



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
PEJAGOAN

Jalan Raya Soka Barat Kilometer 4 Pejagoan Kebumen KodePos54361
Telepon 0287382022 Surat Elektronik smanja_1@yahoo.com.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) DARING
BIMBINGAN DAN KONSELING**

Nama Sekolah : SMA N 1 Pejagoan
Tahun Pelajaran : 2020/ 2021
Semester : Ganjil

A.	Komponen Layanan	:	Layanan dasar
B.	Bidang Bimbingan	:	Pribadi
C.	Topik Layanan	:	Konsep Diri
D.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan Pengembangan
E.	Tujuan Umum	:	Siswa mampu menciptakan konsep diri yang positif dalam kehidupan sehari-hari secara konsisten
F.	Tujuan Khusus	:	a. Siswa mampu menguraikan pengertian konsep diri b. Siswa mampu menganalisis kondisi diri berdasarkan analisis Johary Windows c. Siswa mampu mengkreasikan konsep diri berdasarkan berdasarkan Johary Windows d. Siswa mampu menciptakan konsep diri yang positif berdasarkan analisis Johary Windows
G.	Sasaran kegiatan	:	Kelas X
H.	Materi Layanan	:	Konsep Diri a. Pengertian konsep diri b. Analisis Johary Windows c. Menciptakan konsep diri berdasarkan Johary Windows
I.	Waktu	:	1 x 30 menit
J.	Metode/ Teknik	:	Inkuiry Based Learning/ Penugasan
K.	Pelaksanaan	:	1. Tahap Awal/Pendahuluan <ul style="list-style-type: none">▪ Guru BK membuka dengan salam melalui <i>google classroom</i>▪ Guru BK menawarkan kesediaan salah satu siswa untuk memimpin doa.▪ Guru BK/ Konselor Membina hubungan baik dengan Siswa/konseli (menanyakan kabar, dan mengingatkan siswa untuk mengisi daftar

		<p>hadir pada aplikasi <i>google calssroom</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru BK menyampaikan tujuan topik yang akan dibahas ▪ Guru BK menyampaikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab Siswa ▪ Guru BK menanyakan kesiapan Siswa melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti. <p>2. Tahap Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru BK meberikan link tayangan video toutube untuk di akses siswa pada https://www.youtube.com/watch?v=uNLNuOD6xa4 ▪ Guru BK mengajak siswa menghubungkan tayangan video dengan materi layanan ▪ mengirimkan tautan PPT tentang materi layanan melalui <i>google classroom</i> ▪ Guru BK memberikan kesempatan bertanya bagi Siswa yang belum memahami tentang konsep diri yang disampaikan melalui tautan PPT ▪ Siswa bekerja secara individual sesuai intruksi dari Guru BK ▪ Siswa mengirimkan hasil kerja individual berupa hasil analisis Johary Windows melalui <i>google classroom</i> <p>3. Tahap Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru dan Siswa menyimpulkan kegiatan layanan yang sudah dilaksanakan ▪ Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut ▪ Siswa melakukan refleksi melaluu link google form ▪ Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak Siswa bersyukur dan mengakhiri dengan salam.
L.	Media/ Alat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Google Classroom 2. PPT Materi Layanan 3. Google Form
M.	Sumber	<ol style="list-style-type: none"> 1. Handout 2. https://www.youtube.com/watch?v=uNLNuOD6

		xa4 3. https://drive.google.com/file/d/0B6hwb5D4OajjOVg3RW04bTM0bXM/view 4. https://www.diwarta.com/2012/07/23/pengertian-konsep-diri-menurut-beberapa-ahli.html#targetText=
N.	Evaluasi	Penilaian Proses: Guru melakukan refleksi kegiatan layanan pada melalui google form Penilaian Hasil: 1. Merasakan pemahaman baru tentang konsep diri 2. Merasakan kebermanfaatan topik layanan 3. Merencanakan kegiatan setelah mendapatkan materi tentang konsep diri
O.	Tindak Lanjut	: Pendampingan secara umum dan melakukan salah satu atau lebih jenis layanan (menyesuaikan)

Lampiran-lampiran Layanan :

1. Paparan materi
2. Lembar refleksi
3. Lembar Kerja Siswa

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Kebumen, 22 September 2020

Guru BK/Konselor

Sunarto, S. Pd., M. Pd.
NIP.19611114 198601 1 002

Nurhidayah Susilowati, S. Pd.
NIP. –

Lampiran 1 :

PAPARAN MATERI

TOPIK : KONSEP DIRI

PENGERTIAN KONSEP DIRI

Konsep diri adalah sekumpulan keyakinan dan perasaan seseorang tentang dirinya sendiri. Keyakinan seseorang mengenai dirinya bisa berkaitan dengan bakat, minat, kemampuan, penampilan fisik dan lain sebagainya. Orang pun akan memilih perasaan terhadap keyakinan mengenai dirinya tersebut, apakah ia merasa positif atau negatif, bangga atau tidak bangga, dan senang atau tidak senang dengan dirinya.

Konsep diri adalah pengetahuan tentang diri kita sendiri, harapan dan penilaian terhadap diri kita

Konsep diri sangat penting bagi kehidupan kita, karena konsep diri mempengaruhi perilaku kita. Maka langkah awal kesuksesan adalah mengenal diri, mempelajari kualitas diri kita. Pemahaman diri dan kualitas diri proses yang sangat penting dalam meningkatkan mutu kehidupan. Tahu diri dan mengenal diri mengantarkan kepada tahap-tahap hidup yang berkualitas. Tidak saja dalam bergaul dan berinteraksi dengan orang lain, tetapi juga untuk mengarahkan dan mengembangkan diri, membuat perencanaan pendidikan dan karier, memecahkan permasalahan pribadi, sosial, secara realistis, beradaptasi dengan perubahan-perubahan dalam kehidupan, untuk dapat saling menerima dan menghargai orang lain.

Persepsi mengenai tindakan mempengaruhi cara atau pandangan hidup, sehingga suatu pemahaman mengenai konsep diri seseorang merupakan dasar yang sangat berguna untuk meramalkan bagaimana seseorang itu akan bertindak.

Dengan memahami terhadap konsep diri inilah kita dapat membuat perencanaan masa depan yang lebih baik dan terarah

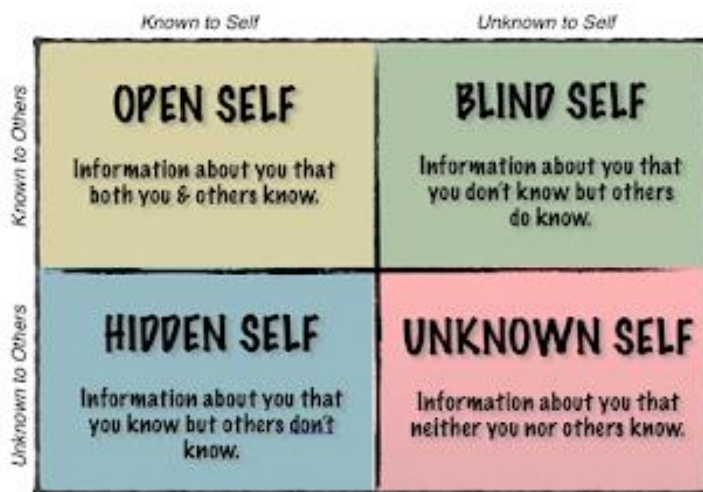
JOHARY WINDOWS

Teori Johari Window (Jendela Johari) merupakan perangkat sederhana dan berguna dalam mengilustrasikan dan meningkatkan kesadaran diri serta pengertian bersama individu-individu yang ada dalam suatu kelompok tertentu. Model ini juga berfungsi dalam

meningkatkan hubungan antar kelompok yang sekaligus mengilustrasikan kembali proses memberi maupun menerima feedback.

Jendela Johari sendiri dikembangkan atau dipelopori oleh Psikolog Amerika, Joseph Luft dan Harry Ingham pada tahun 1950-an ketika meneliti untuk program proses dari kelompok mereka. Uniknya, nama "Johari" sendiri sebenarnya diambil dari potongan masing-masing nama mereka. "Jo" untuk Luft, dan "Harry" untuk Ingham. Dalam selang waktu yang tak lama, Jendela Johari banyak dimanfaatkan sebagai pengertian dan latihan kesadaran diri, peningkatan personal & komunikasi. Hubungan inter-personal, kelompok-kelompok dinamis, dan peningkatan tim dan hubungan inter-grup

Penjelasan mengenai teori jendela johari atau johari window yakni sebagaimana kuadran berikut:



- Kuadran 1 (OPEN)
- Kuadran 2 (BLIND)
- Kuadran 3 (HIDDEN)
- Kuadran 4 (UN KNOW)

Wilayah Terbuka

Segala aspek dalam diri, seperti tingkah laku perasaan dan pikiran selain diketahui oleh diri sendiri juga diketahui orang lain. Jika wilayah ini makin melebar, dalam arti dapat memahami orang lain dan orang lain dapat memahami diri kita terjadi komunikasi yang baik. Sebaliknya jika wilayah ini makin menyempit berarti komunikasi semakin tertutup.

Wilayah Buta

Segala aspek tingkah laku, perasaan dan pikiran diketahui orang lain tapi tidak diketahui diri sendiri / tidak disadari diri sendiri. Jika wilayah makin melebar dan mendesak wilayah lain

terjadi kesulitan komunikasi. Wilayah ini ada pada tiap manusia dan sulit dihapuskan, kecuali mengurangi dengan cara bercermin pada nilai norma dan hukum.

Wilayah Tersembunyi atau Rahasia

Kemampuan yang kita miliki tersembunyi tidak diketahui orang lain, ada dua konsep :

- a) **Over Disclosed** (terlalu banyak mengungkapkan sesuatu hal yang harus disembunyikan juga diutarakan)
- b) **Under Disclosed** (terlalu menyembunyikan sesuatu yang harus dikemukakan)

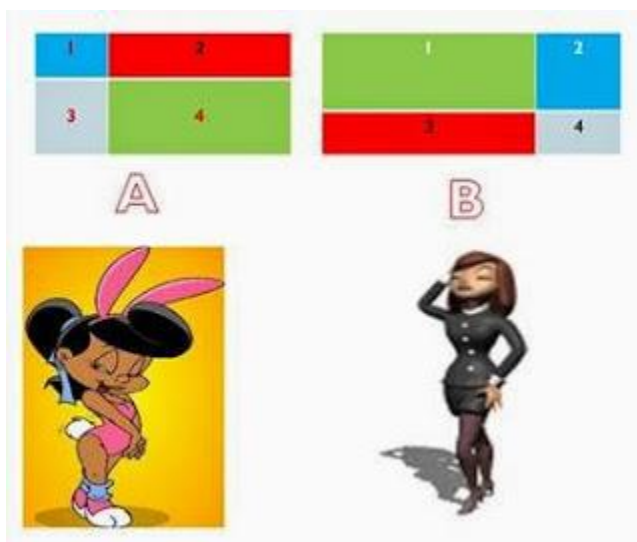
Wilayah Tidak Dikenal

Wilayah paling kritis dalam komunikasi aspek dalam diri tidak dikenal diri sendiri lain maupun orang

Keempat wilayah johari windows adalah satu kesatuan yang terdapat dalam dalam diri setia orang

Prinsip berfungsinya ke-4 kuadran :

- a) Perubahan dalam satu kuadran akan mempengaruhi kuadran yang lain
- b) Jika kuadran pertama sangat kecil berarti seseorang miskin komunikasi
- c) Pembelajaran interpersonal dapat diartikan bahwa perubahan yang terjadi pada satu tempat kuadran akan mempengaruhi kuadran ditempat yang lain.



A : Adalah individu yang kurang memahami diri sendiri, tingkah lakunya terbatas, perasaannya kurang terbuka, kurang luas cara pandang dan variasi hidupnya.

B : Adalah individu yang terbuka terhadap dunia sekelilingnya, potensi diri disadari, perasaan dan pikirannya terbuka untuk pengalaman –pengalaman hidup yang menyedihkan dan menyenangkan, pekerjaan, dan sebagainya. Ia lebih spontan dan bersikap jujur dan apa adanya pada orang lain.

PERBEDAAN KARAKTERISTIK ORANG YANG TERBUKA DAN ORANG TERTUTUP

SIKAP TERBUKA	SIKAP TERTUTUP
Menilai pesan scr objektif dg menggunakan data & kesjengan logika	Menilai pesan berdasarkan motif
Membedakan dg mudah, melihat suasana	Berpikir simplisis (berpikir hitam putih) tanpa nuansa
Berorientasi pada isi pesan	Bersandar lebih banyak pd sumber pesan dari pada isi pesan
Mencari informasi dari berbagai sumber	Mencari informasi tentang kepercayaan orang dari sumbernya sendiri, bukan kepercayaan orang lain
Lebih bersifat provisionalisme dan bersedia mengubah kepercayaan	Secara kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaan
Mencari pengertian pesan yang tidak sesuai dengan rangkaian kepercayaan	Menolak, mengabaikan, menolak pesan yg tdk konsisten dg sistem kepercayaan

BAGAIMANAKAH TIPE KEPRIBADIAN ANDA MENURUT JOHARI WINDOWS



Kesadaran diri dapat ditingkatkan 3 cara

1. Mempelajari diri sendiri.

2. Belajar dari orang lain (mau menerima feedback sehingga kuadran 2 lebih mengecil).
3. Membuka diri (kuadran 3 lebih kecil dengan catatan harus terbuka dan jujur).