

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



Nama Satuan Pendidikan : SMK ISLAMIYAH ADIWERNA KAB TEGAL
 Kelas / Semester : XI / GASAL
 Komponen : Layanan Dasar
 Topik Layanan : Potensi Diri
 Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
 Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

A.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	Aspek Perkembangan : Potensi yang ada dalam diri manusia	Internalisasi Tujuan : Menumbuhkan potensi diri yang ada dalam diri konseli
B.	TUJUAN LAYANAN	<p>Tujuan Umum :</p> <p>Peserta didik/konseli dapat menemukan potensi diri serta berusaha mengoptimalkan untuk meraih sukses dimasa depan (C4)</p> <p>Tujuan Khusus :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik/konseli menjelaskan tentang pontensi diri (C2) 2. Peserta didik/konseli menjelaskan macam-macam potensi diri (C2) 3. Peserta didik/konseli dapat mengembangkan potensi diri sendiri (P4) 4. Peserta didik/konseli dapat menggali potensi diri sendiri (C3) 	
C.	METODE, ALAT DAN MEDIA	<p>Metode : Diskusi Kelompok,ceramah dari guru BK</p> <p>Alat dan Media : PPT, notebook, video tentang potensi diri,</p>	
D.	PROSES PELAYANAN BIMMBINGAN	<p>Tahap Awal/Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK mengawali kegiatan dengan menyampaikan salam 2. Guru BK menyampaikan tujuan kegiatan terkait Pentingnya Mentaati Tata Tertib Sekolah bagi peserta didik 3. Guru BK menjelaskan kepada peserta didik tentang Asas dalam bimbingan Kelompok 4. Guru BK Menjelaskan pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi. 	

		<p>Tahap Transisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami 2. Guru BK menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan 3. Guru BK menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas 4. Setelah semua menyatakan siap, selanjutnya Guru BK memulai ke tahap Pelaksanaan kegiatan <p>Tahap Inti/Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK Memberi materi awal tentang potensi diri. 2. Guru BK memandu peserta didik dalam diskusi 3. Melakukan diskusi tanya jawab antar anggota kelompok 4. Guru BK mengidentifikasi Respon peserta didik tentang pemahaman mereka tentang Potensi Diri <p>Akhir/ Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam Bimbingan Kelompok 2. Guru BK menanyakan apakah perlu melaksanakan kegiatan berikutnya guna mengetahui sejauh mana implementasi langkah yang telah dilakukan, hambatan yang ditemui, serta kemungkinan adanya permasalahan baru terkait penggalian potensi diri yang perlu penanganan lebih. 3. Guru BK Menutup kegiatan dengan memimpin doa dan Salam.
E.	EVALUASI	<p>Evaluasi Proses Menyimak dan mengamati jalannya layanan tentang sikap dan keaktifan para peserta bimbingan kelompok</p> <p>Evaluasi Hasil</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap

		<p>pengalaman Peserta Didik dalam bimbingan kelompok</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok. 3. Peserta Didik mengisi LKPD dan instrumen penilaian dari guru BK.
F.	CATATAN LAYANAN	

Mengetahui:
Kepala Sekolah

Drs. Joni Iskandar

Tegal September 2020
Guru BK

Moh Ardian Frinanto

MATERI BIMBINGAN KELOMPOK

POTENSI DIRI



MOH ARDIAN FRINANTO

SMK ISLAMIYAH ADIWERNA KABUPATEN TEGAL

2020

Potensi Diri

Pengertian Potensi Diri



Potensi berasal dari bahasa Inggris *potential* yang artinya kesanggupan dan kekuatan, kemudian beberapa ahli dari Indonesia berpendapat sebagai berikut :

menurut kamus besar bahasa Indonesia, definisi potensi adalah kemampuan yang mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan, kekuatan, kesanggupan, daya. Intinya, secara sederhana, potensi adalah sesuatu yang bisa kita kembangkan (Majdi, 2007:86).

Potensi dapat diartikan sebagai kemampuan dasar dari sesuatu yang masih terpendam di dalamnya yang menunggu untuk diwujudkan menjadi sesuatu kekuatan nyata dalam diri sesuatu tersebut (Wiyono, 2006:37). Dengan demikian potensi diri manusia adalah kemampuan dasar yang dimiliki manusia yang masih terpendam di dalam dirinya yang menunggu untuk diwujudkan menjadi suatu manfaat nyata dalam kehidupan diri manusia.

Menurut Endra K Pihadhi (2004:6) potensi bisa disebut sebagai kekuatan, energi, atau kemampuan yang terpendam yang dimiliki dan belum dimanfaatkan secara optimal. Potensi diri yang dimaksud disini suatu kekuatan yang masih terpendam yang berupa fisik, karakter, minat, bakat, kecerdasan dan nilai-nilai yang terkandung dalam diri tetapi belum dimanfaatkan dan diolah.

Dari macam-macam pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa potensi diri adalah kemampuan dasar yang dimiliki seseorang yang masih terpendam dan bisa digali untuk dikembangkan melalui proses latihan atau pengembangan diri.

Jenis jenis potensi diri :

Potensi Diri



a. Potensi Berfikir

Manusia memiliki potensi berfikir. Seringkali Allah menyuruh manusia untuk berfikir. Maka berfikir. Logikanya orang hanya disuruh berfikir karena ia memiliki potensi berfikir. Maka, dapat dikatakan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk belajar informasi-informasi baru, menghubungkan berbagai informasi, serta menghasilkan pemikiran baru.

b. Potensi Emosi

Potensi yang lain adalah potensi dalam bidang afeksi/emosi. Setiap manusia memiliki potensi cita rasa, yang dengannya manusia dapat memahami orang lain, memahami suara alam, ingin mencintai dan dicintai, memperhatikan dan diperhatikan, menghargai dan dihargai, cenderung kepada keindahan.

. Potensi Fisik

Adakalanya manusia memiliki potensi yang luar biasa untuk membuat gerakan fisik yang efektif dan efisien serta memiliki kekuatan fisik yang tangguh. Orang yang berbakat dalam bidang fisik mampu mempelajari olah raga dengan cepat dan selalu menunjukkan permainan yang baik.

d. Potensi Sosial

Pemilik potensi sosial yang besar memiliki kapasitas menyesuaikan diri dan mempengaruhi orang lain. Kemampuan menyesuaikan diri dan mempengaruhi orang lain didasari kemampuan belajarnya, baik dalam dataran pengetahuan maupun ketrampilan.

Menurut Hery Wibowo (2007:1) minimal ada empat kategori potensi yang terdapat dalam diri manusia sejak lahir yaitu, potensi otak, emosi, fisik dan spiritual dan semua potensi ini dapat dikembangkan pada tingkat yang tidak terbatas. Ahli lain berpendapat bahwa manusia itu diciptakan dengan potensi diri terbaik dibandingkan dengan makhluk Tuhan yang lain, ada empat macam potensi yang dimiliki oleh manusia yaitu, potensi intelektual, emosional, spiritual dan fisik.

Ciri ciri orang yang memahami dirinya :

Menurut La Rose (Sugiharso dkk, 2009:126-127), ciri-ciri orang berpotensi diantaranya yaitu:

- Suka belajar dan mau melihat kekurangan dirinya
- Memiliki sikap yang luwes
- Berani melakukan perubahan secara total untuk perbaikan
- Tidak mau menyalahkan orang lain maupun keadaan
- Memiliki sikap yang tulus bukan kelicikan
- Memiliki rasa tanggung jawab
- Menerima kritik saran dari luar
- Berjiwa optimis dan tidak mudah putus asa.

Sifat Potensi Diri

Berikut ini terdapat beberapa sifat potensi diri, terdiri atas:

A. Potensi Positif

Terdiri atas:

1. Memiliki Idealisme
2. Dinamis dan Kreatif
3. Keberanian Mengambil Resiko
4. Optimis dan Kegairahan Semangat
5. Kemandirian dan Disiplin Murni
6. Fisik yang Kuat dan Sehat
7. Sikap Ksatria
8. Terampil dalam Menerapkan IPTEK
9. Kompetitif
10. Daya Pikir yang Kuat
11. Memiliki Bakat

B. Potensi Negatif

Terdiri atas:

1. Mudah Diadu Domba
2. Kurang Berhati-hati
3. Emosional
4. Kurang Percaya Diri
5. Kurang Memiliki Motivasi

Cara mengembangkan Potensi Diri



Sebelum melakukan pengembangan diri dalam rangka menggunakan dan mengoptimalkan seluruh kemampuannya untuk mencapai kinerja yang unggul, ada beberapa cara yang bisa dilakukan seseorang untuk mengetahui, menilai atau mengukur dengan akurat kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya,

Introspeksi diri/ pengukuran individual

Individu meluangkan waktu untuk mengevaluasi apa yang telah dilakukannya, apa yang telah dicapai dan apa yang ia miliki sebagai suatu kelebihan yang bisa mendukung dan apa yang ia miliki sebagai suatu kekurangan yang menghambat tercapainya prestasi tinggi. Cara ini efektif jika individu bersikap jujur, terbuka pada dirinya sendiri, mau dengan sungguh-sungguh memperhatikan kata hati.

Feedback dari Oranglain

Dalam cara ini, seseorang meminta masukan berupa informasi atau data penilaian mengenai dirinya dari orang lain. Masukan berupa umpan balik (feedback) ini meliputi segala sesuatu mengenai sikap dan perilaku seseorang yang tampak, dipersepsi oleh orang lain yang bertemu dan berinteraksi dengannya. Cara ini bertujuan untuk membantu seseorang menelaah dan memperbaiki dirinya.

Test Psikologi

Tes Psikologi yang mengukur potensi psikologis individu bisa memberi gambaran kekuatan dan kelemahan individu pada berbagai aspek psikologis seperti kecerdasan/kemampuan intelektual

(kemampuan analisa, logika berpikir, berpikir kreatif, berpikir numerikal), potensi kerja (vitalitas, sumber energi kerja, motivasi, ketahanan terhadap stress kerja), kemampuan sosiabilitas (stabilitas emosi, kepekaan perasaan, kemampuan membina relasi sosial) dan potensi kepemimpinan tingkah laku.

Cara Mengenal Potensi Diri

Adapun cara yang bisa dilakukan seseorang untuk mengenali dirinya, diantaranya yaitu:

- Kenali aktivitas favorit kalian
- Cari tahu kepandaian yang kalian miliki
- Bertanya pada orang lain
- Kenali potensi pominan yang ada pada diri kalian, misalnya memasak dan lain sebagainya.
- Jangan takut berbeda dengan orang lain untuk mengembangkan potensi yang kalian miliki selama hal tersebut positif.
- Menghargai diri sendiri bisa membantu kalian untuk menemukan siapa diri kalian dan jati diri kalian. Potensi diri baru bisa diketahui jika kalian menghargai dan mendengarkan apa yang sebenarnya kalian inginkan atau bisa menghargai diri sendiri.
- Dengarkan orang lain, dengan mendengar kalian akan tahu bagaimana mengetahui apa potensi diri sendiri, juga kalian bisa melakukan evaluasi diri yang jarang dilakukan diri sendiri tanpa kesadaran tinggi.

Daftar Pustaka

- Habsari, Sri. (2005). *Bimbingan & Konseling SMA kelas XI*. Jakarta: Grasindo.
- Majdi, Udo Yamin Efendi. (2007). *Quranic Quotient*. Jakarta: Qultum Media.
- Nashori, Fuad. (2003). *Potensi-Potensi Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prihadhi, Endra K. (2004). *My Potensi*. Jakarta: Elek Media Komputindo.
- Sugiharso, Sugiyono, Gunawan & Karsono.(2009). *Pendidikan Kewarganegaraan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional.
- Wibowo, Hery. (2007). *Fortune Favor the Ready*. Bandung: OASE Mata Air Makna.
- Wiyono, Slamet. (2006). *Managemen Potensi Diri*. Jakarta: PT Grasindo
- <https://www.youtube.com/watch?v=wS2Y3oqn8Oc> tentang potensi diri
- <https://www.youtube.com/watch?v=9Ks7cQPnmzo&t=184s> tentang potensi diri remaja

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK BIMBINGAN KELOMPOK
POTENSI DIRI**

Nama :
Kelas/ Prodi :

Materi yang dipaparkan dalam bimbingan kelompok tentang potensi diri , mengandung banyak makna dan pertanyaan yang bisa kalian jawab

1. Berdasarkan uraian materi di atas analiskan potensi diri menurut anda?

.....
.....
.....
.....

2. Identifikasikan Potensi positif dari diri anda ?

.....
.....
.....
.....

3. Identifikasikan Potensi negatif dari diri anda ?

.....
.....
.....
.....

4. Bagaimana sikap anda untuk mengembangkan potensi positif anda ?

.....
.....
.....
.....

5. Bagaimana sikap anda untuk meredam potensi negatif anda ?

.....
.....
.....
.....

SLIDE SHOW POWER POINT MEDIA BK BIMBINGAN KELOMPOK



Potensi Diri

menurut kamus besar bahasa Indonesia, definisi potensi adalah kemampuan yang mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan, kekuatan, kesanggupan, daya. Intinya, secara sederhana, potensi adalah sesuatu yang bisa kita kembangkan (Majidi, 2007:86)

Potensi dapat diartikan sebagai kemampuan dasar dari sesuatu yang masih terpendam didalamnya yang menunggu untuk diwujudkan menjadi sesuatu kekuatan nyata dalam diri sesuatu tersebut (Wiyono, 2006:37). Dengan demikian potensi diri manusia adalah kemampuan dasar yang dimiliki manusia yang masih terpendam didalam dirinya yang menunggu untuk diwujudkan menjadi suatu manfaat nyata dalam kehidupan diri manusia.

Dari macam macam pengertian tersebut dapat di simpulkan bahwa potensi diri adalah kemampuan dasar yang dimiliki seseorang yang masih terpendam dan bisa di gali untuk di kembangkan melalui proses latihan atau pengembangan diri



Jenis jenis potensi diri :

Menurut Hery Wibowo (2007:1) minimal ada empat kategori potensi yang terdapat dalam diri manusia sejak lahir yaitu potensi otak, emosi, fisik dan spiritual dan semua potensi ini dapat dikembangkan pada tingkat yang tidak terbatas. Ahli lain berpendapat bahwa manusia itu diciptakan dengan potensi diri terbaik dibandingkan dengan makhluk Tuhan yang lain, ada empat macam potensi yang dimiliki oleh manusia yaitu, potensi intelektual, emosional, spiritual dan fisik.

a. Potensi Berfikir

Manusia memiliki potensi berfikir. Seringkali Allah menyuruh manusia untuk berfikir. Maka berfikir. Logikanya orang hanya disuruh berfikir karena ia memiliki potensi berfikir. Maka, dapat dikatakan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk belajar informasi-informasi baru, menghubungkan berbagai informasi, serta menghasilkan pemikiran baru.

b. Potensi Emosi

Potensi yang lain adalah potensi dalam bidang afeksi/emosi. Setiap manusia memiliki potensi cita rasa, yang dengannya manusia dapat memahami orang lain, memahami suara alam, ingin mencintai dan dicintai, memperhatikan dan diperhatikan, menghargai dan dihargai, cenderung kepada keindahan.

c. Potensi Fisik

Adakalanya manusia memiliki potensi yang luar biasa untuk membuat gerakan fisik yang efektif dan efisien serta memiliki kekuatan fisik yang tangguh. Orang yang berbakat dalam bidang fisik mampu mempelajari olah raga dengan cepat dan selalu menunjukkan permainan yang baik.

d. Potensi Sosial

Pemilik potensi sosial yang besar memiliki kapasitas menyesuaikan diri dan mempengaruhi orang lain. Kemampuan menyesuaikan diri dan mempengaruhi orang lain didasari kemampuan belajarnya, baik dalam dataran pengetahuan maupun ketrampilan.

Menurut La Rose (Sugiharso dkk, 2009:126-127), ciri-ciri orang berpotensi diantaranya yaitu:

- Suka belajar dan mau melihat kekurangan dirinya
- Memiliki sikap yang luwes
- Berani melakukan perubahan secara total untuk perbaikan
- Tidak mau menyalahkan orang lain maupun keadaan
- Memiliki sikap yang tulus bukan kelicikan
- Memiliki rasa tanggung jawab
- Menerima kritik saran dari luar
- Berjiwa optimis dan tidak mudah putus asa.

Sifat Potensi Diri



A. Potensi Positif

1. Memiliki Idealisme
2. Dinamis dan Kreatif
3. Keberanian Mengambil Resiko
4. Optimis dan Kegairahan Semangat
5. Kemandirian dan Disiplin Murni
6. Fisik yang Kuat dan Sehat
7. Sikap Ksatria
8. Terampil dalam Menerapkan IPTEK
9. Kompetitif
10. Daya Pikir yang Kuat
11. Memiliki Bakat



Potensi Negatif

1. Mudah Diadu Domba
2. Kurang Berhati-hati
3. Emosional
4. Kurang Percaya Diri
5. Kurang Memiliki Motivasi



cara mengembangkan potensi diri

1. Introspeksi diri/ Pengukuran Individual
2. Feedback dari oranglain
3. Test Psikologi

Cara mengenali Potensi Diri

Kenali aktivitas favorit kalian
Cari tahu kepandaian yang kalian miliki
Bertanya pada orang lain
Kenali potensi pominan yang ada pada diri kalian, misalnya memasak dan lain sebagainya.
Jangan takut berbeda dengan orang lain untuk mengembangkan potensi yang kalian miliki selama hal tersebut positif.
Menghargai diri sendiri bisa membantu kalian untuk menemukan siapa diri kalian dan jati diri kalian. Potensi diri baru bisa diketahui jika kalian menghargai dan mendengarkan apa yang sebenarnya kalian inginkan atau bisa menghargai diri sendiri.
Dengarkan orang lain, dengan mendengar kalian akan tahu bagaimana mengetahui apa potensi diri sendiri, juga kalian bisa melakukan evaluasi diri yang jarang dilakukan diri sendiri tanpa kesadaran tinggi.

Thanks!

Does anyone have any questions?

A



Daftar Pustaka

- Habsari, Sri. (2005). *Bimbingan & Konseling SMA kelas XI*. Jakarta: Grasindo.
- Majdi, Udo Yamin Efendi. (2007). *Quranic Quotient*. Jakarta: Qultum Media.
- Nashori, Fuad. (2003). *Potensi-Potensi Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prihadhi, Endra K. (2004). *My Potensi*. Jakarta: Elek Media Komputindo.
- Sugiharso, Sugiyono, Gunawan & Karsono.(2009). *Pendidikan Kewarganegaraan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional.
- Wibowo, Hery. (2007). *Fortune Favor the Ready*. Bandung: OASE Mata Air Makna.
- Wiyono, Slamet. (2006). *Managemen Potensi Diri*. Jakarta: PT Grasindo
- <https://www.youtube.com/watch?v=wS2Y3oqn8Oc> tentang potensi diri
- <https://www.youtube.com/watch?v=9Ks7cQPnmzo&t=184s> tentang potensi diri remaja



LEMBAR EVALUASI PROSES BIMBINGAN KELOMPOK

A. Identitas :

- 1. Kelas : _____
- 2. Topik layanan : Potensi Diri
- 3. Tanggal layanan : _____

B. Petunjuk pengisian :

- 1. Bacalah pernyataan di bawah ini dan berilah tanda centang (√) pada kolom skor sesuai dengan apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan klasikal yang dilakukan!
- 2. Keterangan pemberian skor :
 - Skor 1 : kurang
 - Skor 2 : cukup
 - Skor 3 : baik
 - Skor 4 : sangat baik

No	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
1	Guru BK terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan.				
2	Guru BK mampu membangun dinamika kelompok				
3	Guru BK memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya				
4	Materi yang disampaikan dalam bimbingan kelompok dibutuhkan peserta didik				
5	Siswa tertarik dengan materi layanan yang disampaikan				
6	Kesesuaian pelaksanaan layanan dengan RPL				
	CATATAN				

Keterangan :

- 1. Skor minimal yang di capai adalah $1 \times 6 = 6$
dan skor tertinggi adalah $4 \times 6 = 24$
- 2. Kategori hasil :
 - a. Sangat baik = 20-24
 - b. Baik = 16-19

Tegal,
Guru BK/Konselor

c. Cukup = 15-18
d. Kurang =14

.....

PENILAIAN HASIL ANGKET BIMBINGAN KELOMPOK

A. Identitas :

- 1. Nama lengkap : _____
- 2. Kelas/Prodi : _____
- 3. Topik Layanan : Potensi Diri
- 4. Tanggal Layanan : _____

B. Pertanyaan :

- 1. Pengenalan
 - a. Potensi diri apa yang yang paling kuat dari diri anda !
 - b. Ceritakan kenapa anda merasa potensi tersebut paling kuat !

- 2. Akomodasi
 - a. Berilah tanda centang (√) pada kolom di bawah ini : *Sangat Tidak Sesuai (STS); Tidak Sesuai (TS); Sesuai (S); Sangat Sesuai (SS)*

NO	PERNYATAAN	SKOR			
		STS	TS	S	SS
1	Saya telah menemukan potensi diri saya				
2	Saya dapat menjelaskan kepada oranglain tentang potensi diri				
3	Saya dapat menggali potensi diri sendiri				
4	Saya dapat menunjukan potensi diri saya kepada oranglain				
5	Saya dapat mengembangkan potensi diri sendiri				

- 3. Tindakan
Ceritakan potensi diri anda yang sudah digali dan dikembangkan!

(Bisa dalam bentuk tulisan singkat kemudian kirim ke chat Whatsapp guru BK)

Siswa

.....

