajar sbb:

1. Perilaku kognitif yaitu perilaku yang menyangkut masalah pengetahuan, informasi dan masalah kecakapan intelektual. Pada perilaku ini siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dari kesiapan pengetahuan yang dapat segera muncul bila diperlukan, komperhensif dalam menafsirkan informasi, mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.

2. Prilaku afektif yaitu prilaku yang berupa sikap dan apersepsi. Pada prilaku ini siswa yang memiliki konsentrasi belajar terlihat dengan adanya penerimaan. Yaitu tingkat perhatian tertentu, respon yang berupa keinginan untuk mereaksi bahan yang diajarkan, mengemukakan suatu pandangan, ide dan sikap seseorang.
3. Prilaku psikomotor yaitu prilaku siswa yang memiliki konsentrasi belajar yang dapat dilihat dengan adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru serta komunikasi non verbal seperti ekspresi muka dan gerakan-gerakan yang penuh arti.

### **C. CIRI-CIRI SISWA TIDAK KONSENTRASI DALAM BELAJAR.**

Beberapa ciri-ciri siswa yang mengalami masalah konsentrasi belajar adalah:

1. Tidak bisa memberikan perhatian yang penuh atau melaukukan kesalahan-kesalahan karena ceroboh dalam melaukan pekerjaan atau pelajaran sekolahnya.
2. Tampak tidak memperhatikan dan tidak menghormati orang lain ketika berbicara
3. Tidak bisa mengikuti petunjuk atau arahan yang diberikan kepadanya untuk melakukan sebuah pekerjaan dan tugas-tugas sekolah tetapi hal ini bukan dikarenakan ketidak mampuannya untuk memahami atau karena kenakalannya, melainkan disebabkan oleh ia tidak bisa memperhatikan petunjuk tersebut, melainkan pada hal-hal lainnya.
4. Menghindari, tidak menyenangi dan enggan mngerjakan tugas-tugas sekolah.
5. Mudah terusik oleh kegaduhan, objek yang bergerak atau rangsangan-rangsangan lainnya.

Dari beberapa ciri diatas dapat diketahui bahwa masalah konsentrasi belajar sering terjadi karena siswa tidak bisa memberi perhatian yang penuh saat proses belajar berlangsung, siswa cenderung beraktivitas sendiri tanpa aturan dan enggan mengerjakan tugas-tugas sekolah.

## **D. TIPS MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR**

### **1. Tidur Nyenyak Di Malam Hari**

Jika Anda ingin memiliki hari yang sukses, maka sangat penting bagi Anda untuk memastikan Anda tidur dengan nyenyak di malam hari. Jika Anda tidak tidur dengan baik di malam hari, maka konsentrasi Anda tidak akan berjalan dengan baik pada hari berikutnya.

### **2. Minum Banyak Air**

Jika Anda tidak minum cukup banyak air, otak Anda akan menjadi lesu. Oleh karena itu, sangat masuk akal jika Anda minum banyak air. Minum air akan membantu untuk meningkatkan konsentrasi Anda.

### **3. Tingkatkan Aktivitas Fisik Anda**

Jika Anda ingin meningkatkan konsentrasi, maka Anda harus mencoba untuk meningkatkan aktivitas fisik Anda. Olahraga secara teratur tidak hanya membantu penampilan fisik Anda tetapi juga meningkatkan konsentrasi Anda.

### **4. Cari Tahu Metode Belajar Yang Tepat**

Coba saja aktivitas tertentu yang menurut kamu dapat menunjang masuknya materi pelajaran ke dalam otak. misal sambil mendengarkan musik, sambil menyanyi, sambil keliling-keliling, sambil corat-corek kertas

### **5. Tempat yang tenang dan nyaman**

Hindari lokasi belajar yg berisik/mudah menghilangkan konsentrasi belajar kita. Bila perlu menyendirilah anda di kamar tanpa suara apapun. Beritahu orang-orang di rumah kalau anda sedang belajar dan mohon untuk tidak diganggu beberapa waktu demi masa depan yang cemerlang.

## **E. MANFAAT KONSENTRASI**

Berikut beberapa manfaat yang dapat dirasakan ketika kita dapat berkonsentrasi:

### **1. Meningkatkan Daya Ingat**

Konsentrasi akan membuat ingatan semakin tajam. Ketika kita terbiasa berkonsentrasi dalam suatu hal, secara tidak langsung kita sedang melatih daya ingat kita. Dikarenakan terus dilatih maka daya ingat tersebut semakin kuat.

### **2. Paham terhadap Materi pelajaran**

Manakala siswa mampu berkonsentrasi saat belajar dikelas, mampu memperhatikan penjelasan guru dengan baik maka stimulus atau materi yang disampaikan guru akan tersampaikan kepada siswa. Sehingga siswa dapat memahami materi pelajaran yang disampaikan.

### **3. Meningkatkan Prestasi Akademik**

Ketika siswa mampu berkonsentrasi dengan baik saat guru menerangkan atau saat kegiatan belajar mengajar dikelas, maka siswa dapat paham dan mengingat materi pelajaran. Sehingga saat ujian nantinya dapat mengerjakan dengan baik dan mendapatkan hasil yang memuaskan