



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 28
 Jalan Mardani No. 17 Johar Baru Jakarta Pusat, Telp. (021) 4246165
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA PUSAT
 Kode Pos 10560

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL

IDENTITAS				
	Komponen Layanan	Layanan Dasar	Sasaran Layanan	Siswa Kelas VIII A s.d VIII G
	Bidang Layanan	Pribadi	Waktu Layanan	1 x 40 menit
	Topik Layanan	Mengenal jenis emosi dan cara mengelola emosi	Semester dan Tahun Pelajaran	Genap, 2021/2022
A	TUJUAN LAYANAN	Kematangan Emosi		
		Mengenal cara-cara mengekspresikan perasaan secara wajar	Memahami keragaman ekspresi perasaan diri dan perasaan orang lain	Mengekspresikan perasaan atas dasar pertimbangan kontekstual
		Siswa mampu mengenali jenis-jenis emosi baik emosi yang positif maupun negatif	Siswa mampu mengetahui dampak positif dan negatif dari sebuah ekspresi emosi	Siswa mampu mengembangkan cara-cara mengelola emosi yang baik yang sesuai dengan pertimbangan kondisi saat itu
B	KEGIATAN LAYANAN			
1	Tahap Awal / Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Pembacaan do'a yang dipimpin oleh ketua kelas. - Guru BK mengecek kehadiran melalui sekretaris kelas. - Guru BK mengucapkan salam dan mengkondisikan kesiapan siswa untuk belajar - Guru BK menginformasikan materi kegiatan hari ini beserta tujuan dan hasil yang diharapkan dari kegiatan pembelajaran - Guru BK mengajak siswa untuk tepuk semangat (Ice Breaking) 		
2	Tahap Inti Tahapan	<ul style="list-style-type: none"> - Guru BK membuka pertanyaan tentang apa itu emosi dan apa saja jenis-jenis emosi / perasaan yang mereka ketahui. - Guru BK menunjukan sebuah poster perasaan di papan tulis dan menanyakan bagaimana perasaan siswa saat ini dengan meminta perwakilan siswa untuk menunjukan gambar yang mewakili perasaannya saat ini. - Guru BK meminta beberapa siswa untuk menceritakan alasan tentang jenis emosi yang ia rasakan saat ini - Guru BK mengajukan sebuah pertanyaan tentang perlu tidaknya mengelola emosi dan alasannya. - Guru BK membuat sebuah permainan tentang tebak kartu emosi dengan cara Guru BK meminta siswa untuk menunjuk temannya yang akan diberikan tugas kemudian siswa yang ditunjuk akan memilih satu kartu emosi kemudian siswa tersebut diminta untuk membayangkan jika dia sedang merasakan emosi yang sesuai dengan kartu emosi yang ia dapatkan siswa diminta untuk menyebutkan cara yang akan dilakukannya agar dapat mengelola 		

		<p>emosinya tersebut agar tidak semakin buruk atau berubah menjadi buruk.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guru BK mempersilahkan siswa yang lain untuk menambahkan cara dalam mengelola emosi yang sudah disebutkan oleh temannya yang sudah maju ke depan. - Selanjutnya siswa yang sudah maju ke depan diminta untuk menunjuk salah satu temannya untuk menjawab kartu emosi selanjutnya. - Guru BK memberikan penguatan atas jawaban dan pendapat seluruh siswa kemudian mengajak siswa untuk memberikan tepuk hebat
3	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Guru BK bersama-sama dengan siswa membuat sebuah refleksi tentang materi hari ini. - Guru BK memberikan kesempatan siswa untuk bertanya dan memberikan ucapan terimakasih atas keaktifan siswa dalam kegiatan - Guru BK menutup kegiatan dengan membaca salam
C	EVALUASI / PENILAIAN LAYANAN	
1	Evaluasi Proses	Penilaian keaktifan siswa selama mengikuti kegiatan layanan Bimbingan Konseling (Terlampir)
2	Evaluasi Hasil	Penilaian hasil dari jawaban siswa tentang refleksi kegiatan hari ini (Terlampir)
D	TINDAK LANJUT	Guru BK membuka kesempatan untuk melaksanakan layanan konsultasi atau konseling individu bagi siswa yang masih ingin mendiskusikan seputar materi atau bagi yang memiliki masalah lainnya.

Mengetahui
Kepala SMPN 28 Jakarta

Jakarta, Januari 2022
Guru BK

UJANG SUPRIANA, M.Pd.
NIP. 196706281993031012

SITI UCU HABIBAH,S.Pd.
NIP. 198209222006042008

Lampiran : Lembar Penilaian Proses

**JURNAL PENILAIAN
LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL**

Kelas :
Tahun pelajaran :
Semester :
Materi Layanan BK :

No	Nama Siswa	Indikator Keaktifan Siswa		
		Bertanya	Mengajukan Pendapat / menjawab pertanyaan	Percaya diri tampil di depan kelas
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				

Lampiran : Lembar Penilaian Hasil

**LEMBAR EVALUASI HASIL LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama :
Kelas :
Materi Layanan BK :

No	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
1	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi yang disampaikan				
2	Saya memperoleh banyak pengetahuan dan Informasi dari materi yang disampaikan				
3	Saya menyadari pentingnya bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan.				
4	Saya meyakini diri akan lebih baik,apabila bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan.				
5	Saya dapat mengembangkan perilaku yang lebih positif setelah mendapatkan materi yang disampaikan.				
6	Saya dapat mengubah perilaku sehingga kehidupan saya menjadi lebih teratur dan bermakna				
	Total Skor =...				


Keterangan:

- 4 = Sangat Setuju
- 3 = Setuju
- 2 = Cukup
- 1 = Kurang Setuju

Lampiran

GAMES TEBAK KARTU EMOSI

No	Tugas	Keterangan Gambar
1	Bayangkan saat ini kamu sedang merasakan emosi bangga terhadap dirimu sendiri, berdasarkan pengalamanmu bagaimanakah cara kamu mengelola perasaan bangga tersebut agar tidak berubah menjadi sebuah perasaan sombong	 <p>Proud Bangga</p>
2	Bayangkan saat ini kamu sedang merasakan emosi marah. Berdasarkan pengalamanmu bagaimanakah cara kamu mengelola emosi marah agar menjadi lebih tenang	 <p>Angry Marah</p>
3	Bayangkan saat ini kamu sedang merasakan emosi sedih. Berdasarkan pengalamanmu bagaimanakah cara kamu mengelola perasaan sedih agar tidak menjadi kesedihan yang berlarut-larut	 <p>Sad Sedih</p>
4	Bayangkan saat ini kamu sedang merasakan emosi malu. Berdasarkan pengalamanmu bagaimanakah cara kamu mengelola perasaan malu agar menjadi tampil percaya diri	 <p>Shy Malu</p>
5	Bayangkan saat ini kamu sedang merasakan emosi kecewa. Berdasarkan pengalamanmu bagaimanakah	

	<p>cara kamu mengelola perasaan kecewa agar tidak menjadi perasaan sedih atau dendam</p>	
6	<p>Bayangkan saat ini kamu sedang merasakan emosi bosan. Berdasarkan pengalamanmu bagaimanakah cara kamu mengelola perasaan bosan agar menjadi kembali bersemangat</p> <p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	