



**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) LURING
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

A	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	:	Belajar
C	Topik / Tema Layanan	:	<i>Topik Tugas tentang “Mau Belajarmu Sukses, Disiplin adalah Kuncinya”</i>
D	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan pengembangan
E	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu mengembangkan kebiasaan disiplin dalam belajar untuk mencapai kesuksesan.
F	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu menyimpulkan pengertian disiplin dalam belajar. (C5) 2. Peserta didik mampu mengkualifikasikan faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin dalam belajar. (A5) 3. Peserta didik mampu membangun kebiasaan disiplin dalam belajar (P4)
G	Sasaran Layanan	:	Kelas XI. TKJ-A
H	Materi	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian dan Tujuan Disiplin Belajar 2. Hal yang harus diperhatikan dalam disiplin belajar 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar 4. Cara membangun disiplin dalam belajar
I	Waktu	:	2x30 Menit 1x pertemuan / Senin, 19 Juli 2021
J	Sumber Materi	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Video: https://www.youtube.com/watch?v=HpgOO46OZ-Q 2. Materi: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Corey, Gerald, (2007). Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi. Bandung: Refika Aditama. ➤ Triyono, Mastur, 2014, Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang belajar, Yogyakarta, Paramitra. ➤ https://ruangguruku.com/model-pembelajaran-kooperatif-jigsaw/
K	Metode	:	Cooperative Learning
L	Model/Teknik	:	Jigsaw
M	Media / Alat	:	<i>Slide Powerpoint, Video, Film Pendek / Laptop, LCD, Kertas, Bolpoin, Alat Pendukung Permainan</i>
N	Pelaksanaan		
	Tahapan	Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
	Pernyataan Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK/Konselor Menyapa Peserta didik/peserta didik dengan salam hangat. 2. Guru BK mengajak untuk Berdo'a dilanjutkan Absensi Peserta didik. 3. Guru BK menyampaikan tujuan-tujuan layanan yang akan dicapai. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik menjawab salam 2. Peserta didik berdo'a dan absensi. 3. Peserta didik mendengarkan penjelasan tujuan layanan.

Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menyampaikan langkah-langkah kegiatan yang akan dilaksanakan dalam 1 kali pertemuan layanan bimbingan konseling. 2. Guru BK melakukan kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mendengarkan penjelasan dari Guru BK terkait dengan langkah-langkah kegiatan 2. Peserta didik menyetujui kontrak waktu yang telah disampaikan oleh Guru BK
Mengarahkan kegiatan (Konsolidasi)	1. Guru BK memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas yaitu tentang <i>“Mau Belajarmu Sukses, Disiplin adalah Kuncinya”</i>	1. Peserta didik mendengarkan penjelasan dari Guru BK terkait dengan topik yang akan dibahas
Tahap peralihan (Transisi)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK memberikan <i>ice breaking</i> untuk melihat kesiapan peserta didik mengikuti layanan. 2. Guru BK menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mengikuti <i>ice breaking (permainan Konsentrasi)</i>. 2. Peserta didik siap mengikuti layanan.
2. Tahap Inti		
1) <i>Orientasi tentang permasalahan kepada peserta didik</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menayangkan Film pendek yang berjudul <i>“Sukses tidak datang pada orang yang malas”</i> 2. Guru BK mengajak siswa untuk menyampaikan intisari dari tayangan Video tersebut. 3. Guru BK mengambil beberapa point penting untuk dijadikan Topik tugas untuk peserta didik. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik memperhatikan penayangan Video yang berlangsung. 2. Peserta didik berlomba-lomba menanggapi dan menyampaikan intisarari dari Video yang telah di putar. 3. Peserta didik memperhatikan penjelasan dari Guru BK terkait dengan topik yang ditentukan.
2) <i>Mengorganisasikan peserta didik</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK membagi kelas menjadi beberapa kelompok inti atau kelompok asal, di tandai dengan warna Pin yang berbeda (4 kelompok) dengan anggota kelompok 3 atau 4 peserta didik yang heterogen (<i>kelompok asal</i>). 2. Guru BK membuat Soal undian untuk pembagian topik yang harus dipelajari dan dibahas dikelompok Ahli 3. Guru BK memberikan perintah untuk bergabung ke kelompok Ahli, yang mempunyai tanda warna Pin yang sama, untuk membahas Topik yang didapatkan Ketika undian. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik membentuk kelompok asal yang terdiri atas 3 atau 4 orang siswa. Para siswa dalam tim asal merupakan kelompok belajar yang heterogen. 2. Perwakilan dari masing masing kelompok mengambil undian topik pembahasan. 3. Peserta didik pindah tempat duduk untuk berkumpul ke kelompok Ahli, yang di tandai dengan warna Pin yang sama.
3) <i>Membimbing penyelidikan individu dan kelompok</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK membantu peserta didik Menyusun tugas sesuai topik yang didapat disetiap kelompok ahli. 2. Guru BK menjadi fasilitator yang mendorong peserta didik menemukan solusi dari cara-cara teknologis,berpikir kritis,dan mendayagunakan kreatifitas. 3. Guru BK menyemangati peserta didik secara edukatif agar peserta didik dapat aktif dalam kegiaan diskusi kelompok 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mengumpulkan informasi dan Menyusun tugas sesuai dengan Topik bahasan. 2. Peserta didik dalam melakukan pembahasan terhadap masalah di dalam kelompok ahli dengan memperhatikan arahan dari Guru BK 3. Peserta aktif aktif dalam kegiatan diskusi kelompok Ahli

	<p>4. Guru BK menanyakan masing-masing kelompok terselesaikannya Topik bahasan dan pemahaman.</p> <p>5. Bila semua sudah terselesaikan Guru BK memberi perintah untuk Kolompok ahli kembali ke masing-masing kelompok inti atau kelompok Asal.</p> <p>6. Guru BK memerintahkan kepada masing-masing kelpok inti/asal untuk saling mengajari tentang hasil pembahasan ke masing-masing anggota kelompok.</p>	<p>4. Peserta didik menjawab dan mempersiapkan masing jawaban atau basan Topik.</p> <p>5. Peserta didik Kembali ke kelompok asal.</p> <p>6. Peserta didik saling menyampaikan kesemua anggota kelompok hasil Pembahasan Tugas sesuai Topik masing-masing yang didapat dari Kelompok Ahli.</p>
4) Mengembangkan dan menyajikan hasil karya	<p>1. Guru BK meminta kepada peserta didik untuk menyajikan hasil karya kelompoknya presentasi di depan.</p> <p>2. Guru BK meminta peserta didik untuk berdiskusi terkait dengan hasil karya yang sudah dipresentasikan oleh masing-masing kelompok.</p>	<p>1. Peserta didik menyajikan hasil karya yang telah dibuat dalam kelompok kepada seluruh kelompok.</p> <p>2. Peserta didik aktif dalam berpendapat, bertanya, ataupun memberikan masukan kepada kelompok lain.</p>
5) Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah	<p>1. Guru BK membantu peserta didik merefleksikan hasil investigasi dan proses-proses yang telah mereka lakukan</p>	<p>1. Peserta didik merefleksikan hasil investigasi terhadap suatu permasalahan aktual yang sudah dibahas dalam kelompok</p>
3. Tahap Penutup	<p>1. Guru BK memberi kesempatan peserta didik untuk menyimpulkan materi layanan</p> <p>2. Guru BK membagikan lembar LKPD dan lembar Evaluasi Hasil ke siswa.</p> <p>3. Guru BK mengarahkan peserta didik untuk melakukan refleksi terkait layanan,</p> <p>4. Guru BK menyampaikan informasi tentang kegiatan minggu depan,</p> <p>5. Menutup kegiatan layanan dengan berdoa dan salam</p>	<p>1. Peserta didik menyimpulkan materi layanan.</p> <p>2. Peserta didik mengisi LKPD dan lembar Evaluasi.</p> <p>3. Peserta didik melakukan refleksi terkait layanan.</p> <p>4. Peserta didik mendengarkan guru BK terkait materi minggu depan</p> <p>5. Peserta didik berdoa dan menjawab salam penutup dari guru BK</p>
O	Evaluasi	
1. Evaluasi Proses	:	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <p>1. Refleksi kegiatan peserta didik selama kegiatan klasikal daring</p> <p>2. Sikap atau antusiasme peserta didik dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal</p> <p>3. Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya.</p> <p>4. Cara peserta didik memberikan penjelasan dari pertanyaan guru BK dan temannya.</p>
2. Evaluasi Hasil	:	<p>1. Pemahaman baru yang didapat setelah mengikuti layanan daring dengan materi “<i>Mau Belajarmu Sukses, Disiplin adalah Kuncinya</i>”</p> <p>2. Perasaan positif yang didapat setelah mengikuti layanan daring dengan materi “<i>Mau Belajarmu Sukses, Disiplin</i>”</p>

		<p><i>adalah Kuncinya”</i></p> <p>3. Melihat rencana kegiatan yang akan dilakukan peserta didik setelah mengikuti layanan daring bimbingan konseling.</p>
--	--	---

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. LKPD
3. Instrumen penilaian.

Mengetahui,
Kepala Sekolah,

Rembang, 19 Juli 2021

Guru BK,

Suswanto Djony Purnawan, S.Pd, M.Pd
NIP. 19700531 200401 1 001

Ari Sindu Pramono, S.Pd
NIP. -

“Mau Belajarmu Sukses, Disiplin adalah Kuncinya”



Sebagai seorang pelajar kita semua mempunyai tugas utama yaitu belajar. Proses belajar yang baik diharapkan akan dapat menghasilkan prestasi yang optimal. Oleh karena itu kita perlu memikirkan kebiasaan dan cara belajar yang baik agar dapat memperoleh hasil sesuai dengan yang kita harapkan.

I. Pengertian Disiplin Belajar

Belajar merupakan proses penting bagi perubahan perilaku setiap orang dan belajar itu mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan oleh seseorang (*Rifa'i, 2011:82*).

Belajar merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan perubahan dalam dirinya melalui pelatihan – pelatihan atau pengalaman – pengalaman (*Baharuddin, 2008:12*).

Disiplin adalah sikap mental yang mengandung kerelaan mematuhi semua ketentuan, peraturan dan norma yang berlaku dalam menunaikan tugas dan tanggung jawab. Disiplin belajar adalah membiasakan diri dalam menuntut ilmu dengan tugas belajar setiap saat dan tidak memaksakan untuk belajar sehari penuh tapi dengan belajar sedikit demi sedikit.

Disiplin belajar merupakan suatu kondisi yang sangat penting dan menentukan keberhasilan seorang siswa dalam proses belajarnya. Disiplin merupakan titik pusat dalam pendidikan, tanpa disiplin tidak akan ada kesepakatan antara guru dan siswa yang mengakibatkan prestasi yang dicapai 16 kurang optimal terutama dalam belajar.

Disiplin belajar adalah serangkaian perilaku seseorang yang menunjukkan ketaatan dan kepatuhan terhadap peraturan, tata tertib norma kehidupan yang berlaku karena didorong adanya kesadaran dari dalam dirinya untuk melaksanakan tujuan belajar yang diinginkan

II. Tujuan Disiplin Belajar

Tujuan disiplin belajar adalah menjadikan peraturan yang ada di sekolah sebagai pendukung untuk giat belajar dan bukan sebagai alat untuk mencambuk demi masa depan.

III. Hal-hal yang harus Diperhatikan untuk Disiplin belajar

- a. Mengerti maksud dan tujuan memasuki suatu sekolah, tidak hanya sekedar untuk diketahui oleh teman.
- b. Sekolah bertujuan bekerja keras untuk mendapatkan ilmu dan bukan untuk teman-teman
- c. Belajar harus siap mental agar kelak bila ada sulitnya pelajaran sudah siap menerima kenyataan di sekolah.
- d. Harus mengikuti segala peraturan dan benar mengikuti pelajaran dengan kesungguhan hati
- e. Memiliki sopan santun terhadap guru, orang tua, keluarga dan masyarakat
- f. Tidak hanya mau menanggungnya sendiri
- g. Memanfaatkan tempat yang nyaman, missal di teras rumah atau di gazebo rumah bila ada, untuk belajar.

Sebelum melakukan kegiatan belajar, ada beberapa hal yang perlu dipersiapkan, antara lain sebagai berikut :

1) Diri Sendiri

- a. Kita harus menumbuhkan rasa senang terhadap pelajaran yang akan kita pelajari. Hal ini sangat membantu dalam rangka menumbuhkan semangat belajar (motivasi) yang akan membuat kita dapat menikmati belajar dan tidak cepat bosan.
- b. Menumbuhkan rasa senang terhadap guru . Hal ini penting sekali karena apabila kita tidak senang terhadap guru maka secara langsung kita tidak akan dapat menerima pelajaran dengan baik dan tentunya kita tidak akan dapat berkonsentrasi dengan baik.
- c. Badan harus sehat dengan makan dan olah raga teratur. Badan yang sehat akan sangat membantu dalam proses belajar karena kita dapat belajar tanpa gangguan pusing, mual atau gangguan kesehatan yang lain. Seperti pepatah, “ *Di dalam badan yang sehat terkandung jiwa yang kuat*”, dengan demikian kita akan dapat belajar dengan baik.
- d. Menumbuhkan rasa percaya diri bahwa kita bisa melakukannya.. Munumbuhkan optimisme sangat penting untuk menumbuhkan semangat belajar, sedangkan pesimisme (tidak percaya diri) akan cenderung melemahkan semangat.

2) Tempat Belajar

- a. Sediakan tempat yang teratur.
Teratur dan dipersiapkan untuk belajar dan tidak bercampur dengan kegiatan yang lain. Tempat diatur dengan baik sehingga menjadikan kita mudah mendapatkan apa yang kita butuhkan.
- b. Hindari tempat yang berangin.
Tempat yang terlalu banyak angin akan cepat menimbulkan rasa kantuk dan tentunya juga kurang baik bagi kesehatan.
- c. Harus ada penerangan yang baik.
Penerangan yang baik penting sekali untuk kesehatan mata. Penerangan yang kurang akan mengganggu penglihatan dan mata cepat lelah. Sebaiknya menggunakan lampu neon dengan jarak yang cukup dengan meja belajar kita.

- d. Usahakan tempat yang tenang dari keramaian anak-anak.

Ketenangan akan memudahkan kita berkonsentrasi terhadap materi pelajaran. Tentunya juga akan lebih baik apabila jauh dari kegiatan anak-anak agar kita tidak terganggu dengan suara berisik anak-anak yang sedang bermain.

- e. Mengatur tempat dengan rapi.

Tempat yang rapi akan membuat kita nyaman dalam belajar dan kenyamanan itu akan membuat kita betah atau tidak cepat bosan .(Suasana yang berantakan dan kotor akan membuat kita malas belajar).

3) Bahan Pelajaran.

- a. Menentukan bahan yang akan dipelajari, tidak campur baur.

Menyelesaikan masalah satu persatu lebih baik dibandingkan dengan menyelesaikan beberapa masalah sekaligus. Demikian juga dengan belajar satu bidang studi tertentu satu waktu, baru selanjutnya belajar bidang studi yang lain akan lebih baik.

- b. Mentaati ketetapan diri sendiri.

Kita harus dapat mentaati aturan yang kita buat sendiri, misalnya kita akan belajar selama 20 menit, tapi berulang-ulang. Jadi kita harus mentaati waktu tersebut, tidak diselingi dengankegiatan lain yang kurang perlu misalnya ngobrol, menonton televisi, dsb.

- c. Menyediakan alat yang dibutuhkan dalam pelajaran tersebut.

Menyiapkan peralatan yang mungkin dibutuhkan dalam belajar , misalnya, mistar, pulpen, pensil, penghapus, jangka, buku-buku referensi. Maksudnya adalah agar kegiatan belajar kita tidak terputus, karena mencari alat yang dibutuhkan.

4) Waktu Belajar.

Waktu belajar disesuaikan dengan jadwal atau kegiatan kita masing-masing. Oleh karena itu penting sekali membuat program belajar atau jadwal belajar kita sehari-hari. Hal ini dimaksudkan agar kegiatan yang satu tidak berbenturan waktunya dengan kegiatan yang lain. Sehingga dalam belajarpun kita akan tenang karena memang sudah kita rencanakan waktunya.

5) Istirahat.

Istirahat yang baik bukan masalah lamanya istirahat tetapi kualitas istirahat tersebut. Istirahat yang paling adalah tidur. Jadi setelah belajar sebaiknya tidak melakukan aktivitas yang berat yang menyita pikiran, agar apa yang baru saja kita pelajari dapat tersimpan baik dalam ingatan kita.

IV. Faktor-faktor yang mempengaruhi Disiplin belajar

- a. Kesadaran diri, berfungsi sebagai pemahaman diri bahwa disiplin dianggap penting bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Selain kesadaran diri menjadi motif sangat kuat bagi terbentuknya disiplin.
- b. Pengikut dan ketaatan, sebagai langkah penerapan dan praktik atas peraturan-peraturan yang mengatur perilaku individunya. Hal ini sebagai kelanjutan dari adanya kesadaran diri yang dihasilkan oleh kemampuan dan kemauan diri yang kuat.
- c. Alat pendidikan, untuk mempengaruhi, mengubah, membina dan membentuk perilaku yang sesuai dengan nilai yang ditentukan dan diajarkan.

V. Cara membangun Disiplin dalam belajar

1. Jangan Tunggu Motivasi Datang

Melatih disiplin harus datang dari hati Anda sendiri. Jangan tunggu digerakkan atau mendapat motivasi. Menunggu motivasi tidak akan membuat diri Anda bisa lebih disiplin.

Disiplin adalah tetap melakukan kegiatan meski Anda tidak menyukainya. Anda akan dilatih untuk mengubah sikap positif menjadi sebuah kebiasaan.

2. Tahan Godaan

Saat Anda mulai melatih kedisiplinan, godaan pasti akan datang tak tertahan. Di sinilah akan terlihat sekuat apa niat Anda untuk bisa menjadi sosok yang disiplin.

Sebagai awal, jauhkan semua hal yang bisa menjadi godaan saat melatih kedisiplinan.

Sebagai contoh, jauhkan telepon seluler dari jangkauan dan pendengaran saat Anda bekerja.

Matikan televisi atau apa pun yang bisa mengganggu fokus Anda terhadap pekerjaan.

Jauhkan keinginan Anda untuk memainkan ponsel atau remote TV.

3. Mulailah dari Hal Kecil

Sesuatu yang besar pasti dimulai dari hal kecil. Kedisiplinan bukan sesuatu yang bisa didapat secara instan. Tidak bisa tercipta hanya dalam waktu satu malam, seperti permintaan Roro Jonggrang kepada Bandung Bondowoso untuk membangun seribu candi. Maka itu, untuk bisa meningkatkan disiplin diri harus dimulai dari hal sederhana. Seperti disiplin dalam membuang sampah atau datang tepat waktu ke tempat bekerja. Kedisiplinan Anda pasti akan meningkat secara otomatis ketika Anda sering melatihnya. Lakukan dalam banyak aspek di kehidupan Anda sehingga bisa mendapatkan masa depan yang bahagia.

4. Tetapkan Rutinitas Harian

Cara melatih disiplin bisa dimulai dengan menetapkan rutinitas harian. Misalkan saja, Anda menargetkan setiap hari akan bangun setiap pukul 4 pagi.

Setelah ditetapkan, lakukan upaya maksimal untuk bisa mewujudkannya. Jadikan target tersebut sebagai sebuah kebiasaan kunci.

Lama kelamaan rutinitas ini pasti akan Anda rasakan sebagai sebuah hal yang ringan dilakukan.

5. Makan Teratur dan Bergizi

Anda tidak akan pernah bisa melatih disiplin jika Anda tidak sendiri tidak pernah berada dalam kondisi sehat.

Melatih disiplin bisa juga dimulai dengan makan secara teratur. Jangan makan dalam waktu yang berdekatan atau terlalu lama.

Usahakan asupan makanan Anda selalu terjaga kandungan nutrisinya. Makan makanan bergizi akan membantu Anda meningkatkan konsentrasi dan daya ingat yang berdampak pada pendisiplinan diri.

6. Fokus pada Target Jangka Panjang

Anda harus punya target dalam hidup yang Anda jalani. Baik target jangka pendek maupun jangka panjang.

Nah, salah satu cara dalam meningkatkan disiplin diri adalah dengan fokus kepada target jangka panjang.

Kenapa target jangka panjang? Karena target jangka panjang adalah sasaran yang tidak akan bisa Anda raih dalam waktu dekat.

Sehingga Anda pun terpacu menjaga motivasi untuk bisa mencapainya. Dan salah satu cara mencapainya adalah dengan melatih kedisiplinan.

7. Jangan Mencari-cari Alasan

Meningkatkan disiplin diri jelas bukan sesuatu yang mudah dilakukan. Dengan kondisi seperti ini Anda akan cenderung mudah untuk mencari-cari alasan.

Terutama alasan untuk tidak disiplin.

Untuk menghindari Anda dari upaya mencari alasan, mulailah dengan jujur terhadap diri sendiri.

Lihat, layakkah Anda berada di level kehidupan saat ini atau justru tidak layak.

Jika belum, artinya tidak ada alasan untuk berhenti melatih disiplin.

8. Segera *Move On*

Saat menjalankan upaya apa pun pasti akan mengalami masa naik dan turun. Termasuk ketika Anda tengah berupaya meningkatkan kedisiplinan diri.

Saat itulah usahakan agar jangan mudah terlarut oleh godaan dan seribu alasan.

Ketika Anda merasa tengah berada di bawah, jangan lantas terlena dan melemah. Jangan terbelenggu oleh rasa bersalah. Lupakan semuanya dan terus maju ke depan.

Jadikan kondisi tersebut sebagai pelajaran untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Maafkan diri Anda dan segera *move on*.

9. Buat Tenggat

Harapan dan tenggat yang dimunculkan pihak lain biasanya akan meningkatkan kinerja Anda.

Jika tidak ada yang memberi tenggat, coba ciptakan sendiri tenggat pribadi.

Caranya, jika Anda punya rencana untuk menyelesaikan satu proyek selama satu pekan, informasikan hal ini kepada teman atau kerabat terdekat Anda.

Mintalah kepada mereka untuk mengingatkan Anda mengenai tenggat yang ditetapkan beberapa hari sebelumnya.

Saat mereka mengingatkan, Anda akan lebih terpacu lagi untuk menyelesaikan proyek tersebut sebelum waktunya.

10. Tepis Hal-hal Negatif

Saat Anda melakukan sebuah upaya dan rencana, akan ada orang atau pihak lain yang menganggap sepele.

Mereka akan menyebut Anda tidak akan mampu mewujudkan rencana tersebut. Bahkan mengatakan semua upaya yang Anda lakukan mustahil memberi hasil.

Yang harus Anda lakukan ketika menemui kondisi seperti itu adalah dengan mengabaikan dan meninggalkannya.

Menanggapinya hanya akan membuat Anda menjadi lemah. Dan, justru akan membuat pandangan mereka menjadi terbukti.

Karena itu, tepis dan buang jauh-jauh jika Anda menerima komentar seperti itu. Jadikan pandangan negatif tersebut sebagai tambahan motivasi untuk membuktikan bahwa pendapat mereka itu salah.

11. Rutin Berolahraga

Berolahraga juga bisa membantu Anda dalam melatih kedisiplinan diri. Dengan berolahraga, maka Anda akan lebih fokus pada menjaga mental dan energi untuk meraih target yang dicanangkan.

Selain itu, olahraga juga mengajarkan Anda untuk bekerja keras dan melakukan yang terbaik. Tak hanya itu, rutin berolahraga akan membantu Anda meningkatkan disiplin diri dalam semua aspek kehidupan.

Otak Anda akan terstimulasi untuk melakukan hal terbaik dibanding mencari jalan pintas untuk mencapai sasaran.

12. Berlatih untuk Berkata “Tidak”

Godaan dan rintangan pasti akan Anda temui dalam upaya meningkatkan kedisiplinan.

Karena itu Anda harus bisa memilah, mana proses latihan yang harus dilakukan dan mana yang ingin Anda lakukan. Bedakan, antara “harus” dengan “ingin”.

Mulailah belajar berkata tidak saat Anda melihat pakaian atau sepatu yang keren di supermarket. Lakukan hal ini dalam semua aspek kehidupan Anda.

Saat Anda mulai bisa mengontrol mana yang harus dan mana yang bisa ditunda atau bahkan tidak dilakukan, secara perlahan Anda sudah menapaki tangga untuk lebih disiplin.

13. Ambil Inspirasi dari Idola

Anda pasti punya satu sosok yang dipuja atau jadi idola. Cari sisi positif yang paling menonjol dari idola Anda tersebut.

Lalu jadikan inspirasi yang bisa menambah motivasi Anda dalam meningkatkan kedisiplinan. Tokoh idola ini tidak mesti harus orang terkenal. Dia bisa saja senior Anda di kampus, atau bahkan atasan di tempat kerja.

Inspirasi yang Anda dapatkan dari mereka bisa menjaga Anda berada di jalur yang tepat untuk mencapai target.

14. Visualisasikan Target Anda

Saat Anda sudah mencanangkan sebuah target, berlatihlah untuk memvisualisasikannya.

Bayangkan Anda berada dalam situasi saat Anda meraih target tersebut. Ini akan menstimulus motivasi di dalam diri untuk mencapai target tersebut.

Rasakan bagaimana saat Anda meraih target tersebut. Terutama target jangka panjang.

Dengan fokus untuk meraih target jangka panjang maka Anda akan lebih termotivasi dan menjadi lebih disiplin.

Selesai

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK "LKPD"

Lengkapilah pernyataan di bawah ini yang sesuai dengan kondisi Anda!

1. Menurut pendapat anda, apa yang dimaksud dengan Disiplin Belajar?

2. Apa tujuan dari Disiplin belajar ?

3. Sebutkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi disiplin belajar dari dalam diri anda.

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

4. Bagaimana cara dan strategi anda untuk menjadi disiplin belajar?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

Guru BK/Konselor,

Rembang, 19 Juli 2021
Peserta Didik,

Ari Sindu Pramono, S.Pd.
NIP.-

.....



a. Instrumen Observasi terhadap proses layanan bimbingan klasikal

**PEDOMAN OBSERVASI
LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL**

A. Identitas :

- 1. Kelas :
- 2. Nama Peserta Didik :
- 3. Topik Layanan : **“Mau Belajarmu Sukses, Disiplin adalah Kuncinya”**
- 4. Tanggal Layanan :

A. PETUNJUK:

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

- Skor 4 = Sangat Baik
- Skor 3 = Baik
- Skor 2 = Cukup Baik
- Skor 1 = Kurang Baik

NO	PERNYATAAN	KRITERIA			
		KB	CB	B	SB
1	Peserta didik menjawab salam dari guru BK				
2	Peserta didik memperhatikan penjelasan guru terkait materi yang disampaikan				
3	Peserta didik aktif dalam menyampaikan gagasannya dalam pelaksanaan bimbingan klasikal				
4	Peserta didik aktif bertanya tentang materi layanan yang belum dipahami				
5	Peserta didik saling menghormati pendapat temannya				
6	Peserta didik mampu dalam menganalisa LKPD sesuai dengan keadaan diri pribadi				
7	Peserta didik menyampaikan penguasaan materi dengan baik kepada seluruh teman dalam web meeting				
Total Skor					

Rembang, 19 Juli 2021

Koordinator BK,

Guru BK/ Konselor,

Abdul Jalil, S.Pd
NIP. -

Ari Sindu Pramono, S.Pd
NIP.-

Keterangan :

- 1. Skor minimal yang dicapai adalah $1 \times 7 = 7$, dan skor tertinggi adalah $4 \times 7 = 28$
- 2. Memasukkan skor tersebut ke dalam rumus:

$$\text{Prosentase} = \frac{n}{N} \times 100\% = \frac{\text{Jumlah skor}}{28} \times 100\%$$

Keterangan:

- n = nilai yang diperoleh
- N = nilai total
- % = tingkat keberhasilan yang dicapai

3. Kategori hasil :

- Sangat Baik = 81,28 % - 100 %
- Baik = 62,52 % - 81,27 %
- Cukup Baik = 43,76 % - 62,51 %
- Kurang Baik = 25 % - 43,75 %

b. Instrumen Evaluasi Hasil (Angket Layanan Bimbingan Klasikal)

**ANGKET EVALUASI HASIL
LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL**

A. Identitas :

1. Nama Lengkap :
2. Kelas/ No. Absen :
3. Topik Layanan : **“Mau Belajarmu Sukses, Disiplin adalah Kuncinya”**
4. Tanggal Layanan :

B. Pernyataan

Pernyataan di bawah ini berisi tentang hasil yang Kita peroleh setelah mengikuti layanan bimbingan klasikal. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Berikan jawaban dengan cara memberi tKita cek (V) pada salah satu jawaban yang paling sesuai.

Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS)

NO	PERNYATAAN	KRITERIA			
		SS	S	TS	STS
Pemahaman Baru					
1	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai Disiplin Belajar				
2	Saya mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar				
3	Saya mengetahui cara untuk mencapai disiplin belajar				
4	Saya dapat menyimpulkan mengenai materi layanan				
Perasaan positif					
5	Saya merasa senang karena dalam Bimbingan Klasikal ini mengajarkan memberikan ide, gagasan, pendapat dan pengalaman				
6	Saya merasa dihargai selama proses pemberian layanan				
7	Saya merasa puas mengikuti layanan ini karena dilakukan dengan cara yang menyenangkan				
8	Saya merasa senang karena merasa materi yang disampaikan bermanfaat bagi kehidupan saya saat ini dan masa yang akan datang				
Rencana Kegiatan Setelah Layanan					
9	Saya akan menerapkan pengetahuan saya dapat dari layanan sebagai dasar untuk bertindak dan berperilaku				
10	Saya akan mencoba melatih kedisiplinan saya dalam belajar.				
11	Saya menentukan keputusan terbaik terhadap suatu sikap setelah mengikuti layanan.				

Rembang, 19 Juli 2021

Guru BK/Konselor,

Peserta Didik,

Ari Sindu Pramono, S.Pd.

NIP.-

.....

Keterangan:

1. Skor minimal yang dicapai adalah $1 \times 11 = 11$, dan skor tertinggi adalah $4 \times 11 = 44$

2. Memasukkan skor tersebut ke dalam rumus: Prosentase = $\frac{n}{N} \times 100\% = \frac{\text{Jumlah skor}}{44} \times 100\%$

Keterangan:

n = nilai yang diperoleh

N = nilai total

% = tingkat keberhasilan yang dicapai

Sangat Baik = 81,28 % - 100 %

Baik = 62,52 % - 81,27 %

Cukup Baik = 43,76 % - 62,51 %

Kurang Baik = 25 % - 43,75 %