

RPLBK

(Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling)

Satuan Pendidikan : SMK Negeri 1 Pungging Mojokerto

Kelas/Semester : XI / 1 (Satu)

Tema : Landasan Perilaku Etis

Sub Tema : Mengimplementasikan Etika Bergaul di Media Sosial

Pembelajaran ke : 1 (satu)

Alokasi waktu : 45 menit

A. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat menjunjung tinggi etika pergaulan dan memiliki etika yang baik dalam pergaulan di media sosial
2. Peserta didik memiliki budi pekerti yang luhur, serta mampu berlaku sopan dan santun dalam berkomunikasi di media social
3. Peserta didik memahami pemanfaatan media social secara baik dan bijak

B. Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Awal
 - a. Membuka dengan salam
 - b. Berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing
 - c. Penjelasan topik dan tujuan kegiatan bimbingan layanan informasi
2. Kegiatan Transisi
 - a. Memeriksa kehadiran siswa
 - b. Mengamati kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan
3. Kegiatan Inti
 - a. Menampilkan gambar tentang media sosial
 - b. *Sharing session*, mengajak peserta didik sharing tentang pemanfaatan media social dan peristiwa-peristiwa yang pernah terjadi
 - c. Penyampaian materi (Terlampir-Lampiran 1)
 - d. Apresiasi terhadap keaktifan siswa
4. Kegiatan Akhir

- a. Mengajak peserta didik membuat kesimpulan dan refleksi terhadap materi yang telah dibahas
- b. Guru menyampaikan kegiatan layanan untuk pertemuan berikutnya
- c. Bersama-sama mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam

C. Penilaian Pembelajaran

1. Evaluasi Proses
Terlampir (Lampiran 2)
2. Evaluasi hasil
Terlampir (Lampiran 3)

Mengetahui

Kepala SMK Negeri 1 Pungging

Guru BK

MUHARTO, S.Pd, M.M

TRIANA WAHYUNI, S.Pd

Lampiran 1 MATERI

BIJAK BERMEDIA SOSIAL

'OVERSHARING'

Saat ini banyak bermunculan social media di dunia maya, baik yang buatan luar negeri maupun dalam negeri, seperti : Facebook, Twitter, Youtube, Instagram sampai Kompasiana. Semuanya memiliki ciri khas yang menjadi keunggulan masing-masing social media. Masyarakat Indonesia dikenal sebagai pengguna social media yang aktif. Sebagian besar orang Indonesia memiliki akun di social media, bahkan bisa lebih dari satu social media.

1. Pengertian media sosial

Media sosial (sering disalahtuliskan sebagai sosial media) adalah sebuah media daring yang digunakan satu sama lain yang para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berkomunikasi, berbagi, dan menciptakan berbagai konten tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu.

Media sosial ibarat pisau bermata dua, jika tidak bisa memanfaatkan dengan bijak, seringkali akan membuat pengguna kesulitan atau mengalami kejadian-kejadian yang tidak diinginkan. Seperti kejahatan fisik, *verbal bullying*, kejahatan seksual dan lain-lain. Namun jika pengguna mampu memanfaatkan dengan baik, salah satu contoh yang sering terjadi, media sosial bisa menjadi ajang untuk mencari relasi bisnis sehingga menghasilkan banyak uang

2. *Oversharing*

Kegiatan membagikan foto dan video merupakan hal yang wajar di media sosial. Faktanya, selain foto atau video media sosial juga memungkinkan penggunanya berbagi apapun, termasuk lokasi, data pribadi, hingga cuitan-cuitan yang mungkin bukan untuk dikonsumsi publik. Fenomena ini disebut *oversharing*. Sesuai dengan sebutannya, *oversharing* adalah perilaku seseorang membagikan berbagai hal yang seharusnya personal kepada publik secara berlebihan.

Menurut studi yang dipublikasikan dalam Jurnal Psikologika pada 2020, perilaku *oversharing* dipengaruhi oleh motif menjaga relasi sosial, presentasi diri, hingga hiburan. Sementara Konsorisum Psikologi Ilmiah Nusantara (KPIN) menambahkan bahwa *oversharing* dipengaruhi oleh keinginan untuk pengakuan dan keinginan untuk dikagumi orang lain.

3. Dampak *Oversharing*

a. Risiko perundungan

Apapun yang ingin Anda posting di media sosial mengandung konsekuensi. Perihal apa saja, seperti tentang masa lalu, trauma masa kecil, penampilan, peristiwa tidak mengenakan dan lain sebagainya. Tidak semua netizen setuju postingan yang Anda bahas dalam suatu topik sehingga rawan sekali dengan perbuatan perundungan.

b. Risiko pemberian akses lokasi

Kebiasaan share lokasi, memberikan info alamat rumah, kantor, baik secara real time atau hanya sekedar berbagi info lokasi terkini di media sosial dapat membuka peluang kejahatan. Bagi yang berniat jahat akan mempelajari akses-akses lokasi yang biasa Anda bagikan melalui media sosial. Niat jahatnya pun semakin mulus. Sehingga potensi terciptanya tindak kejahatan semakin tinggi.

c. Risiko pencurian identitas

Oversharing juga rentan pencurian identitas. Data dan informasi diri Anda di media sosial dapat dengan mudah diambil. Setelah diambil oleh pencurinya bisa digunakan untuk melakukan tindak kriminal, seperti penipuan, menyebarkan berita tidak benar dan lain sebagainya. Tujuannya tentu saja memperoleh keuntungan pribadi.

d. Risiko anak-anak

Banyak orangtua yang suka mengekspos anak-anaknya di media sosial, baik berupa foto ataupun video. Terkadang apa yang mereka bagikan tanpa persetujuan anaknya atau melebihi batasan sehat standar postingan. Hal itu dapat mengancam pertumbuhan anak-anaknya. Secara psikologis, idealnya informasi yang diunggah secara online diupayakan berdampak positif bukan sekadar eksistensi orang tua.

e. Risiko kejahatan cyber

Mengunggah data pribadi di media sosial secara berlebihan dapat mengundang kejahatan siber. Seperti biodata diri, nama, tanggal lahir, alamat, status pernikahan, status pekerjaan hingga nomor telepon pribadi. Semua informasi data diri tersebut bisa saja disalahgunakan oleh oknum yang berniat jahat.

f. Menurunnya kesehatan mental

Kesehatan mental orang yang oversharing bias menurun dikarenakan munculnya rasa tidak berharga ketika postingan tidak ada yang menanggapi atau direspon negative oleh orang lain. Dan selalu merasa cemas karena cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang suka oversharing tetapi mendapatkan respon banyak dari orang lain.

4. Perlukah Perilaku *oversharing*?

Hanif Akhtar, peneliti dalam Jurnal Psikologika mengklaim bahwa fenomena oversharing tidak hanya memiliki sisi negatif, namun juga positif. Oversharing, menurut Akhtar, dapat dimanfaatkan sebagai kajian asesmen kepribadian pelaku khususnya dalam lingkup media sosial. "Setidaknya, perilaku berbagi individu, terutama orang Indonesia dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan untuk melihat kepribadian seseorang yang sesungguhnya" klaim Akhtar dalam jurnal tersebut.

Meski disatu sisi bisa jadi menguntungkan, namun tidak menutup dampak negatifnya. Setiap orang mungkin bisa memposting apapun sesuka hati di media sosial, namun yang perlu dipahami adalah perlukah itu dilakukan? Apalagi jika melihat dampak dari oversharing seperti yang telah diuraikan di atas.

5. Tips Menghindari Bahaya Oversharing

Karena lebih besar risiko daripada manfaatnya, lebih baik hentikan perilaku oversharing. Anda bisa mengikuti tips dari psikolog untuk menghindari bahaya oversharing lewat cara berikut ini.

a. Ganti Media untuk Berbagi

"Sebisa mungkin ubah media sharing-nya, jadi bukan ke media sosial. Kalau memang butuh tempat menyalurkan perasaan yang dirasakan atau kebutuhan akan diperhatikan, bisa bercerita kepada orang terdekat," ujar psikolog Ikhsan.

b. Jangan Membagikan Informasi yang Sifatnya Pribadi

"Jika memang ingin mem-posting sesuatu, sebisa mungkin tidak share hal yang sifatnya privasi seperti barang milik pribadi atau masalah pribadi yang sedang dialami," tegas psikolog Ikhsan.

c. Simpan Foto di Ponsel

Kalau sedang jalan-jalan, simpanlah kenangan foto atau video di galeri ponsel pintar Anda. Apabila mau berbagi, cari foto atau video yang paling tidak menarik perhatian orang. Selain bisa terhindar dari aksi kriminal, menyimpan foto di galeri juga bagus untuk menahan diri dari oversharing.

Lampiran 2 Evaluasi Proses

LEMBAR OBSERVASI EVALUASI PROSES

LAYANAN KLASIKAL

Hari/Tanggal : Kelas :

Materi Layanan : Guru BK :

PETUNJUK

Guru BK memberikan skor penilaian aspek yang diobservasi pada masing-masing siswa, sesuai dengan kolom yang telah disediakan, dengan kriteria sebagai berikut:

Skor 4 Jika hal ini dilakukan dengan SANGAT BAIK oleh siswa

Skor 3 Jika hal ini dilakukan dengan BAIK oleh siswa

Skor 2 Jika hal ini dilakukan dengan CUKUP oleh siswa

Skor 1 jika hal ini dilakukan dengan KURANG oleh siswa

NO	Aspek	Nomor Absen							
		1	2	3	4	5	6	7	dst
1	Aktif mengikuti layanan klasikal tentang Bijak berMedia Sosial								
2	Antusias dalam setiap kegiatan layanan klasikal								
3	Perhatian pada saat guru menjelaskan materi								
4	Keberanian bertanya dan menjawab pada saat ada yang kurang mengerti atau pada saat guru bertanya.								
5	Partisipasi dalam berpendapat tentang materi								
6	Menghargai teman yang sedang berpendapat								
7	Membuat refleksi atau kesimpulan								
8	Mengerjakan evaluasi yang diberikan								
JUMLAH SKOR									

Penentuan Kriteria

Rentangan	Kategori
24 -32	Baik
16 – 23	Cukup
8 – 15	Kurang

Mengetahui

Kepala SMK Negeri 1 Pungging

Guru BK

MUHARTO, S.Pd, M.M

TRIANA WAHYUNI, S.Pd

Lampiran 3 Evaluasi Hasil

ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN KLASIKAL

Nama : Kelas :

No Absen :

NO	PERNYATAAN	SKOR		
		1	2	3
1	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi yang disampaikan			
2	Saya memperoleh banyak pengetahuan dan informasi dari materi yang disampaikan			
3	Saya menyadari pentingnya bersikap bijak dalam ber media social			
4	Saya meyakini bahwa saya akan lebih baik apabila bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan			
5	Saya dapat mengembangkan perilaku bermedia social yang baik setelah mendapatkan materi			
6	Saya dapat mengubah perilaku oversharing saya sehingga kehidupan saya lebih teratur dan bermakna			

Penentuan Kriteria

Rentangan	Kategori
16 ke atas	Baik
11 – 15	Cukup
6 – 10	Kurang

Mengetahui

Kepala SMK Negeri 1 Pungging

Guru BK

MUHARTO, S.Pd, M.M

TRIANA WAHYUNI, S.Pd

