

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)  
BIMBINGAN KONSELING**

Satuan Pendidikan : SMA Negeri 1 Beringin  
Kelas / Semester : XI / Ganjil  
Komponen : Layanan Dasar  
Tema : Kematangan Emosi  
Sub Tema : Mengelola Stress dan Cara Mengatasinya  
Strategi Layanan : Bimbingan Klasikal  
Aspek Perkembangan : Mencapai Kematangan Gambaran Sikap Tentang Kehidupan Mandiri Secara Emosional, Sosial, Intelektual dan Ekonomi  
Alokasi Waktu : 10 Menit

**A. Tujuan Layanan**

1. Peserta didik dapat memahami materi tentang stress.
2. Peserta didik dapat mendeskripsikan cara mengelola stress.
3. Peserta didik dapat mendeskripsikan cara mengatasi stress.
4. Peserta didik dapat menganalisis adanya stress pada diri sendiri.
5. Peserta didik dapat mengatasi sendiri stress yang terjadi pada kehidupannya sehari - hari.

**B. Proses Kegiatan Layanan**

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Tahap Awal / Pendahuluan</b>	1.Membuka pertemuan dengan memberikan salam /sapaan dengan penuh semangat kepada peserta didik dan dilanjutkan dengan berdoa. 2.Membina hubungan baik dengan peserta didik serta membuat suasana menjadi lebih semangat dengan ice breaking ( <a href="https://youtu.be/Wadz01GcZal">https://youtu.be/Wadz01GcZal</a> ) 3.Mengecek presensi 4.Mengaitkan materi hari ini dengan materi sebelumnya. 5.Menyampaikan tujuan layanan	3 menit
<b>Tahap Inti</b>	1.Guru BK menyampaikan slide power point yang berhubungan dengan materi layanan. 2.Peserta didik mengamati, mencermati materi yang disampaikan. 3.Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab, sekaligus menjelaskan materi. 4.Guru BK memberikan lembaran kerja di google form : <a href="https://forms.gle/GPyHVjnoufu4QCiH9">https://forms.gle/GPyHVjnoufu4QCiH9</a> dan dikumpulkan 5.Guru BK mengajak peserta didik untuk melakukan refleksi terhadap materi yang disampaikan.	5 menit
<b>Tahap Akhir / Penutup</b>	1.Guru BK mengajak peserta didik untuk menyimpulkan terkait materi layanan. 2.Guru BK menyampaikan rencana kegiatan yang akan datang. 3.Guru BK mengakhiri kegiatan layanan dengan mengucapkan salam.	2 menit

**C. Evaluasi**

1. Evaluasi Proses : Guru BK memperhatikan proses layanan serta melakukan refleksi dari kegiatan layanan klasikal tersebut dengan menggunakan lembar observasi dan merekam proses layanan klasikal (jika diperlukan)
2. Evaluasi Hasil : Peserta didik mengisi angket evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan klasikal, antara lain suasana yang dirasakan, pentingnya topik yang di bahas.

Beringin, 05 November 2021

Guru Bimbingan dan Konseling

Arya Novika Naulista Siregar, M. Pd  
NIP. 19701126 200502 2 002



Kepala SMA Negeri 1 Beringin

Arya Novika Naulista Siregar, M. Pd  
NIP. 19701126 200502 2 002