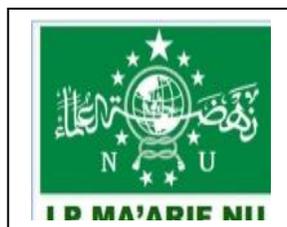


**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KONSELING (RPLBK)
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**



Nama Satuan Pendidikan : SMK Ma'arif NU Tonjong
 Kelas / Semester : XII Akuntansi 1
 Komponen : Layanan Dasar
 Topik Layanan : SEHAT YES COVID 19 NO
 Jenis Layanan : Klasikal
 Alokasi Waktu : 2 x 45 menit

A.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	Aspek Perkembangan : Mempersiapkan diri, menerima dan bersikap positif serta dinamis terhadap perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada diri sendiri untuk kehidupan yang sehat	Internalisasi Tujuan : 1. Tahap Pengenalan : <i>Menganalisis</i> , gejala-gejala yang muncul akibat covid 19 dan menjelaskan cara penularan covid 19 (C4) 2. Tahap Akomodasi : <i>Meyakinkan</i> adanya resiko dari penyebaran covid 19 (A3) 3. Tahap Tindakan : <i>Menerapkan</i> pola hidup sehat dengan melaksanakan protokol kesehatan dimasa pandemi (P2)
B.	TUJUAN LAYANAN	<i>Membentuk</i> pribadi yang sehat jasmani dan rohani dimasa pandemi covid 19 (A4)	
C.	METODE, ALAT DAN MEDIA	Metode : Penyampaian materi, Curah gagasan, diskusi kelompok, tanya jawab dan problem solving Alat : Laptop, proyektor, PPT, tayangan Youtube Media : Alat Perlindungan diri (Masker, Faceshiel, Handsanitizer)	
D.	PROSES PELAYANAN BIMBINGAN	<p>Tahap Awal / Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, mengabsen, ice breaking) 3. Menyampaikan tujuan layanan materi layanan yang akan disampaikan 4. Menanyakan kesiapan kepada peserta didik untuk masuk tahap inti <p>Tahap Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menayangkan tayangan youtube dan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2. Peserta didik mengamati vidio youtube dan slide ppt yang berhubungan dengan materi layanan secara <i>antusias</i> 3. Guru BK membentuk kelompok diskusi 4. Siswa mempresentasikan hasil diskusi dan tanya jawab dengan <i>komunikatif dan demokrasi</i> <p>Tahap Akhir/ Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan 2. Guru BK memberikan penguatan 3. Guru BK menyampaikan tindak lanjut 4. Guru BK memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memimpin doa 5. Guru BK menutup kegiatan bimbingan kelas dengan salam 	

E.	EVALUASI	Evaluasi Proses 1. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 2. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan Pendapat atau bertanya Evaluasi Hasil 1. Menilai pemahaman peserta didik setelah mendapatkan layanan 2. Melihat rencana tindakan siswa setelah mengikut layanan
F.	CATATAN LAYANAN	-

Tonjong, 18 September 2020

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru BK

H. Tatang Amon, M.Pd

Bambang Kurniawan, S.Pd

Lampiran :

1. Materi Layanan
2. LKPD
3. Instrumen Penilaian

SEHAT YES COVID 19 NO



Apa yang disebut dengan Virus Corona?

Virus Corona adalah sebuah keluarga virus yang ditemukan pada manusia dan hewan. Sebagian virusnya dapat menginfeksi manusia serta menyebabkan berbagai penyakit, mulai dari penyakit umum seperti flu, hingga penyakit-penyakit yang lebih fatal, seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

Bagaimana proses penyebaran Virus Corona?

Seringkali virus ini menyebar antara manusia ke manusia melalui tetesan cairan dari mulut dan hidung saat orang yang terinfeksi sedang batuk atau bersin, mirip dengan cara penularan penyakit flu. Tetes cairan dari mulut dan hidung pasien tersebut bisa jatuh dan tertinggal pada mulut dan hidung orang lain yang berada di dekatnya, bahkan dihisap dan terserap ke dalam paru-paru orang tersebut melalui hidungnya.

Gejala Infeksi Coronavirus

- Demam yang mungkin cukup tinggi bila pasien mengidap pneumonia.
- Batuk dengan lendir.
- Sesak napas.
- Nyeri dada atau sesak saat bernapas dan batuk.

Diagnosis Infeksi Coronavirus

Dokter mungkin juga akan melakukan tes dahak, mengambil sampel dari tenggorokan, atau spesimen pernapasan lainnya. Untuk kasus yang diduga infeksi novel coronavirus, dokter akan melakukan swab tenggorokan, DPL, fungsi hepar, fungsi ginjal, dan PCT/CRP.

Pengobatan Infeksi Coronavirus

Tak ada perawatan khusus untuk mengatasi infeksi virus corona. Umumnya pengidap akan pulih dengan sendirinya. Namun, ada beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk meredakan gejala infeksi virus corona. Contohnya:

- Minum obat yang dijual bebas untuk mengurangi rasa sakit, demam, dan batuk. Namun, jangan berikan aspirin pada anak-anak. Selain itu, jangan berikan obat batuk pada anak di bawah empat tahun.
- Gunakan pelembap ruangan atau mandi air panas untuk membantu meredakan sakit tenggorokan dan batuk.
- Perbanyak istirahat.
- Perbanyak asupan cairan tubuh.

- Jika merasa khawatir dengan gejala yang dialami, segeralah hubungi penyedia layanan kesehatan terdekat.

Pola Hidup Sehat dimasa Pandemi :



- Sering-seringlah mencuci tangan dengan sabun dan air selama 20 detik hingga bersih.
- Hindari menyentuh wajah, hidung, atau mulut saat tangan dalam keadaan kotor atau belum dicuci.
- Hindari kontak langsung atau berdekatan dengan orang yang sakit.
- Hindari menyentuh hewan atau unggas liar.
- Membersihkan dan mensterilkan permukaan benda yang sering digunakan.
- Tutup hidung dan mulut ketika bersin atau batuk dengan tisu. Kemudian, buanglah tisu dan cuci tangan hingga bersih.
- Jangan keluar rumah dalam keadaan sakit.
- Kenakan masker dan segera berobat ke fasilitas kesehatan ketika mengalami gejala penyakit saluran napas

Pendukung Materi Layanan :

1. Berupa vidio : https://www.youtube.com/watch?v=5oACd_qSX-k
2. Berupa Poster



Sumber Referensi Materi Layanan :

IDI - Siaran Pers Ikatan Dokter Indonesia. Diakses pada 2020. Outberek Pneumonia Virus Wuhan. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200814124221-20-535726/penularan-corona-serius-idi-sebut-september-tembus-200-ribu>
<https://id.wikipedia.org/wiki/Koronavirus>

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL**

Topik Layanan : Sehat Yes Covid 19 No

Setelah anda mempelajari materi topik layanan yang telah disampaikan , maka lakukanlah beberapa aktifitas dibawah ini :

1. Apakah sebelumnya anda sudah *mengidentifikasi* (C1) materi tentang Covid 19? Kalau sudah, kapan dan jelaskan?

Jawaban anda :

.....
.....

2. Bagaimana anda memanfaatkan alat komunikasi (HP android) untuk *memfasilitasi* (C6) anda memperoleh pemahaman tentang Covid 19?

Jawaban anda :

.....
.....

3. Usaha apa saja yang akan anda lakukan dalam *membentuk* (A4) pola hidup sehat dimasa pandemi Covid 19?

Jawaban anda :

.....
.....

4. Hal-hal apa saja yang menjadi kendala anda dalam *menerapkan* (P2) pola hidup sehat dimasa pandemi Covid 19?

Jawaban anda :

.....
.....

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



Nama Satuan Pendidikan : SMK Ma'arif NU Tonjong
 Kelas / Semester : XII Akuntansi 1
 Komponen : Layanan Dasar
 Topik Layanan : *Belajar Efektif Di Masa Pandemi Covid-19*
 Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
 Alokasi Waktu : 2 x 45 menit

A.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	Aspek Perkembangan : Kematangan Intelektual	Internalisasi Tujuan : 4. <i>Tahap Pengenalan</i> : Menganalisis cara-cara belajar yang efektif dimasa pandemi (C4) 5. <i>Tahap Akomodasi</i> : Menampilkan Teknik belajar yang efektif dimasa pandemi (A2) 6. <i>Tahap Tindakan</i> : Melaksanakan bagaimana belajar yang efektif dimasa pandemi (P2)
B.	TUJUAN LAYANAN	<i>Menbiasakan</i> belajar efektif dalam kehidupan sehari – hari (A5)	
C.	METODE, ALAT DAN MEDIA	Metode : Diskusi kelompok (dilaksanakan secara Luring) Alat dan Media : Latop, proyektor, vidio youtube dan Print out materi bimbingan	
D.	PROSES PELAYANAN BIMBINGAN	<p>Tahap Awal/Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK Menyapa AK dengan kalimat yang membangkitkan <i>semangat</i> 2. PK/AK Memimpin doa sebelum memulai kegiatan 3. PK menyampaikan tujuan bimbingan kelompok 4. AK saling memperkenalkan diri dengah <i>ramah</i> 5. PK menjelaskan proses pelaksanaan, asas, tugas, dan tanggung jawab dalam kegiatan BKP <p>Tahap Transisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas 2. PK memberi kesempatan bertanya kepada setiap AK tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami 3. PK mengadakan permainan untuk menghangatkan suasana 4. PK menanyakan kesiapan para AK untuk melaksanakan tugas 5. PK dan AK menyepakati beberapa hal terkait aturan atau etika selama proses pelaksanaan BKP (etika dalam penyampaian pendapat dan ketika mendengarkan teman yang sedang berpendapat). <p>Tahap Inti/Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK menyampaikan topik tugas yang sudah ditentukan 2. PK menampilkan vidio tayangan dari youtube sebagai bahan pengantar dari topik yang akan dibahas 3. PK menyampaikan pengantar tentang topik yang akan dibahas 4. PK Menentukan setiap sub topik yang akan dibahas 	

		<p>5. AK melakukan curah pendapat dan iskusi dari topik yang dibahas secara <i>Demokratis dan komunikatif</i></p> <p>Tahap Akhir/ Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PK menjelaskan bahwa kegiatan kelompok akan diakhiri 2. PK memberikan penguatan aspek-aspek yang ditemukan oleh AK 3. AK memberikan kesan-kesan setelah mengikuti kegiatan dengan <i>jujur</i> 4. PK merencanakan kegiatan tindak lanjut melalui WAG 5. PK mengucapkan terimakasih atas partisipasi AK 6. PK mengakhiri dengan doa dan ditutup dengan salam
E.	EVALUASI	<p>Evaluasi Proses</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melihat antusiasme anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan. 2. Melihat dinamika kelompok dalam BKp 3. Melihat keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti BKp <p>Evaluasi Hasil</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Menilai pemahaman anggota kelompok 4. Menilai perasaan anggota kelompok setelah mengikuti bimbingan kelompok 5. Menanyakan rencana tindakan anggota kelompok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok
F.	CATATAN LAYANAN	

Tonjong, 18 September 2020

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru BK

H. Tatang Amon, M.Pd

Bambang Kurniawan, S.Pd

Lampiran :

4. Materi Layanan
5. LKPD
6. Instrumen Penilaian

BELAJAR EFEKTIF DIMASA PANDEMI COVID 19



7. Cara Belajar yang Efektif dimasa Pandemi

Dengan adanya musibah penyebaran virus corona atau COVID 19 banyak sekolah menghentikan proses pembelajaran tatap muka. Sebagai gantinya pemerintah menerapkan pembelajaran jarak jauh (PJJ) selama COVID-19. Dengan adanya perubahan sistem pembelajaran tentunya para siswa akan beradaptasi dari sudut pandang cara belajar. Berikut ini merupakan cara-cara belajar yang efektif dimasa pandemi Covid 19.

a. Tanamkan Motivasi yang Kuat

Agar semangat belajar tetap terus ada, maka setiap siswa harus memiliki motivasi yang kuat, tidak menjadikan aktifitas tersebut menjadi beban. Hal yang harus dilakukan adalah menanamkan pikiran positif dalam menghadapi semua permasalahan termasuk menghadapi musibah penyebaran covid 19

a. Mengkondisikan Tempat Belajar yang Aman dan Nyaman

Suasana yang aman dan nyamann dapat dilakukan dengan cara mengatur kerapihan dan kebersihan tempat belajar



b.Membuat Jadwal belajar Harian

Dalam membuat jadwal harian atau schedule harus tetap memperhatikan durasi belajar agar tidak menimbulkan kelelahan. Lama waktu belajar boleh disamakan dengan jam sekolah seperti biasanya. Misalnya dimulai jam 08.00 sampai dengan jam 13.00

c . Jangan Malu Bertanya

Siswa diharapkan tidak malu bertanya kepada orang yang dianggapnya mampu memecahkan kesulitan yang dihadapi atau juga dapat berinovasi mencari media-media yang dapat digunakan untuk belajarnya



d. Tetap Menjaga Kesehatan Selama Belajar

Siswa harus tetap menjaga kesehatan belajar selama di rumah dengan cara mengatur pola duduk yang benar saat menulis atau membaca, melakukan senam peregangan sederhana disela-sela belajar. Serta selalu mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi

8. Teknik Belajar yang Efektif dimasa Pandemi

a. Metode *project based learning* (belajar berbasis masalah)

Yaitu belajar dengan cara membentuk kelompok belajar kecil mengerjakan tugas atau proyek yang diberikan guru melalui kegiatan eksperimen dan melakukan inovasi. Kegiatan ini bertujuan memberikan pelatihan kepada siswa untuk lebih bisa berkolaborasi, gotong royong, dan empati dengan sesama. Metode ini cocok dilaksanakan bagi siswa yang berada di zona kuning atau hijau

b. Metode *Daring* (Dalam Jaringan)

Daring merupakan singkatan dari “dalam jaringan” sebagai pengganti kata *online* yang sering kita gunakan dalam kaitannya dengan teknologi internet. Daring adalah terjemahan dari istilah *online* yang bermakna tersambung ke dalam jaringan internet. Pembelajaran daring artinya adalah pembelajaran yang dilakukan secara online, menggunakan aplikasi pembelajaran maupun jejaring sosial. Aplikasi yang biasa dipakai seperti *google classroom*, *microsoft 365* atau menggunakan *WAG* dll. Peserta didik juga dapat berinteraksi dengan guru pada waktu yang bersamaan, seperti menggunakan *video call* atau *live chat* metode daring ini sangatlah cocok diterapkan bagi pelajar yang berada pada kawasan zona merah. Dengan menggunakan metode full daring seperti ini, sistem pembelajaran yang disampaikan akan tetap berlangsung dan seluruh pelajar tetap berada di rumah masing-masing dalam keadaan aman

c. Metode *Luring* (Luar Jaringan)

Luring adalah kepanjangan dari “luar jaringan” sebagai pengganti kata *offline*. Kata “luring” merupakan lawan kata dari “daring”. **pembelajaran luring** dapat diartikan sebagai bentuk pembelajaran yang sama sekali tidak dalam kondisi terhubung jaringan internet. Contoh aktifitas kegiatan Luring adalah guru dan siswa melakukan tatap muka dalam kegiatan belajar mengajar. Dalam metode yang satu ini, siswa akan diajar secara bergiliran (*shift model*) agar menghindari kerumunan Metode ini sangat pas buat pelajar yang ada di wilayah zona kuning atau hijau terutama dengan protokol ketat

d. Metode *Home Visit*

Yaitu model pembelajaran yang dilakukan oleh guru dengan cara mendatangi rumah siswa dalam waktu tertentu. Metode sangat pas untuk pelajar yang kurang memiliki kesempatan untuk mendapatkan seperangkat teknologi yang memadai. Dengan demikian, materi yang akan diberikan kepada siswa bisa tersampaikan dengan baik.

e. *Blended Learning*

Metode *blended learning* adalah metode ini menggunakan sistem daring sekaligus tatap muka melalui *video conference*. Jadi, meskipun pelajar dan pengajar melakukan pembelajaran dari jarak jauh, keduanya masih bisa berinteraksi satu sama lain.

Pendukung Materi Bimbingan Kelompok :

1. Tayangan Vidio : <https://www.youtube.com/watch?v=JrWvkcMhsIg>
2. Berupa Poster



Sumber Referensi :

Ahmadi, Abu, Widodo Supriyono, 2010, Psikologi belajar, Jakarta: Rineka cipta

Vidio Mas menteri nadim makari <https://www.youtube.com/watch?v=GS7k6eR1QIs>

<https://sevima.com/6-metode-pembelajaran-paling-efektif-di-masa-pandemi-menurut-para-pakar/>

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Topik Materi : Belajar Efektif dimasa Pandemi Covid 19

5. Dari hasil diskusi kelompok, anda diminta *merangkum* (C6) informasi – informasi penting tentang belajar efektif di masa pandemi?

6. Berdasarkan informasi diatas, hal baik apa saja yang akan anda terapkan dalam kehidupan sehari – hari dalam usaha *meningkatkan* (C5) belajar yang efektif dimasa pandemi?

7. Bagaimana anda memanfaatkan alat komunikasi (HP android) yang anda miliki untuk *memfasilitasi* (C6) anda dalam mengembangkan belajar efektif dimasa pandemi ?

8. Hal-hal apa saja yang menjadi kendala anda dalam *menerapkan* (P2) belajar efektif dimasa pandemi?