



**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN DARING
DARURAT PANDEMI COVID - 19
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021**



Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 33 Semarang
Komponen	: Layanan Dasar (Bimbingan Klasikal)
Bidang Layanan	: Pribadi
Topik / Tema Layanan	: Mengelola Stress
Aspek Perkembangan/ SKKPD	: 3. Kematangan Emosi
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 1 pertemuan x @ 60 menit

1.	<p>Tujuan Layanan</p> <p>Tujuan Umum Setelah melakukan diskusi (C), peserta didik (A) dapat merencanakan (C6) minimal 3 (tiga) (D) strategi mengelola stress (B) melalui template poster yang disediakan</p> <p>Tujuan Khusus</p> <ol style="list-style-type: none">a. Peserta didik dapat merencanakan (C6) strategi mengelola stressb. Peserta didik dapat mengelola (A4) stress yang munculc. Peserta didik dapat mengembangkan (P4) strategi mengelola stress
2.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none">a. Metode : <i>Experiential Learning</i>b. Alat / Media : <i>WA Group, platform zoom meeting, microsoft sway, template poster, google form, quizziz</i> (unsur Teknologi)
3.	<p>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</p> <p>a. Tahap Awal/Pendahuluan (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Sebelum pertemuan daring di <i>platform zoom meeting</i>, Guru BK mengirimkan link <i>microsoft sway</i> mengenai materi mengelola stress agar peserta didik mempelajari terlebih dahulu2) Guru BK/konselor membuka pertemuan daring di <i>platform zoom meeting</i> dengan mengucapkan salam3) Guru BK/konselor meminta peserta didik untuk memimpin doa berdoa4) Guru BK/konselor menyapa dan mengecek kehadiran peserta didik pada <i>platform zoom meeting</i>5) Ice breaking sederhana dengan menampilkan video senam otak dari youtube (pembelajaran berbasis neirosains)6) Guru BK/konselor menyampaikan tujuan layanan, menjelaskan norma dan skenario kegiatan7) Guru BK/konselor mengarahkan kegiatan (konsolidasi)8) Guru BK/konselor melaksanakan tahap peralihan (transisi) <p>b. Tahap Inti (35 menit)</p> <ol style="list-style-type: none">1) <i>Concrete Experience (Feeling)</i> Peserta didik melibatkan diri dalam pengalaman nyata (unsur sains) melalui pengamatan video dari youtube tentang mengelola stress yang disampaikan guru BK/ Konselor melalui <i>zoom meeting</i>2) <i>Reflective observation (Watching)</i> Peserta didik merefleksikan persepsi, pemikiran, perasaan dan judgement tentang cara mengelola stress yang terlihat dalam video disampaikan dalam <i>zoom meeting</i>3) <i>Process (Analyze the experience)</i><ul style="list-style-type: none">- Peserta didik mengisi google form mengenali stress pada diri yang disampaikan guru BK/ konselor melalui <i>WA Group</i> dan <i>chat zoom meeting</i>- Peserta didik menganalisis form yang telah diisi dengan memperhatikan arahan dari guru BK/ konselor

	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik mengategorikan kondisi stress yang dialami sesuai pedoman yang disampaikan guru BK/konselor (unsur matematika) <p>4) <i>Generalize (to Connect the experience to real world examples)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik mencari informasi secara digital (literasi digital) mengenai penyebab stress dan hal-hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi stress - Peserta didik bersama guru BK berdiskusi mengenai penyebab dan hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi stress <p>5) <i>Active experimentation (Doing)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik menyampaikan hasil diskusi melalui <i>platform zoom meeting</i> - Guru BK/konselor memberikan umpan balik dan penguatan - Peserta didik merancang strategi mengatasi stress dengan mengisi template poster yang telah disediakan guru BK/konselor - Peserta didik mempraktikkan strategi mengelola stress yang dilakukan (unsur art/seni dan engineer) - Peserta didik mendokumentasikan praktek mengelola stress - Peserta didik mengirimkankan dokumentasi praktek mengelola stress pada guru BK/konselor <p>c. Tahap Penutup (10 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik diminta menyimpulkan materi layanan 2) Guru BK/konselor merefleksi kegiatan layanan dan memberi penguatan 3) Guru BK/konselor menyampaikan kegiatan layanan pertemuan berikutnya 4) Guru BK/konselor menyampaikan link <i>Quiziz</i> dan <i>google form</i> untuk penilaian 5) Guru BK/konselor menutup kegiatan layanan dengan berdoa dan salam
4.	<p>Evaluasi</p> <p>a. Evaluasi Proses : Penilaian terhadap keterlaksanaan layanan yang meliputi 4C (<i>creativity, critical thinking and problem solving, collaboration, comunication</i>, materi, metode/teknik, media, kesesuaian waktu dan aktivitas konseli (<i>melalui link google form</i>))</p> <p>b. Evaluasi Hasil : Penilaian yang berfokus pada perubahan perilaku konseli yang meliputi pemahaman baru, perasaan positif, dan rencana/tindakan yang akan dilakukan berupa skala likert dengan 4 tingkatan yang disusun menggunakan <i>google forms dan Quizizz</i> serta melalui penilaian praktek mengelola stress</p>

Mengetahui
Kepala Sekolah

Didik Teguh Prihanto, M.Pd.
NIP. 19660111 199802 1 002

Semarang, Juli 2020

Guru BK

Yulia Surianingsih
NIP.