

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Topik permasalahan : Rendah diri  
 Spesifikasi judul : Mengatasi rendah diri  
 Kompetensi : Mampu mengatasi rasa rendah diri  
 Jenis Layanan : Layanan Informasi  
 Fungsi Layanan : Pemahaman dan pengembangan  
 Bidang Bimbingan : Pribadi sosial  
 Tujuan : Siswa diharapkan dapat :

1. Mengetahui ciri-ciri rendah diri
2. Mengenal kelebihan dan kekurangan diri
3. Mengatasi rasa rendah diri

### Uraian proses kegiatan bimbingan

No	Kegiatan Bimbingan	Waktu	Keterangan
1	Pendahuluan - Apersepsi - Guru mengabsensi siswa - Guru memotivasi siswa dalam kesiapan Menerima bimbingan	10 menit	
2	Kegiatan inti - Guru menjelaskan materi Bimbingan - Guru mengadakan Tanya jawab - Guru meminta siswa untuk merepleksikan Materi yang disampaikan	20 menit	
3	Kegiatan penutup - Guru menyimpulkan materi Bimbingan - Guru memberikan evaluasi	15 menit	

Uraian kegiatan : Strategi penyajian menggunakan metode Diskusi

Materi Layanan :

Pengertian rendah diri ; adalah perasaan menganggap terlalu rendah pada diri sendiri  
 Sebab-sebab timbulnya rasa rendah diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal  
 Ciri-ciri rendah diri ;

1. Selalu menyendiri
2. Ragu dalam bertindak
3. Tidak mau bersaing positif

Mengatasi rendah diri ;

1. Menerima kekurangan dengan lapang dada
2. Carilah kelebihan yang dimiliki
3. Bersyukur Tuhan telah menciptakan manusia mahluk

Yang paling sempurna

Sumber : Modul BK PT Gramedia Indonesia, JKT 2004

Metode Layanan : Ceramah dan diskusi

Tempat : Ruang kelas

Waktu : 1 x 45 menit

Kelas : VIII

Semester : Ganjil

Penyelenggara Layanan : Guru Pembimbing

Pihak lain yang disertakan : Koordinator BK

Media/alat Bantu bimbingan : Gambar

Prosedur Evaluasi : Pengisian angket

Jenis Evaluasi : Angket tertutup

Teknik evaluasi : Pengumpulan data melalui jawaban angket

Rencana penilaian dan tindak lanjut : Melaksanakan bimbingan pribadi dan konseling Individu dari hasil analisis jawaban angket

Catatan khusus : .....  
 Singkawang, 8 November 2021  
 Guru pembimbing

ARIF SOBARI, S.P.d  
 NIP 197303032005021

INSTRUMEN PENILAIAN HASIL LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Nama Siswa :  
 Kelas :  
 Topik : Rendah diri

NO	Aspek/ Pernyataan	Skor			
		0	1	2	3
A	Pemahaman Baru				
	1. Melalui Layanan Ini membuat saya memahami pengertian dari Materi yang telah disampaikan				
	2. Melalui Layanan ini saya memahami pentingnya mengatasi Perasaan rendah diri				
	3. Melalui Layanan ini saya mengetahui yang harus saya lakukan				
B	Perasaan Positif				
	1. Setelah mengikuti Layanan ini saya merasa senang karena di Lakukan dengan cara menyenangkan				
	2. Saya senang mengikuti layanan ini karena saya merasa sangat dihargai				
C	Rencana Kegiatan pasca Layanan				
	1. Setelah mengikuti kegiatan ini saya akan memperbaiki Kelemahan saya dan mengembangkan kelebihan yang saya miliki				
	Jumlah Skor				
	Kriteria Hasil				

Skor  
 0 = Tidak      1 = Kurang      2 = Cukup      3 = Sangat

Kriteria Hasil  
 10 - 18 = Sangat Baik  
 5 - 9 = Baik  
 0 - 4 = Kurang Baik ( Diberikan Konseling Individu )

Catatan : .....

