

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SMP NEGERI 2 SELOPAMPANG
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Bimbingan Pribadi
C	Fungsi Layanan	Pemahaman
D	Tujuan umum Tujuan khusus	1. Persiapan menghadapi Ujian 1. Memahami pengertian Ujian 2. Merancang persiapan menghadapi ujian 3. Mampu menyiapkan ujian dengan baik
E	Topik	Pemahaman Diri
F	Sasaran Layanan	Peserta didik Kelas IX A (9orang)
G	Materi	1. Memahami pengertian Ujian 2. Merancang persiapan menghadapi ujian 3. Mampu menyiapkan ujian dengan baik
H	Metode dan Teknik	Metode Diskusi kelompok dan teknik <i>Self Instruction</i>
I	Waktu	2 x 40 menit
J	Media / Alat	-Papan tulis, spidol
K	Tanggal Pelaksanaan	18 Oktober 2019
L	Sumber Bacaan	- Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMP-MTs kelas 9</i> , Yogyakarta, Paramitra Publishing - https://lifestyle.kompas.com/read diakses 14 oktober 2019 - https://hai.grid.id/read diakses 14 Oktober 2109
M	Uraian Kegiatan	

	1. Tahap Awal	
		<ol style="list-style-type: none"> 1) Pemimpin kelompok memberi salam dan menyapa anggota kelompok dengan ramah. (religius) 2) Menunjukkan penerimaan dan menyampaikan terima kasih atas kehadiran segenap anggota kelompok 3) Pemimpin kelompok memimpin doa, atau memberi kesempatan pada anggota kelompok untuk memimpin doa mengawali kegiatan. (religius) 4) Pemimpin kelompok menyampaikan maksud dan tujuan dilaksanakannya Bimbingan kelompok 5) Menjelaskan proses pelaksanaan Bimbingan Kelompok dan peran Pemimpin kelompok maupun anggota kelompok 6) Menjelaskan asas- asas bimbingan kelompok (kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kenormatifan) 7) Perkenalan dilanjutkan dengan permainan (membangun dinamika kelompok)
	2. Tahap Peralihan (Transisi)	
		<ol style="list-style-type: none"> 1) Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara ringkas kegiatan yang akan dilaksanakan dalam Bimbingan kelompok 2) Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap inti/kerja. 3) Mengenali suasana kesiapan kelompok dan mengatasinya bila diperlukan. 4) Mendorong Anggota untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan Bimbingan Kelompok
	3. Tahap Inti / Kegiatan dengan menggunakan metode Self Instruction	
	<p>Attending</p> <p>a. Identifikasi</p> <p>Re s p o n d i n g</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan kesempatan pada peserta didik/konseli untuk mengidentifikasi keyakinan dirinya yang negatif 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok membuat topik Bimbingan Kelompok yaitu persiapan menghadapi ujian dengan metode Self Instruction 2. PK menyampaikan garis besar tpik yg dibahas 3. PK memberi kesempatan untuk mendiskusikan materi persiapan menghadapi ujian <p>Melakukan identifikasi keyakinan diri negatif</p>

	<p>b. Positif self talk Per s o n a l i z i n g</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melatihkan peserta didik/konseli untuk melakukan <i>positive self-talk</i> untuk melawan pernyataan negatif terhadap diri sendiri • Menyadarkan peserta didik/konseli pentingnya perubahan perilaku untuk mengubah penilaian-diri <p><u>c. Self Instruction</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperkenalkan teknik <i>self-instruction</i> • Merancang self-instruction untuk membantu perubahan perilaku • Melatih peserta didik melakukan salah satu atau beberapa strategi kognitif menerapkan metode <i>self-instruction</i> 	<p>Melatihkan diri dengan konsep <i>facts vs opinion</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memilah-milah daftar perlakuan lingkungan dan penilaian diri ke dalam kelompok fakta dan kelompok opini • Mengevaluasi daftar fakta dan daftar opini yang dibuatnya • Membuat susunan <i>positive self-statement</i> • Berlatih melakukan <i>positive self-talk</i> dengan cara membaca saksama susunan <i>positive self-statement</i> yang dibuatnya. (di luar sesi konseling, individu mengulang proses pembacaan saksama tersebut dalam durasi dan frekwensi waktu yang secara teratur dipertimbangkan guru bimbingan dan konseling/konselor, misalnya dua kali sehari dalam rentang waktu dua minggu) • Membuat rencana perubahan perilaku • Berlatih menerapkan strategi kognitif manakala individu berhadapan dengan situasi yang mendorongnya teringat – bahkan terfokus- dengan penilaian-diri negatifnya melalui simulasi yang dipandu oleh guru bimbingan dan konseling/konselor. Apabila pikiran positif mendominasi dalam menghadapi suatu situasi, maka perasaan menyenangkan muncul dan perilaku yang ditampilkan juga tepat.
	<p>d. Self reinforcement</p> <p>In i t i a t i n g</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membuat pernyataan <i>self-reinforcing</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Menentukan <i>self-reinforcement</i> pada saat individu berhasil mengatasi situasi yang dihadapinya dengan cara mengarahkan perilakunya. • Mempraktekkan strategi kognitif <i>self-instruction</i> dalam kegiatan interaksi di lingkungan sekolah atau rumah • Menerapkan <i>self-reinforcement</i> setiap kali individu berhasil mengatasi situasi yang dihadapi
<p>4. Tahap Pengakhiran (Terminasi)</p>		
	<p>1) Pemimpin Kelompok mengingatkan anggotanya bahwa kegiatan akan segera berakhir.</p>	

		<p>2) Pemimpin kelompok meminta anggotanya untuk menyampaikan kesan-kesan, harapan, dan rencana kedepan setelah mengikuti Bimbingan kelompok</p> <p>3) Pemimpin kelompok memberi motivasi agar anggotanya mampu menangani cemas saat ujian dengan bersikap tenang dan berpikir positif</p> <p>4) Menyepakati kegiatan lanjutan</p> <p>5) Menyampaikan terimakasih kepada Anggota kelompok atas partisipasi aktifnya dan kekompakkannya selama mengikuti kegiatan Bimbingan kelompok</p> <p>6) Pemimpin Kelompok memimpin doa penutup (religius)</p> <p>7) Menyampaikan salam perpisahan dan dilanjutkan dengan menyanyi bersama.</p>
M	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Evaluasi ini dilakukan oleh pemimpin kelompok dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan Bimbingan Kelompok yang meliputi:</p> <p>a. Dinamika kelompok</p> <p>b. Partisipasi aktif anggota selama mengikuti Bimbingan Kelompok</p> <p>c. Antusiasisme anggota selama mengikuti Bimbingan Kelompok</p>
	2. Evaluasi hasil	<p>Evaluasi ini dilakukan oleh Pemimpin kelompok untuk mengetahui hasil yang diperoleh Anggota Kelompok setelah mengikuti kegiatan Bimbingan Kelompok yang meliputi:</p> <p>a. Pengetahuan dan pemahaman baru anggota kelompok</p> <p>b. Perasaan-perasaan positif anggota kelompok</p> <p>c. Rencana atau kegiatan apa yang akan dilakukan</p> <p>d. Anggota kelompok mengisi instrument penilaian dari guru BK</p>

Selopampang, ...Oktober 2019

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Guru BK/Konselor,

RIDWAN, S.Pd, M.Si
NIP. 19650617 198703 1 011

OSISKA NUR INSANI, S.Pd, M.Si
NIP. 19791224 200604 2 007

**LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2019/2020
SMP NEGERI 2 SELOPAMPANG**

Komponen Layanan :
Bidang layanan :
Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
Waktu :
Kelas :
Tujuan :

Uraian Pelaksanaan

1. Uraikan kegiatan yang telah dilaksanakan (eksperientasi) :

- a. _____
b. _____

2. Hasil yang diperoleh (Identifikasi) :

- a. _____
b. _____

3. Kesimpulan yang didapat (Analisis)

- a. _____
b. _____

4. Tindak lanjut dari kegiatan ini (Generalisasi) :

- a. _____
b. _____

Selopampang, ...Oktober 2019

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Guru BK/Konselor,

RIDWAN, S.Pd, M.Si
NIP. 19650617 198703 1 011

OSISKA NUR INSANI, S.Pd, M.Si
NIP. 19791224 200604 2 007

**INSTRUMEN EVALUASI PROSES
BIMBINGAN KELOMPOK**

Topik : Persiapan menghadapi Ujian

Kelas : IX

Petunjuk :

Berilah tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan sesuai dengan penilaian Anda:

NO	PERNYATAAN	Hasil Pengamatan	
		Ya	Tidak
1	Peserta didik antusias mengikuti layanan		
2	Peserta didik aktif berpartisipasi dalam pelaksanaan layanan		
3	Peserta didik mendengarkan dengan baik penjelasan guru BK dalam kegiatan layanan		
4	Peserta didik aktif menanggapi ataupun menjawab pertanyaan baik dari guru maupun siswa lain		
5	Peserta didik aktif dalam mengeluarkan pendapat		
6	Peserta didik saling menghargai pendapat		
7	Peserta didik aktif dalam mengemukakan kesimpulan dari kegiatan layanan		
Total Skor			

Interval	Kategori
0 – 2	Kurang baik
3 – 5	Cukup baik
6 – 7	Baik

Temanggung, ... Oktober 2019

Guru BK

Osiska Nur Insani, S.Pd, M.Si

NIP. 19791224 200604 2 001

EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Topik : Persiapan Menghadapi Ujian

Kelas : IX A

Pemberi Layanan : Osiska Nur Insani, S.Pd, M.Si

Petunjuk:

Isilah pertanyaan di bawah ini dengan singkat

A. Understanding

1. Apakah makna dari Ujian?
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan bimbingan kelompok dengan tema Persiapan Menghadapi Ujian?

B. Comfort

No	Pernyataan	1	2	3	4
1	Saya merasa senang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan tema Persiapan Menghadapi Ujian				
2	Saya merasa materi yang disampaikan membantu saya dalam menyelesaikan masalah tentang kesiapan menghadapi ujian				
3	Saya merasa wawasan ilmu saya bertambah setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan tema Persiapan menghadapi Ujian				

C. Action

Apakah yang akan Anda lakukan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan tema Persiapan menghadapi Ujian tersebut?

Selopampang, Oktober 2019

Guru BK

Osiska Nur Insani, S.Pd, M.Si

NIP. 19791224 200604 2 001

