



**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 28**  
 Jalan Mardani No. 17 Johar Baru Jakarta Pusat, Telp. (021) 4246165  
**KOTA ADMINISTRASI JAKARTA PUSAT**  
 Kode Pos 10560

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**

<b>IDENTITAS</b>				
	<b>Komponen Layanan</b>	Layanan Dasar	<b>Sasaran Layanan</b>	Siswa Kelas VIII A s.d VIII G
	<b>Bidang Layanan</b>	Pribadi	<b>Waktu Layanan</b>	1 x 40 menit
	<b>Topik Layanan</b>	<b>Cara Mengelola Emosi</b>	<b>Semester dan Tahun Pelajaran</b>	Genap, 2021/2022
<b>A</b>	<b>TUJUAN LAYANAN</b>	<b>Kematangan Emosi</b>		
		Mengenal cara-cara mengekspresikan perasaan secara wajar	Memahami keragaman ekspresi perasaan diri dan perasaan orang lain	Mengekspresikan perasaan atas dasar pertimbangan kontekstual
		Siswa mampu mengenali jenis-jenis emosi baik emosi yang positif maupun negatif	Siswa mampu mengetahui dampak positif dan negatif dari sebuah ekspresi emosi	Siswa mampu mengembangkan cara-cara mengelola emosi yang baik yang sesuai dengan pertimbangan kondisi saat itu
<b>B</b>	<b>KEGIATAN LAYANAN</b>			
<b>1</b>	<b>Tahap Awal / Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Guru BK mengkondisikan siswa di kelas dengan memberikan ucapan salam</li> <li>-Pembacaan do'a yang dipimpin oleh ketua kelas.</li> <li>-Guru BK mengecek kehadiran melalui sekretaris kelas</li> <li>-Guru BK menginformasikan materi kegiatan hari ini beserta tujuan dan hasil yang diharapkan dari kegiatan pembelajaran</li> <li>-Guru BK melakukan apersepsi.</li> <li>-Guru BK mengajak siswa untuk tepuk semangat ( Ice Breaking )</li> </ul>		
<b>2</b>	<b>Tahap Inti Tahapan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru BK membuka pertanyaan tentang macam-macam emosi / perasaan dan siswa menyebutkan apa saja macam-macam emosi yang mereka ketahui.</li> <li>- Guru BK menunjukan sebuah poster perasaan di papan tulis dan menanyakan bagaimana perasaan siswa saat ini dengan meminta perwakilan siswa untuk menceritakan perasaannya saat ini.</li> <li>- Guru BK memberikan sebuah pertanyaan tentang “apakah emosi atau perasaan yang berlebihan itu baik?, beberapa siswa diminta untuk menyatakan pendapatnya</li> <li>- Guru BK membagi siswa ke dalam 6 kelompok dan memberikan masing-masing kelompok sebuah kasus tentang gambaran kondisi emosi seseorang. Setiap kelompok diminta untuk mendiskusikan bagaimana cara bersikap saat menghadapi kondisi emosi tersebut.</li> <li>- Guru BK mengajak siswa untuk mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya dalam sebuah permainan peran sesuai kasus yang mereka dapatkan.</li> </ul>		

		- Guru BK mengajak siswa untuk merayakan penampilan setiap kelompok dengan memberikan tepuk hebat
<b>3</b>	<b>Penutup</b>	- Guru BK bersama-sama dengan siswa membuat sebuah refleksi tentang materi hari ini. - Guru BK memberikan kesempatan siswa untuk bertanya dan memberikan ucapan terimakasih atas keaktifan siswa dalam kegiatan - Guru BK menutup kegiatan dengan membaca salam
<b>C</b>	<b>EVALUASI / PENILAIAN LAYANAN</b>	
<b>1</b>	<b>Evaluasi Proses</b>	Penilaian keaktifan siswa selama mengikuti kegiatan layanan Bimbingan Konseling
<b>2</b>	<b>Evaluasi Hasil</b>	Penilaian hasil dari jawaban siswa tentang refleksi kegiatan hari ini ( <b>Terlampir</b> )
<b>D</b>	<b>TINDAK LANJUT</b>	Guru BK membuka kesempatan untuk melaksanakan layanan konsultasi atau konseling individu bagi siswa yang masih ingin mendiskusikan seputar materi atau bagi yang memiliki masalah lainnya.

Mengetahui  
Kepala SMPN 28 Jakarta

Jakarta, Januari 2022  
Guru BK

UJANG SUPRIANA, M.Pd.  
NIP. 196706281993031012

SITI UCU HABIBAH,S.Pd.  
NIP. 198209222006042008

**Lampiran : Lembar Penilaian Hasil**

**LEMBAR EVALUASI HASIL LAYANAN  
BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama : .....  
Kelas : .....

No	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
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 sesuai dengan materi yang disampaikan.				
4	Saya meyakini diri akan lebih baik,apabila bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan.				
5	Saya dapat mengembangkan perilaku yang lebih positif setelah mendapatkan materi yang disampaikan.				
6	Saya dapat mengubah perilaku sehingga kehidupan saya menjadi lebih teratur dan bermakna				
	Total Skor =...				

Keterangan:

- 4 = Sangat Setuju
- 3 = Setuju
- 2 = Cukup
- 1 = Kurang Setuju

## Lampiran

Materi kegiatan diskusi kelompok :

Kelompok	Tugas	Keterangan Gambar
1	<p>Diskusikan pengalamanmu saat mengelola perasaan bangga agar tidak berubah menjadi sebuah perasaan sombong</p> <p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	 <p>Proud Bangga</p>
2	<p>Diskusikan pengalamanmu saat mengelola perasaan marah agar menjadi lebih tenang</p> <p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	 <p>Angry Marah</p>
3	<p>Diskusikan pengalamanmu saat mengelola perasaan sedih agar tidak menjadi kesedihan yang berlarut-larut</p> <p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	 <p>Sad Sedih</p>
4	<p>Diskusikan pengalamanmu saat mengelola perasaan malu agar menjadi tampil percaya diri</p> <p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	 <p>Shy Malu</p>
5	<p>Diskusikan pengalamanmu saat mengelola perasaan kecewa agar tidak menjadi perasaan sedih atau dendam</p>	

	<p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	
6	<p>Diskusikan pengalamanmu saat mengelola perasaan bosan agar menjadi kembali bersemangat</p> <p>Peragakan cara terbaikmu dalam mengelola perasaan tersebut</p>	