

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 3 Warureja
Penyusun	: Panggih Cahyo Imami, S.Pd
Email	: cahyopanggih@gmail.com
Sasaran	: Kelas IX / semester genap
SKKPD / Tema	: Kematangan Intelektual
Sub Tema	: Kematangan Pemilihan Sekolah Lanjutan
Materi	: Mau apa setelah lulus SMP?
Bidang layanan	: Karir / Pribadi
Pembelajaran ke	: 1
Alokasi waktu	: 10 menit (Seleksi simulasi mengajar CGP)
Metode	: Ceramah, diskusi
Sumber Belajar	: Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMP-MTs kelas 9</i> , Yogyakarta: Paramitra Publishing. Supratiknya, 2016, <i>Komunikasi AntarPribadi Tinjauan Psikologi</i> . Yogyakarta: Kanisius.

A. Tujuan Layanan

1. Peserta didik/konseli menyadari pentingnya melanjutkan studi setelah lulus SMP
2. Peserta didik/konseli dapat mendiskusikan rencana pemilihan sekolah lanjutan
3. Peserta didik dapat menyusun rencana kelanjutan studi setelah lulus SMP

B. Kegiatan Layanan

1. Tahap Awal/Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> a. Pembentukan <i>rapport</i> <ul style="list-style-type: none"> - Membuka dengan salam - Menyapa peserta didik dengan hangat - Memimpin doa - Melakukan presensi - Menciptakan suasana kelas yang nyaman dan menghargai peserta didik - Menggunakan <i>gesture</i> yang luwes dan intonasi yang sesuai b. Ice Breaking “senam jari” c. Penyampaian topik dan tujuan yang akan dicapai dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan materi “Mau apa setelah lulus SMP?” d. Menyampaikan metode yang akan dilaksanakan dalam proses pembelajaran e. Menjelaskan langkah-langkah kegiatan dan tugas yang akan dilaksanakan
---------------------------	--

	f. Menanyakan kesiapan peserta didik untuk melaksanakan kegiatan
2. Tahap Inti	<p>Kegiatan peserta didik</p> <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik memperhatikan penjelasan dari guru Peserta didik membentuk kelompok yang beranggotakan 4 orang. Anggota kelompok berdiskusi sesuai materi. Beberapa perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusinya. <p>Kegiatan Guru BK</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru BK menjelaskan materi “Mau apa setelah lulus SMP?” Guru BK membagi peserta didik menjadi beberapakelompok yang beranggotakan 4 orang Guru BK menjelaskan aturan diskusi Guru BK mengamati proses diskusi dan presentasi Guru BK memberi penguatan Guru BK membuat catatan observasi
3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera berakhir Guru BK meminta peserta didik untuk menyimpulkan materi layanan Mengidentifikasi respon peserta didik mengenai perasaan tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan Mengajak peserta didik untuk menganalisis dan memikirkan makna dari pelaksanaan layanan Guru BK mengakhiri layanan dengan memberikan motivasi pada peserta didik

C. Penilaian Layanan

1. Proses	<p>Guru BK melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi saat pelaksanaan layanan.</p> <p><i>(instrumen terlampir)</i></p>
2. Hasil	<p>Guru BK melaksanakan evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal dengan menggunakan prinsip UCA <i>(undertanding, comfortable, and action)</i></p> <p><i>(isntrumen terlampir)</i></p>
3. Tindak Lanjut	<ol style="list-style-type: none"> Mengadakan bimbingan klasikal selanjutnya jika diperlukan. Memberikan layanan lanjutan kepada anggota yang memperoleh perhatian khusus dengan bimbingan atau

	konseling kelompok, dan konseling individu.
--	---

LEMBAR KERJA SISWA

1. Buatlah gambaran mengenai dirimu sendiri yang berisi kelebihan dan kekuranganmu, menurut diri sendiri dan menurut 3 teman kelompokmu.

Sumber data	Positif/Kelebihan	Negatif/kekurangan
Diri sendiri		
Teman kelompok 1		
Teman kelompok 2		
Teman kelompok 3		

2. Apa cita-citamu? Ceritakan secara singkat mengenai:
 - a. Lingkungan sehari-hari
 - b. Keinginan orangtua
 - c. Persaingan/kompetisi dengan orang lain
 - d. Tokoh yang diidolakan
 - e. Minat yang dimiliki
3. Buatlah tahapan dan target bertingkat untuk mencapai cita-citamu, dimulai dari setelah lulus SMP.

ANGKET EVALUASI HASIL

Nama Siswa / kelas :

Materi : Mau apa setelah lulus SMP?

Pernyataan di bawah ini berisi tentang hasil yang anda peroleh setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Bacalah dengan cermat setiap pertanyaan tersebut. Berikan jawaban dengan cara memberi tanda cek (√) pada salah satu jawaban yang paling sesuai.

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

CS : Cukup Sesuai

KS : Kurang Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Jawaban Anda bukanlah jawaban benar dan salah. Jawablah semua pernyataan secara sungguh – sungguh dan jujur sesuai diri Anda. Hasil dari instrumen ini tidak mempengaruhi nilai pelajaran Anda di sekolah, namun bermanfaat sebagai pertimbangan pemberian layanan berikutnya. Atas bantuan dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Aspek/Pernyataan		Skor				
		5	4	3	2	1
		SS	S	CS	KS	STS
Pemahaman Baru						
1	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai kelebihan diri saya					
2	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai kekurangan diri saya					
3	Saya mampu mendiskusikan tentang cita-cita yang dimiliki					
4	Saya dapat menyusun rencana studi setelah lulus SMP					
5	Saya dapat menyimpulkan mengenai manfaat dan kegunaan dari materi yang disampaikan					
Perasaan Positif						
6	Saya merasa senang karena dalam materi ini mengajarkan saling berbagi ide, gagasan, pendapat, dan pengalaman.					
7	Saya merasa dihargai dalam pelaksanaan layanan ini					
8	Saya merasa puas mengikuti layanan karena dilakukan dengan cara yang menyenangkan.					
9	Saya senang karena merasa materi yang disampaikan bermanfaat bagi kehidupan saat ini dan yang akan datang.					
10	Saya merasa lega karena merasa terbantu melalui layanan materi merencanakan masa depan					
Rencana Kegiatan Setelah Layanan						
11	Saya akan menerapkan pengetahuan yang saya dapat dari layanan ini sebagai dasar untuk bertindak dan berperilaku					
12	Saya akan melaksanakan hal-hal positif yang telah direncanakan dalam kehidupan sehari-hari.					

13.	Saya mengembangkan potensi yang saya miliki setelah mengikuti kegiatan ini.					
Jumlah skor						
Hasil						
Predikat						

$$\text{Penentuan Hasil} = \frac{\text{Jumlah skor}}{65} \times 100$$

Kriteria Hasil

Rentangan	Predikat	Kategori
74-100	A	Sangat Aktif
68-73	B	Aktif
52-67	C	Cukup Aktif
36-51	D	Kurang Aktif
20-35	E	Sangat Kurang Aktif

Tegal, _____
Peserta didik

MATERI LAYANAN

Apa cita-citamu?

Apa impianmu?

Kelak, kamu mau jadi apa?

Pertanyaan-pertanyaan di atas tentunya sering terdengar di telinga kita. Terkadang pertanyaan itu muncul dari orangtua, bapak/ibu guru, dan orang-orang di sekeliling kita. Entah itu mereka bertanya sebagai bentuk kepedulian atau sekedar penasaran saja. Apapun motifnya tentu pertanyaan ini membutuhkan jawaban. Terkadang kita mampu secara meyakinkan menjawab pertanyaan itu, tetapi seringkali kita masih bingung untuk menjawabnya karena belum tau apa jawabannya atau kita mampu menjawab tetapi jawabannya berubah meskipun hanya berbeda hari.

Mari kita ingat, saat masih SD apa jawabanmu ketika ditanya jika sudah besar mau jadi apa? Pasti saat itu dengan lantang, penuh semangat ada yang menjawab ingin jadi pilot, dokter, tentara, perawat, polisi, pemain sepak bola, guru, dan berbagai profesi lainnya yang sudah dikenal saat itu.

Lalu, jika pertanyaan yang sama diajukan sekarang, apakah jawabannya masih sama?

Pertanyaan tersebut kelihatannya sepele, tapi tak jarang membuat bingung dan tidak tau harus menjawab apa.

Merencanakan masa depan tentunya tak semudah membalikkan telapak tangan. Ada beberapa hal yang harus dilalui untuk mencapai hasil yang diharapkan.

1. Memahami diri

Ada sebuah peribahasa yang berbunyi *gajah di pelupuk mata tak tampak, semut di seberang lautan nampak* yang sering digunakan untuk introspeksi diri agar jangan hanya melihat kesalahan kecil dari orang lain sehingga mengalihkan kesalahan/kelemahan diri kita yang justru lebih besar. Lebih mudah melihat kelemahan orang lain tetapi sulit mengakui kelemahan diri sendiri.

Hal ini yang harus kita rubah, untuk merencanakan masa depan yang tepat maka langkah awal yang harus dilakukan adalah dengan memahami diri sendiri. Bagaimana caranya? Ingat lagi, apa yang dilakukan saat ingin mengetahui kabar temanmu yang sudah lama tidak bertemu? Tentunya hal yang paling banyak dilakukan adalah dengan menanyakan keadaannya saat ini. Sama seperti halnya menanyakan keadaan orang lain, sekarang saatnya menanyakan keadaan dirimu sendiri. Pernahkan meluangkan beberapa menit untuk sekedar bertanya pada dirimu sendiri? Bertanya tentang apa yang kamu inginkan, tentang hal-hal yang ingin kamu raih, tentang kelebihan dan kekuranganmu?

Dalam Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologi (Supratiknya, 2003) dijelaskan mengenai teori self disclosure yang artinya bahwa setiap orang dapat mengetahui dan tidak mengetahui tentang dirinya dan orang lain dan secara mendasar. Dari teori tersebut, untuk memahami diri maka setidaknya ada 4 hal yang harus dianalisa yaitu:

- a. Informasi tentang diri yang diketahui diri sendiri dan orang lain
- b. Informasi tentang diri yang hanya diketahui diri sendiri
- c. Informasi tentang diri yang orang lain ketahui tapi kita tidak ketahui
- d. Informasi tentang diri yang diri sendiri dan orang lain tidak sadari

Dalam melakukan analisa mengenai diri sendiri tentunya harus melibatkan orang lain, seperti: orang tua, guru, dan teman. Saat melakukan analisa diri, maka ada dua manfaat sekaligus yang dapat diperoleh yakni memahami diri sendiri dan memahami orang lain. Supratiknya, Komunikasi AntarPribadi Tinjauan Psikologi. (Yogyakarta: Kanisius, 2003)

2. Menentukan tujuan utama (cita-cita)

Setelah memahami tentang diri sendiri, langkah selanjutnya adalah menentukan tujuan utama. Saat ada pertanyaan: “ingin menjadi apa atau apa impianmu atau apa cita-citamu?”. Mayoritas menjawab ingin menjadi orang sukses, ingin masuk surga, dan ingin membahagiakan orang tua. Jawaban-jawaban tersebut adalah jawaban yang baik namun abstrak, jika masih abstrak lalu bagaimana meraihnya? Oleh karena itu, kalimat ingin menjadi orang sukses ataupun ingin membahagiakan orang tua harus diwujudkan dalam rencana yang konkret dan realistis, yakni dengan menerjemahkan kata sukses dalam bentuk yang dapat dicapai dan melalui hal yang bisa dilaksanakan.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, cita-cita merupakan keinginan yang selalu ada dalam pikiran. Karena selalu ada dalam pikiran, maka hal itu memacu munculnya keinginan untuk meraihnya. Cita-cita tidak selalu tetap dan ada kemungkinan untuk berubah, karena cita-cita dipengaruhi oleh:

- a. Lingkungan sehari-hari
- b. Keinginan orangtua
- c. Persaingan/kompetisi dengan orang lain
- d. Tokoh yang diidolakan
- e. Minat yang dimiliki

Jika cita-cita dapat berubah-ubah, apa manfaatnya memiliki cita-cita? Memiliki cita-cita akan menambah motivasi dalam belajar dan mengarahkan perilaku kehidupan sehari-hari dalam rangka mewujudkan cita-cita tersebut. Ibarat sebuah perjalanan, jika telah memiliki tempat yang dituju maka akan lebih jelas dalam mencari rute dan memilih cara yang terbaik untuk sampai tempat tujuan.

3. Membuat perencanaan tahapan berjangka

Setelah memiliki cita-cita, lalu apa yang harus dilakukan?

Cita-cita tersebut tentunya tidak diraih secara instan, harus melalui proses yang tidak mudah. Usaha meraih cita-cita harus dilakukan sejak saat ini melalui perencanaan yang matang. Oleh karena itu, perlu melakukan rencana bertahap dan berjangka waktu dimulai dari hal terkecil dan terdekat.

Misalnya, saya memiliki cita-cita menjadi seorang desainer interior ruangan yang profesional. Maka saya setelah lulus SMP akan mendaftar di SMK jurusan desain interior dan teknik furnitur. Setelah lulus dari SMK saya akan masuk perguruan tinggi yang memiliki program studi desain interior.

Dari ilustrasi di atas, maka dapat disusun tahapan yang harus dilaksanakan dan usaha yang perlu dilakukan pada tiap tahapnya. Tahap pertama, agar bisa diterima di SMK yang memiliki jurusan desain interior, apa yang harus dilakukan saat SMP. Tahap

kedua, agar dapat diterima di perguruan tinggi prodi desain interior, apa yang harus dilakukan selama belajar di SMK.

4. Buat rutinitas yang mendukung

Rencana dan target yang telah ditetapkan akan berhasil jika didukung usaha yang konsisten untuk mencapainya. Pada tahap ini, hal yang dilakukan dimulai dari kegiatan sehari-hari yang mendukung terwujudnya rencana yang telah ditetapkan. Misalnya, agar dapat diterima di SMK jurusan desain interior maka saat lulus SMP memiliki target nilai rata-rata 8,85. Mulailah menyusun rencana harian agar mampu mencapai nilai 8,85 pada tiap mata pelajaran, membuat jadwal belajar dan jadwal kegiatan lain yang mendukung untuk memperoleh nilai yang telah ditargetkan.

Setelah melakukan berbagai hal di atas, padukan usaha-usaha tersebut dengan do'a dan kesungguhan menjalankan ibadah sehari-hari. Usaha tanpa diiringi dengan do'a adalah sebuah kesombongan, sebaliknya jika hanya berdoa tanpa adanya kesungguhan dalam berusaha merupakan hal yang sia-sia.