

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KONSELING (RPLBK)
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**



Nama Satuan Pendidikan : SMK Islamic Centre Baiturrahman Semarang
Kelas / Semester : XI/Gasal
Komponen : Layanan Dasar
Topik Layanan : Menghindari Masalah Remaja saat Pandemi
Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Alokasi Waktu : 40 menit

A.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	Aspek Perkembangan : Kesadaran dan tanggungjawab sosial	Internalisasi Tujuan : Menampilkan diri melalui interaksi dalam usia remaja
B.	TUJUAN LAYANAN	<p>Tujuan Umum AK dapat berpendapat secara bebas, terbuka dan tidak menimbulkan konflik.</p> <p>Tujuan Khusus</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. AK mampu menelaah (C4) pengertian remaja 2. Ak mampu memperjelas tugas-tugas perkembangan remaja (A3) 3. Ak mampu menentukan (P5) cara mencegah terjadinya permasalahan remaja 	
C.	METODE, ALAT DAN MEDIA	<p>Metode : luring/ sosiodrama Alat dan Media : kertas warna, alat tulis, HP, Tripot</p>	
D.	PROSES PELAYANAN BIMBINGAN	<p>Tahap Awal/Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK dan AK saling mengucapkan salam dan menjawab salam 2. PK Menyapa AK Dengan Kalimat yang membangkitkan semangat 3. PK/AK Memimpin Doa sebelum memulai kegiatan 4. PK menyampaikan tujuan Bimbingan 5. PK memberikan kesempatan AK saling mengenal 6. PK menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan BKP 7. PK memberikan permainan/ice breaking 8. PK menjelaskan asas-asas di dalam BKP, tugas dan tanggungjawab AK 9. PK dan AK membuat kesepakatan waktu untuk layanan BKP <p>Tahap Transisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK menanyakan kesiapan para AK untuk melaksanakan tugas. 2. PK dan AK menyepakati beberapa hal terkait aturan atau etika selama proses pelaksanaan BKP 3. PK memulai masuk ke tahap inti/ diskusi. <p>Tahap Inti/Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK meminta AK untuk menyampaikan pengetahuan/pendapatnya tentang topik yang dibahas AK 2. PK menginformasikan kepada AK bahwa kelompok akan dibagi menjadi kelompok pemain dan kelompok observer. 3. PK membacakan garis besar cerita yang akan di perankan oleh AK dan sesuai dengan skenario, lalu 	

		<p>diberitahukan terkait tugas dari setiap pemegang peran</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. PK membagi kelompok menjadi 2 bagian, yaitu kelompok pemain dan kelompok observer. Penentuan ini bisa melalui penawaran, dan juga bisa ditunjuk oleh PK. 6. PK menjelaskan adegan demi adegan yang ada di dalam skenario, lalu kelompok pemain diberi waktu untuk mempelajari skenario selama beberapa saat. 7. PK menjelaskan kepada kelompok observer terkait tugas yang harus mereka lakukan dalam mengamati kelompok pemain. 8. PK memimpin melanjutkan diskusi setelah pelaksanaan sosiodrama. <p>Tahap Akhir/ Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK menanyakan pemahaman / pengalaman baru yang didapat AK setelah melakukan kegiatan BKP 2. PK menanyakan perasaan AK setelah kegiatan BKP 3. PK menanyakan langkah yang diambil AK 4. PK menjelaskan bahwa kegiatan kelompok akan diakhiri 5. PK merencanakan kegiatan tindak lanjut 6. PK mengucapkan terimakasih atas partisipasi AK 7. PK mengakhiri pertemuan dan ditutup dengan salam 8. PK dan AK menyanyikan lagu sayonara
E.	EVALUASI	<p>Evaluasi Proses PK melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi seperti:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengadakan refleksi 2. Keaktifan AK dalam BKP (aktif/kurang) 3. Antusias AK dalam BKP (baik/kurang) 4. Alokasi waktu BKP (sesuai/kurang) <p>Evaluasi Hasil Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. AK memiliki pengetahuan dan pemahaman baru 2. AK mengalami perubahan sikap 3. AK yakin akan kemampuan yang dimiliki 4. AK memiliki rencana kedepan
F.	CATATAN LAYANAN	<ol style="list-style-type: none"> a. Tindak lanjut bisa menggunakan BKP, KKP atau Konseling Individu. b. Guru BK selanjutnya membuat laporan pelaksanaan layanan klasikal yang telah dilakukan

Mengetahui:
Kepala Sekolah

Semarang, Juni 2020
Guru BK

Irham Latif Kurniawan, S.Kom
NIK. 05008

Nurjanah Hanif, S.Pd
NIK. 08009

**HAND OUT
BAHAN AJAR
BIMBINGAN KELOMPOK (LAYANAN DASAR)
SMK KELAS XI**



**BIMBINGAN DAN KONSELING
” Menghindari Permasalahan Remaja saat Pandemi”**

Di Susun Oleh:
Nurjanah hanif, S. Pd

MATERI LAYANAN BKP

Siapa Remaja itu ?

Remaja itu adalah suatu fase perkembangan yang dialami seseorang ketika memasuki usia 12 - 22 tahun. Membagi remaja menjadi tiga rentangan, yakni : Remaja Awal: 12 – 15 tahun; Remaja Madya: 15 – 18 tahun; Remaja Akhir: 19 – 22 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Hal ini sering membuat bingung baik oleh si remaja sendiri dan orang tua. Begitu juga, orang tua sering kali tidak tahu harus berbuat apa kepada anak remajanya yang sepertinya mulai nakal. Disinilah fungsi psikologi remaja, yaitu untuk memahami cara berpikir para remaja. (Mappiare, 1982)

Jadi remaja seringkali tidak mau dipanggil anak-anak, namun belum mau sutuhnya bertanggungjawab atas semua perilakunya.



Ciri-ciri atau Karakteristik Remaja

1. Perkembangan Fisik

Fase remaja adalah periode kehidupan manusia yang sangat strategis, penting dan berdampak luas bagi perkembangan berikutnya. Pada remaja awal, pertumbuhan fisiknya sangat pesat tetapi tidak proporsional, misalnya pada hidung, tangan, dan kaki. Pada remaja akhir, proporsi tubuh mencapai ukuran tubuh orang dewasa dalam semua bagiannya. Berkaitan dengan perkembangan fisik ini, perkembangan terpenting adalah aspek seksualitas ini dapat dipilah menjadi dua bagian, yakni :

a) Ciri-ciri Seks Primer

Remaja pria mengalami pertumbuhan pesat pada organ testis, pembuluh yang memproduksi sperma dan kelenjar prostat. Kematangan organ-organ seksualitas ini memungkinkan remaja pria, sekitar usia 14 – 15 tahun, mengalami “mimpi basah”, keluar sperma. Pada remaja wanita, terjadi pertumbuhan cepat pada organ rahim dan ovarium yang memproduksi ovum (sel telur) dan hormon untuk kehamilan. Akibatnya terjadilah siklus “*menarche*” (menstruasi pertama). Siklus awal menstruasi sering diiringi dengan sakit kepala, sakit pinggang, depresi, dan mudah tersinggung.

b) Ciri-ciri Seks Sekunder

Seksualitas sekunder pada remaja adalah pertumbuhan yang melengkapi kematangan individu sehingga tampak sebagai lelaki atau perempuan. Remaja pria mengalami pertumbuhan bulu-bulu pada kumis, jambang, janggut, tangan, kaki, ketiak, dan kelaminnya. Pada pria telah tumbuh jakun dan suara remaja pria berubah menjadi parau dan rendah. Kulit berubah menjadi kasar. Pada remaja wanita juga mengalami

pertumbuhan bulu-bulu secara lebih terbatas, yakni pada ketiak dan kelamin. Pertumbuhan juga terjadi pada kelenjar yang bakal memproduksi air susu di buah dada, serta pertumbuhan pada pinggul sehingga menjadi wanita dewasa secara proporsional.

2. Perkembangan Kognitif

Pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan pada usia 12 – 20 tahun secara fungsional, perkembangan kognitif (kemampuan berfikir) remaja dapat digambarkan sebagai berikut :

- 1) Secara intelektual remaja mulai dapat berfikir logis tentang gagasan abstrak.
- 2) Berfungsinya kegiatan kognitif tingkat tinggi yaitu membuat rencana, strategi, membuat keputusan-keputusan, serta memecahkan masalah
- 3) Sudah mampu menggunakan abstraksi-abstraksi, membedakan yang konkrit dengan yang abstrak
- 4) Munculnya kemampuan nalar secara ilmiah, belajar menguji hipotesis
- 5) Memikirkan masa depan, perencanaan, dan mengeksplorasi alternatif untuk mencapainya
- 6) Mulai menyadari proses berfikir efisien dan belajar berinstropeksi
- 7) Wawasan berfikirnya semakin meluas, bisa meliputi agama, keadilan, moralitas, dan identitas (jati diri)

3. Perkembangan Emosi

Remaja mengalami puncak emosionalitasnya, perkembangan emosi tingkat tinggi. Perkembangan emosi remaja awal menunjukkan sifat sensitif, reaktif yang kuat, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih, dan murung). Sedangkan remaja akhir sudah mulai mampu mengendalikannya. Remaja yang berkembang di lingkungan yang kurang kondusif, kematangan emosionalnya terhambat. Sehingga sering mengalami akibat negatif berupa tingkah laku “salah suai”, misalnya :

- 1) Agresif: melawan, keras kepala, berkelahi, suka mengganggu, dll
- 2) Lari dari kenyataan (*regresif*): suka melamun, pendiam, senang menyendiri, mengkonsumsi obat, minuman keras, atau obat terlarang

4. Perkembangan Moral

Remaja sudah mampu berperilaku yang tidak hanya mengejar kepuasan fisik saja, tetapi meningkat pada tatanan psikologis (rasa diterima, dihargai, dan penilaian positif dari orang lain).

5. Perkembangan Sosial

Remaja telah mengalami perkembangan kemampuan untuk memahami orang lain (*social cognition*) dan menjalin persahabatan. Remaja memilih teman yang memiliki sifat dan kualitas psikologis yang relatif sama dengan dirinya, misalnya sama hobi, minat, sikap, nilai-nilai, dan kepribadiannya. Perkembangan sikap yang cukup rawan pada remaja adalah sikap *comformity* yaitu kecenderungan untuk menyerah dan mengikuti bagaimana teman sebayanya berbuat. Misalnya dalam hal pendapat, pikiran, nilai-nilai, gaya hidup, kebiasaan, kegemaran, keinginan, dll

6. Perkembangan Kepribadian

Isu sentral pada remaja adalah masa berkembangnya identitas diri (jati diri) yang bakal menjadi dasar bagi masa dewasa. Remaja mulai sibuk dan heboh dengan problem “siapa saya?” (*Who am I ?*). Terkait dengan hal tersebut remaja juga risau mencari idola-idola dalam hidupnya yang dijadikan tokoh panutan dan kebanggaan.

7. Fase remaja tugas perkembangannya adalah :

1. Menerima keadaan fisik dengan segala kualitasnya
2. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan figur yang mempunyai otoritas
3. Mengembangkan keterampilan berkomunikasi antarpribadi dan belajar bergaul dengan orang lain/teman
4. Menemukan manusia model atau tokoh yang akan dijadikan identitas dirinya
5. Menerima dirinya sendiri dan yakin atas kemampuannya
6. Memperkuat kontrol diri dengan landasan nilai-nilai moral, prinsip-prinsip, dan falsafah hidup
7. Meninggalkan sifat kekanak-kanakan



Permasalahan Remaja

Karakteristik remaja yang sedang berproses untuk mencari identitas diri ini juga sering menimbulkan masalah pada diri remaja. Gunarsa (1989) merangkum beberapa karakteristik remaja yang dapat menimbulkan berbagai permasalahan pada diri remaja, yaitu:

1. Kecanggungan dalam pergaulan dan kekakuan dalam gerakan.
 2. Ketidakstabilan emosi.
 3. Adanya perasaan kosong akibat perombakan pandangan dan petunjuk hidup.
 4. Adanya sikap menentang dan menantang orang tua.
 5. Pertentangan di dalam dirinya sering menjadi pangkal penyebab pertentangan-pertentangan dengan orang tua.
 6. Kegelisahan karena banyak hal diinginkan tetapi remaja tidak sanggup memenuhi semuanya.
 7. Permasalahan Fisik dan Kesehatan
 8. Permasalahan Alkohol dan Obat-Obatan Terlarang
 9. Mempunyai banyak fantasi, khayalan, dan bualan.
 10. Kecenderungan membentuk kelompok dan kecenderungan kegiatan berkelompok.
- (Santrock, 2007)



Cara menghindari/mencegah permasalahan remaja saat pandemi

1. Pilihan teman yang berakhlak baik.
2. Lebih mendekatkan pada Allah, hindarkan diri dari pola perilaku yang melanggar norma agama .
3. Pada masa pandemi ini lebih aman dalam pengawasan orangtua.
4. Bertemanlah dengan yang memiliki semangat belajar yang tinggi.
5. Kembangkanlah sikap saling membantu, dan memberi saran, dalam kelompok anda.
6. Kembangkanlah sikap saling menghormati, dan menghargai diantara teman kelompok.
7. Jadikanlah sikap solidaritas semua diantara teman, seperti solidaritas terhadap teman yang melakukan tawuran.
8. Jadikanlah kelompok anda itu sebagai wahana untuk belajar bersama, seperti mendiskusikan pelajaran, tugas-tugas, atau pemecahan masalah-masalah yang dihadapi, baik oleh pribadi masing-masing, maupun oleh bersama.

Referensi:

Mappiare, Andi. *Psikologi Remaja*. 1982. Surabaya: Usaha Nasional

Santrock, John W. *Remaja Jilid 2 Edisi Kesebelas*. 2007. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama

<https://adalah.co.id/remaja/>

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

BIMBINGAN KELOMPOK



SMK ISLAMIC CENTRE BAITURRAHMAN SEMARANG

2020

NAMA :

KELAS :

NO PRESENSI :

Topik Layanan: Menghindari Masalah Remaja saat Pandemi

Silakan mengerjakan tugas dibawah ini sesuai dengan topik layanan bimbingan kelompok seperti yang telah kita praktikkan.

- Setelah mengikuti bimbingan kelompok, jawablah pertanyaan berikut ini:
1. Telaah dan kembangkan pengertian remaja berdasarkan pengetahuan kalian
Jawab.....
.....
 2. Analisis ciri-ciri/karakteristik remaja yang kamu ketahui
Jawab.....
.....
 3. Berdasarkan pengalaman pribadi tentukan 5 tugas perkembangan remaja
Jawab.....
.....
 4. Mampu menentukan 5 permasalahan remaja di masyarakat
Jawab.....
.....
 5. Silakan sebutkan 5 cara membiasakan diri agar mencegah permasalahan remaja saat pandemi
Jawab.....
.....

(Hasil boleh tulis tangan atau print, lalu upload di eclass.smkicbaiturrahmansmg.sch.id)



BIMBINGAN KELOMPOK

Topik Layanan: Menghindari Permasalahan Remaja Saat Pandemi



oleh

Nurjanah Hanif, S. Pd

Smk Islamic Centre Baiturrahman

Semarang

2020/2021

Siapa itu Remaja ?



Pentingnya layanan ini, yaitu:

Menelaah secara benar tentang remaja dan karakteristiknya

Mengajak siswa mempelajari tugas perkembangan remaja

Mengajak siswa menghindari permasalahan remaja saat pandemi

Remaja: suatu fase perkembangan yang dialami seseorang ketika memasuki usia 12 – 22 tahun.

**Remaja Awal: 12 – 15 tahun;
Remaja Madya: 15 – 18 tahun;
Remaja Akhir: 19 – 22 tahun.**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa



KARAKTERISTIK REMAJA

Perkembangan Fisik

Perkembangan Moral

Perkembangan Sosial

Perkembangan Kognitif

Perkembangan Emosi

Perkembangan
Kepribadian

Permasalahan Remaja



Cara Menghindari Permasalahan Remaja Saat Pandemi

**Dalam Pengawasan
Orang Tua**

**Memilih teman yang
berakhlak baik**

**Senantiasa
beribadah pd Allah
SWT**

Kembangkan sikap sosial

**Melatih kemandirian dan
tanggungjawab**

Terima
Kasih

The image features the Indonesian phrase "Terima Kasih" (Thank You) in a highly decorative, bubbly font. The word "Terima" is rendered in a gradient of green and yellow, while "Kasih" is in a vibrant pink. Each letter is outlined with a thick, shimmering border of small white dots, giving it a glittery appearance. Three stylized orange flowers with yellow centers are scattered around the text: one above the 'i' in "Terima", one to the right of "Terima", and one to the left of "Kasih". A small watermark "GLITTERSDREAM.COM" is visible at the bottom right of the word "Kasih".

GLITTERSDREAM.COM

**EVALUASI PROSES
PEDOMAN OBSERVASI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

A. Identitas

1. Kelas : XI
2. Topik layanan : Menghindari Masalah Remaja saat Pandemi
3. Tanggal layanan : 8 September 2020

B. Bentuk Pengisian

Berilah tanda centang (\checkmark) pada kolom pilihan dibawah ini sesuai dengan apa yang terjadi selama proses layanan bimbingan kelompok:

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Siswa menunjukkan kesungguhan dan kesukarelaan saat proses layanan BKP				
2.	Siswa menyampaikan pendapat/ide terkait materi layanan BKP				
3.	Siswa menunjukkan keaktifan dalam proses layanan BKP				
4.	Siswa mampu berempati terhadap anggota lain saat layanan BKP				
5.	Siswa menunjukkan kerjasama yang baik selama proses layanan BKP				
6.	Siswa mampu menghargai pendapat anggota kelompok lain				
7.	Kesesuaian pelaksanaan layanan dengan RPLBK				
8.	Alokasi waktu sesuai dengan RPLBK				
9.	Layanan BKP terlaksana dengan menyenangkan				

Skor 4 : Sangat baik

Skor 3 : Baik

Skor 2 : Cukup baik

Skor 1 : Kurang baik

Keterangan :

Skor minimal yang dicapai adalah $1 \times 9 = 9$, dan skor tertinggi adalah $4 \times 9 = 36$

Kategori hasil :

- a. Sangat baik = 28 - 36
- b. Baik = 19 - 27
- c. Cukup = 10 - 18
- d. Kurang = ... - 9

Semarang,
Observer

.....

**EVALUASI HASIL
ANGKET LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

A. Identitas

1. Nama Lengkap :
2. Kelas/ No Absen :
3. Topik layanan : Menghindari Permasalahan Remaja saat Pandemi
4. Tanggal layanan : 8 September 2020

B. Bentuk Pengisian

1. Pengenalan

- a. Analisislah materi layanan tentang menghindari permasalahan remaja saat pandemi.
- b. Ceritakan cara memahami karakteristik remaja dan permasalahan remaja.

2. Akomodasi

Berilah tanda centang (\surd) pada kolom pilihan dibawah ini sesuai dengan apa yang terjadi selama proses layanan bimbingan kelompok:

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	5
Kognitif/pemahaman siswa					
1.	Saya mampu menganalisis materi menghindari permasalahan remaja saat pandemi				
2.	Siswa memperoleh pengetahuan baru tentang remaja dan permasalahannya				
3.	Saya memahami tujuan diadakannya bimbingan kelompok				
4.	Saya mampu mengeluarkan pendapat secara sukarela.				
5.	Saya ikut berpesan aktif selama layanan bimbingan kelompok				
Afeksi/Perasaan siswa					
6.	Saya merasa senang bisa mengikuti layanan bimbingan kelompok				
7.	Saya mampu berempati terhadap anggota kelompok lain saat melakukan sosiodrama				
8.	Saya merasa diterima dengan baik oleh anggota kelompok yang lain				
9.	Saya merasa bahagia karena bisa mengenal anggota kelompok lainnya				
10.	Saya merasa senang dengan kegiatan yang diselingi dengan ice breaking				
Psikomotor/rencana siswa setelah layanan					
11.	Saya menyadari pentingnya menghindari masalah remaja saat pandemi				
12.	Saya dapat mengembangkan perilaku menghindari permasalahan remaja saat pandemi				
13.	Saya dapat menerapkan langkah menghindari permasalahan remaja saat pandemi dalam				

	kehidupan sehari-hari				
14.	Saya dapat mewujudkan kegiatan menghindari permasalahan remaja secara mandiri				

Skor 4 : Sangat baik

Skor 3 : Baik

Skor 2 : Cukup baik

Skor 1 : Kurang baik

Keterangan :

Skor minimal yang dicapai adalah $1 \times 14 = 14$, dan skor tertinggi adalah $4 \times 14 = 56$

Kategori hasil :

- a. Sangat baik = 43 - 56
- b. Baik = 29 - 42
- c. Cukup = 15 - 28
- d. Kurang = ... - 14

3. Tindakan

Ceritakan cara kalian menghindari permasalahan remaja saat pandemi!

Siswa/konseli

.....