

Rambu-Rambu Penyusunan RPP, Petunjuk Pelaksanaan Simulasi Mengajar dan Wawancara Calon Pengajar Praktik

A. Rambu-Rambu Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

B. IDENTITAS PEMBUAT RPP

Nama : Hariadi Ahmad
Instansi : Dinas Pendidikan Kota Mataram
e-mail : hariadimemed@gmail.com
Rencana Jenjang : SMP
Mata Pelajaran : BK
Topik : 3
Tema Pembelajaran : Kematangan Emosi

C. RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP
Kelas / Semester : 7 - 9
Tema : Kematangan Emosi
Sub Tema : Mengepresikan Perasaan Secara Wajar atas Dasar Pertimbangan Kontestual melalui Self Awareness
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 2 x 45 Menit

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Memahami hakikat kesadaran diri
- Menampilkan kesadaran diri yang baik
- Menjelaskan pengertian kesadaran diri
- Menjelaskan bagian kesadaran diri
- Menjelaskan alasan perlunya kesadaran diri
- Menampilkan kesadaran diri yang baik dalam kehidupan sehari-hari

E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Tahap Awal/Pendahuluan

1. Membuka dengan salam dan berdoa
2. Membina hubungan baik dengan peserta didik

3. Menyampaikan tujuan layanan sehubungan dengan materi yang akan disampaikan
4. Menanyakan kesiapan kepada peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan

Tahap Inti

1. Menampilkan materi dalam bentuk PPT
2. Pemberian Model dalam bentuk Cerita (Biblio)
3. Memandu Siswa Untuk Bermain Peran (rollplaying)
4. Memandu dalam Reflesi Isi dan Reflesi Diri
5. Umpan Balik atau Curah pendapat dan Tanya jawab sekitar materi dalam tayangan video
6. Peserta didik yang kurang faham akan diberi kesempatan bertanya
7. Memberi kesempatan kepada Peserta Didik untuk berkomentar
8. Penyampian Tugas di rumah
9. Menyapikan lembar Pengembangan diri
10. Menyampikan Lembar Evaluasi Pembelajaran
11. Penyampian Lembar evaluasi hasil Pembelajaran

Tahap Penutup

1. Membuat kesimpulan terkait materi layanan
2. Membuat kesimpulan terhadap hasil umpan balik/komentar dari layanan saat ini
3. Menyampaikan rencana layanan yang akan datang Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam

F. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian Pembelajaran melalui:

1. Lembar Reflesi Isi
2. Lembar Refleksi Diri
3. Lembar Tugas Rumah
4. Lembar Pengembangan Diri
5. Skala Self Awareness

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
SMP
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Satuan Pendidikan	:	SMP
Komponen	:	Layanan Dasar
Bidang Layanan	:	(Topik 3) Kematangan Emosi
Topik / Tema Layanan	:	Mengepresikan Perasaan Secara Wajar atas Dasar Pertimbangan Kontestual melalui Self Awareness
Teknik Layanan	:	Structure Learning Approach (SLA)
Kelas / Semester	:	VIII (Delapan)
Alokasi Waktu	:	2 x 45 menit

1.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memahami hakikat kesadaran diri 2) Menampilkan kesadaran diri yang baik 3) Menjelaskan pengertian kesadaran diri 4) Menjelaskan bagian kesadaran diri 5) Menjelaskan alasan perlunya kesadaran diri 6) Menampilkan kesadaran diri yang baik dalam kehidupan sehari-hari
2.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metode : Daring 2. Alat / Media : HP/Komputer yang terkoneksi dengan internet, Materi PPT yang diupload di youtube, Medsos WhatsApp (media Lainnya)
3.	<p>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</p> <p>Tahap Awal/Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik 3. Menyampaikan tujuan layanan sehubungan dengan materi yang akan disampaikan 4. Menanyakan kesiapan kepada peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan <p>Tahap Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menampilkan materi dalam bentuk PPT 2. Pemberian Model dalam bentuk Cerita (Biblio) 3. Memandu Siswa Untuk Bermain Peran (rollplaying) 4. Memandu dalam Reflesi Isi dan Reflesi Diri 5. Umpan Balik atau Curah pendapat dan Tanya jawab sekitar materi dalam tayangan video 6. Peserta didik yang kurang faham akan diberi kesempatan bertanya 7. Memberi kesempatan kepada Peserta Didik untuk berkomentar 8. Penyampian Tugas di rumah 9. Menyapikan lembar Pengembangan diri 10. Menyapikan Lembar Evaluasi Pembelajaran 11. Penyampian Lembar evaluasi hasil Pembelajaran <p>Tahap Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat kesimpulan terkait materi layanan 2. Membuat kesimpulan terhadap hasil umpan balik/komentar dari layanan saat ini 3. Menyampaikan rencana layanan yang akan datang 4. Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam
4.	<p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi Proses: Menyimak proses jalannya layanan tentang sikap dan keaktifan para peserta dalam mengikuti layanan. 2. Evaluasi Hasil: Evaluasi dari hasil layanan, dilakukan melalui penyebaran angket kemampuan terhadap layanan.

Mataram, 11 April 2021

Peserta

Hariadi Ahmad

Topik 3 : KESADARAN DIRI

A. Tujuan Umum

Pembelajaran ini secara umum bertujuan agar siswa:

- 1) Memahami hakikat kesadaran diri
- 2) Menampilkan kesadaran diri yang baik

B. Tujuan Khusus

Secara khusus pelatihan ini bertujuan agar siswa dapat:

- 1) Menjelaskan pengertian kesadaran diri
- 2) Menjelaskan bagian kesadaran diri
- 3) Menjelaskan alasan perlunya kesadaran diri
- 4) Menampilkan kesadaran diri yang baik dalam kehidupan sehari-hari

C. Langkah-langkah pelatihan

Pertemuan I (2 x 45 menit)

1. Menyajikan materi pelatihan tentang kesadaran diri, yang terdapat pada materi pelatihan *advokasi diri* dengan sub topik 1: Kesadaran diri (*self awareness*).
2. Memberi contoh/ model perilaku kesadaran diri, dengan menggunakan cerita “gentong yang retak dan pemikul air” dan selanjutnya siswa merefleksikan isi cerita dan refleksi diri.
3. Meminta siswa mencari pasangan (peserta latihan) yang telah atau belum dikenal sebagai pasangan berlatih
4. Meminta siswa untuk berlatih kesadaran diri kepada pasangannya, dengan menggunakan ilustrasi cerita “Tiga orang sahabat” yang diamati oleh konselor dan peserta lain dengan menggunakan lembar observasi.
5. Memberi penguatan dan balikan kepada siswa, bila siswa dapat melaksanakan bermain peran kesadaran diri dengan tepat
6. Meminta siswa untuk berlatih kembali kepada pasangannya, yang diamati oleh konselor dan peserta lain dengan menggunakan lembar observasi.

7. Memberi penguatan dan balikan kepada siswa, bila siswa dapat melaksanakan bermain peran ulang kesadaran diri dengan tepat
8. Mengukur perilaku keterampilan kesadaran diri dengan lembar *observasi*
9. Memberi tugas rumah kepada siswa untuk berlatih menggunakan kesadaran diri diluar kelas pelatihan
10. Meminta siswa untuk menggunakan *lembar observasi* dalam berlatih

Pertemuan II (1 x 45 menit)

1. Meminta siswa untuk melaporkan hasil tugas rumah yang telah dikerjakan
2. Memberi balikan apakah hasil tugas rumah yang telah dikerjakan oleh siswa tepat atau belum
3. Tes akhir. Kegiatan yang dilakukan konselor adalah membagikan skala kesadaran diri kepada siswa atau peserta pelatihan
4. Mengumpulkan skala kesadaran diri yang sudah di kerjakan siswa.
5. Sebelum penutupan sesi latihan “kesadaran diri” siswa diminta untuk mengisi lembar pengembangan diri dan evaluasi pelatihan.
6. Siswa mengumpulkan lembar pengembangan diri dan evaluasi pelatihan.
7. Konselor menutup pelatihan kesadaran diri

D. MATERI

SELF AWARENESS (KESADARAN DIRI)

A. Apa yang dimaksud *self awareness* (kesadaran diri)

Kesadaran diri merupakan kemampuan individu untuk mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat (Golmen, 2001). Kesadaran diri disebut juga pengetahuan diri dimana individu akan sadar dengan dirinya sendiri, bahwa individu memiliki kekuarangan serta kelebihan, serta dalam kesehariannya individu sadar hal tersebut adalah dirinya (Solso, 2008).

Kesadaran diri mempunyai beberapa kategori antara lain: (1) kondisi terjaga, dalam kondisi saat individu memprsepsi dan berintraksi, (2) pengalaman, yang merupakan kesiagaan individu terhadap peristiwa yang berlangsung

disekelilingnya, (3) kondisi mental individu, yang meliputi keyakinan, harapan, niat dan hasrat, dan (4) kesadaran diri individu itu meliputi rekognisi diri, pengetahuan diri, perasaan kepemilikan atas pikiran-pikiran, ide-ide, dan perasaan-perasaan individu sendiri (Zeman, 2001).

Menurut Solso (2008) kesadaran diri mempunyai karakteristik yang meliputi: 1) *Attention*, yang berbentuk perhatian yang dipusatkan pada objek dari luar diri individu yang berupa isyarat untuk mengalihkan perhatian kedalam diri, 2) *Wakefulness* atau yang disebut sebagai kesiagaan mental yang dialami sepanjang hidup individu, 3) *Architecture* atau perencanaan tindakan yang dipertahankan melalui sejumlah proses dan diasosiasikan dengan menginterpretasikan fenomena sensorik, sematik, kongnitif dan emosional yang berlangsung secara otomatis sebagai hasil dari pengalaman, 4) *Recall of knowledge* yang berupa pengalihan informasi pengetahuan pribadi dan lingkungan, baik yang berupa pengetahuan diri, pengetahuan lingkungan,serta tindakan terhadap pengetahuan tersebut, dan 5) *emotive* sebuah kondisi sadar yang berbentuk perasaan dan emosi dalam merespon peristiwa eksternal dan peristiwa internal yang dialami individu.

B. Mengapa *self awareness* (kesadaran diri) itu penting

Kesadaran diri atau mengenal diri sebagai langkah awal dalam meraih kesuksesan dalam kehidupan setiap orang yang ingin dirinya menjadi sukses, baik sukses dalam belajar, bergaul, berkarier, bertingkah laku. Langkah awal kesuksesan adalah menyadari diri dan mengenal diri, mempelajari kualitas diri individu, mempelajari kekurangan serta kelebihan yang dimiliki. Kesadaran diri atau pemahaman diri dan kualitas diri adalah proses yang sangat penting dalam meningkatkan mutu kehidupan. *Self awareness* dan mengenal diri mengantarkan kepada tahap-tahap hidup yang berkualitas. Tidak saja dalam bergaul dan berinteraksi dengan orang lain, tetapi juga untuk mengarahkan dan mengembangkan diri, membuat perencanaan pendidikan dan karier, memecahkan permasalahan pribadi sosial secara realistis, beradaptasi dengan perubahan-perubahan dalam kehidupan.

Untuk dapat saling menerima dan menghargai orang lain serta diharapkan mampu mengembangkan kecakapan penggunaan prinsip-prinsip dasar pemikiran

dan penalaran. Apa yang mesti kita ketahui tentang diri kita? SIAPA SAYA dan sejauh mana Anda tahu tentang diri sendiri? Mengapa begitu?. Apa saja kekurangan yang saya miliki? Bagaimana cara mengatasi kekurangan itu? Sejauh mana kekurangan itu bisa mempengaruhi sikap dan tingkah laku saya? Apa saja kelebihan yang saya miliki? Bagaimana cara mengatasi kelebihan yang saya miliki? Sejauh mana bisa mempengaruhi dalam hidup saya? Minat saya seperti apa? Bagaimana caranya untuk mencapai minat saya tersebut? Apakah minat saya sudah sesuai dengan kelebihan dan kekurangan saya? Pilihan yang saya ambil seperti apa? Apakah pilihan itu sudah tepat atau belum? Apakah pilihan saya sesuai dengan kelebihan dan kekurangan yang saya miliki? Apakah pilihan saya sesuai dengan minat, cita-cita tujuan saya?

Diri adalah seperangkat proses dari ciri-ciri yang mencakup proses fisik, perilaku dan psikologis. Mengetahui diri berarti memahami aspek-aspek pembentukan diri kita, yang meliputi :

- a. Aspek fisik adalah tubuh dengan segala kualitasnya dan proses-proses yang terkait dengannya.
- b. Diri secara proses adalah proses alur pikiran, emosi/perasaan dan tingkah laku.
- c. Diri secara sosial adalah pikiran dan perilaku hasil interaksi dengan orang lain dan masyarakat.
- d. Konsep diri adalah keseluruhan pandangan tentang diri sendiri.
- e. Cita-cita diri adalah angan-angan tentang apa-apa yang diinginkan terhadap dirinya sendiri.
- f. Pilihan atau keputusan yang diambil secara tepat terhadap diri sendiri.

C. Bagaimana cara meningkatkan *self awareness* (kesadaran diri)

Dalam meningkatkan kesadaran diri (*self awareness*) ada beberapa hal yang perlu diperhatikan sehingga mampu untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran diri. Ada beberapa pertanyaan yang harus kita ketahui pada diri kita dan kita harus mampu menjawabnya, antara lain:

1. Siapa saya?
2. Bagaimana saya?
3. Seperti apa saya?
4. Apa yang saya inginkan?

5. Apa tujuan hidup saya?
6. Kelebihan-kelebihan yang saya miliki seperti apa?
7. Bagaimana cara mengatasi kelebihan yang saya miliki sehingga mampu meningkatkan kemampuan saya?
8. Kekurangan-kekurangan yang saya miliki seperti apa?
9. Bagaimana cara mengatasi kekurangan-kekurangan yang saya miliki?
10. Minat saya seperti apa?
11. Bagaimana cara mencapai minat saya tersebut?
12. Apakah minat yang saya miliki sesuai dengan kemampuan dan kekurangan saya?
13. Pilihan yang saya ambil seperti apa?
14. Apakah pilihan yang saya ambil sudah tepat sesuai dengan kemampuan dan kekurangan yang saya miliki?
15. Apakah pilihan yang saya ambil tidak merugikan diri saya dan orang lain?

MODEL

NASKAH “PEMBERIAN MODEL” UNTUK KOMPONEN SELF AWARENESS (KESADARAN DIRI)



Gentong yang Retak dan Pemikul Air



Pemikul Air yang mempunyai dua baskor digantungkan pada sebatang bambu yang dipikulnya. Salah satu gentong itu retak. Gentong yang tidak retak selalu bekerja dengan baik dan membawa pulang segentong air penuh pada akhir perjalanan panjang dari sungai hingga rumah majikan si pemikul, sedangkan gentong yang retak hanya berhasil membawa pulang setengah gentong air.

Selama dua tahun hal yang sama terjadi, dari hari ke hari, si Pemikul Air hanya bisa mengantarkan satu setengah gentong air ke rumah majikannya. Sudah tentu Gentong Sempurna sangat bangga atas keberhasilannya yang sempurna pula. Sedangkan Gentong Retak sangat malu karena kekurangannya, dan sedih karena hanya bisa memenuhi setengah dari tugasnya.

Setelah merasa gagal selama dua tahun, Gentong Retak itu berkata pada si Pemikul Air pada waktu berada di tepi sungai, “Saya sangat malu dan ingin minta maaf.” Si Pemikul bertanya, “Ada apa? Mengapa kamu malu?” “Karena,” kata si Gentong Retak, “selama dua tahun terakhir ini saya hanya bisa membawa setengah gentong air gara-gara retakan ini yang membuat air bocor keluar sepanjang jalan menuju rumah majikanmu.”

Si Pemikul Air merasa kasihan pada Gentong Retak yang tua itu, dan dengan ramah mengatakan, “Nanti kalau kita kembali ke rumah Pak Majikan, perhatikan bungabunga yang indah sepanjang jalan menuju rumahnya.”

Memang betul, di sepanjang jalan menuju rumah Pak Majikan, Gentong Retak melihat bunga-bunga indah yang dihangatkan oleh sinar matahari, dan hatinya sedikit terhibur. Tetapi, ketika tiba di rumah Pak Majikan, ia kembali sedih karena lagi-lagi setengah isinya bocor sepanjang perjalanan. Gentong Retak meminta maaf lagi kepada Si Pemikul Air atas kegagalannya.

Si Pemikul Air berkata, “Apakah kamu perhatikan bahwa bunga-bunga itu hanya tumbuh pada sisi yang kamu lewati, tetapi tidak pada sisi yang dilewati Gentong Sempurna? Itu terjadi karena dari awal saya mengetahui kekurangan kamu, tetapi kemudian memanfaatkannya. Saya menanam biji bunga sepanjang sisi jalan yang kamu lewati, dan setiap hari, sepanjang kita berjalan dari sungai sampai rumah Pak Majikan, kamu telah menyirami mereka dengan air yang bocor itu. Selama dua tahun saya dapat menghiasi meja makan Pak Majikan dengan bunga-bunga yang indah itu. Tanpa kamu menjadi dirimu sendiri, Pak Majikan tidak akan bisa menikmati keindahan itu dalam rumahnya.”

Kita semua mempunyai kekurangan yang unik. Kita semua adalah gentong-gentong yang retak. Jangan takut akan kekurangan-kekurangan itu. Terimalah, dan percayalah bahwa kamu juga bisa menjadi pencipta keindahan. Dalam memahami kekurangan kita, kita juga menemukan kekuatan kita sendiri.

ILUSTRASI BERMAIN PERAN

LEMBAR “ILUSTRASI BERMAIN PERAN UNTUK KESADARAN DIRI”

TIGA ORANG SAHABAT

Dikisahkan ada tiga orang sahabat yang duduk di kelas IX SMP di sebuah kota, ke tiga sahabat ini berasal dari keluarga yang berbeda, mereka adalah **Wiryo**, **Hasrul**, **Memed**. **Wiryo**, anak ke tiga dari tiga orang bersaudara, Ibu sebagai Guru SMA, Bapak sebagai dokter hewan yang sukses, jarak dari rumah ke sekolah sekitar 15 menit, setiap hari berangkat menggunakan sepeda motor, dia merupakan anak yang berprestasi, menjadi ketua kelas, dia juga orang yang baik sering membantu teman-teman yang mengalami kesulitan tanpa di minta batuan.

Hasrul, anak pertama dari empat orang bersaudara, kedua orang tuanya bekerja sebagai petani kelapa atau “kopra”, jarak antara sekolah dan rumah sekitar perjalanan 1 jam dengan sepeda, dia anak yang rajin dan tidak pernah terlambat sampai di sekolah, dan dia adalah anak yang rajin membantu orang tua. Dia juga anak yang pandai dan selalu masuk sepuluh besar di kelas.

Memed, anak pertama dari lima bersaudara, kedua orang tuanya bekerja sebagai petani, dan sebelum berangkat ke sekolah dia harus membantu orang tuanya untuk mengurus ternak, dari mengeluarkan dan mencarikan pakan setiap pagi sebelum berangkat sekolah, hal itu dilakoni setiap hari, jarak antara rumah ke sekolah sekitar 30 menit menggunakan sepeda. Dan hampir setiap hari dia terlambat ke sekolah, dia anak yang tidak berprestasi dan tidak pernah masuk sepuluh besar kelas, dan hampir setiap pulang paling cepat, dan jarang ngumpul bareng dengan kedua temannya kecuali pada saat keluar main.

Pada suatu hari **Hasrul** yang baru datang sekitar 15 menit sebelum masuk, **wiryo** sudah berada di dalam kelas sedang membaca buku pelajaran, **memed** belum juga datang padahal waktu masuk tinggal 5 menit lagi. Bel masuk pun berbunyi, namun **memed** belum juga muncul di dalam kelas. Setelah 5 menit pelajaran berlangsung barulah **memed** muncul dengan tergepoh-gepoh, dan syukurlah pak guru **Maskur** yang mengajar pada saat itu berbaik hati untuk mengizinkan masuk mengikuti pelajaran.

Pada saat jam keluar main, **Hasrul** dan **Wiryo** menghampiri **Memed** yang saat itu lagi melamun dibangku, dan mereka terlibat dalam percakapan, sebagai berikut:

- Hasrul : Med, kenapa terlambat tadi, dan murung sekali hari ini?
- Memed : ndak ada apa-apa, (dengan nada yang lemah)
- Wiryo : med, coba ceritakanlah apa yang membuat kamu tidak semangat hari ini, mungkin kami bisa membantu?
- Memed : tidak ada, tenang saja kawan.
- Hasrul : jagan bohong to med, kami bisa melihat dari keadaanmu saat ini.
- Wiryo : ia med. Cobalah terbuka pada dirimu sendiri.
- Memed : haammmm.....(menghela napas) saat ini saya cuma binggung saja, apakah saya bisa melanjutkan sekolah lagi besok setelah kita lulus dari sini.
- Hasrul : Insyallah bisalah med, jika kita mau berusaha.
- Wiryo : ia... harus bisalah, med.
- Memed : bagaimana bisa seperti itu yok, apalagi orang tua saya tidak bisa membiayai saya untuk sekolah lagi, padahal saya ingin sekali masuk ke SMA 1, ditambah lagi adek-adek saya harus sekolah dan membutuhkan biaya juga seperti saya, dan orang tua saya hanyalah seorang petani.
- Hasrul : insyaallah med, kamu pasti bisa masuk sana, asalkan kita mau berusaha dan berdoa, berusaha dengan cara kita tingkatkan belajar kita dari sekarang, apalagi waktu kita masih setahun lagi untuk ujian. Begitu juga dengan saya ingin masuk SMA 1. Bagaimana dengan kamu Wir, nanti kalau sudah lulus dari sini kamu mau sekolah kemana?
- Wiryo : benar kata hasrul tadi, asalkan kita mau berusaha dengan giat pasti semua itu bisa tercapai. Kalau saya ingin masuk ke SMA 1 karena disana merupakan sekolah favorit di kota ini.
- Memed : tapi, bagaimana dengan biayanya? Siapa yang akan membantu saya? Padahal kita sudah tahu untuk masuk disana, biayanya sangat mahal dan yang masuk disana anak-anaknya orang-orang kaya? Mungkin bagi kalian bisa, apalagi hasrul yang setiap kali panen kopra kan bisa beli motor, begitu juga dengan kamu wir, yang kedua orang tuamu kaya dan PNS?
- Hasrul : masalah biaya jagan terlalu kamu pikirkan med, karena kemarin saya sudah mendapatkan info dari ibu guru Ari Kusuma dewi dia juga alumni SMA 1, dia mengatakan bahwa untuk masuk disana bukanlah anak orang kaya saja, tapi anak-anak miskin seperti kita ini bisa masuk sana, namun dengan syarat berprestasi dan termasuk 10 besar dalam nilai ujian nasional.
- Wiryo : ia med, jagan cepat putus asa, apakah kamu masih ingat cita-cita kamu dulu yang ingin sekolah tinggi dan bisa membanggakan orang tua, dengan keadaan ini saja kamu sudah menyerah, padahal belum kita mencobanya. Memang kedua orang tuaku kaya tapi saya tidak mau mengadakan itu, saya ingin berusaha sendiri.
- Memed : tapi... kalau saya memaksakan untuk masuk SMA 1 itu tandanya saya tidak bisa memahami keadaan keluarga saya, untuk masuk sekolah kesana saya urungkan niat dulu, saya akan memasuki sekolah yang tidak mahal yang sesuai dengan kemampuan saya dan keluarga. Ia mungkin saya akan masuk sekolah swasta yang lebih dekat dengan rumah, agar saya masih bisa membantu orang tua.
- Hasrul : ia memed tidak salah berpikiran seperti itu, tapi intinya kita harus tetap berusaha, biar kita juga tetap bersama-sama seperti ini.
- Memed : Insyallah kawan, kita lihat saja nanti seperti apa rencana Tuhan kepada kita, dan semoga kita bisa terus bersama seperti ini.

Wiryo : nah seperti itulah yang bagus med. Aduh... bel masuk sudah berbunyi itu tandanya jam istirahat sudah habis.

Hasrul : nanti sore kita lanjutkan, kan rencananya kita kumpul di rumahku untuk kita makan kelapa muda.

Memed : iya.

Wiryo : Ok.

Itulah kisah dari tiga orang sahabat, setelah mereka lulus dari SMP, mereka tidak masuk SMA yang mereka rencanakan, kecuali Wiryo, Hasrul kembali ke Ternate di rumah kakeknya SMA disana, Memed masuk SMA swasta yang tidak jauh dari rumahnya.

Pada saat kuliah mereka dipertemukan di universitas yang sama, Hasrul dan Memed mendapatkan beasiswa dari lembaga tempatnya mengabdikan, Wiryo dengan biaya sendiri. Saat ini Wiryo menjadi Dosen Unesa di Surabaya, Hasrul menjadi dosen PTS di Ternate, dan Memed menjadi Dosen PTS di Mataram.

E. Instrumen Pelatihan

REFLEKSI ISI

LEMBAR “REFLEKSI ISI” KESADARAN DIRI



Setelah Anda membaca dan memahami cerita “gentong yang retak dan pemikul air”, maka refleksikanlah isi dari cerita tersebut melalui beberapa pertanyaan berikut ini:

- a. Siapakah yang anda tokohkan dalam cerita tersebut?
.....
.....
- b. Kenapa dia yang anda tokohkan?
.....
.....
- c. Bagaimana karaternya sehingga anda tokohkan?
.....
.....
- d. Bagaimana pendapat anda tentang sikap si gentong bocor?
.....
.....
- e. Bagaimana pendapat anda tentang sikap si pemikul?
.....
.....
.....

REFLEKSI DIRI

LEMBAR “REFLEKSI DIRI” KESADARAN DIRI



Setelah Anda membaca dan memahami cerita “gentong yang retak dan pemikul air”, maka refleksikanlah dari cerita tersebut kedalam diri Anda melalui beberapa pertanyaan berikut ini:

- a. Jika anda menjadi gentong bocor, apakah yang akan anda lakukan?

.....
.....
.....
.....
.....

- b. Bagaimana perasaan anda, jika anda menjadi gentong bocor?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

- c. Bagaimana perasaan anda, jika anda menjadi si pemikul?

.....
.....
.....
.....
.....

HOME WORK

Lembar “Home work (Pekerjaan Rumah)” untuk Kesadaran diri



1. Ceritakanlah secara singkat akan kekurangan-kekurangan yang Anda miliki dan bagaimana cara mengatasi kekurangan itu?

.....
.....
.....
.....
.....

2. Ceritakanlah secara singkat akan kelebihan - kelebihan yang Anda miliki dan bagaimana perasaan Anda saat mengetahui kelebihan yang Anda miliki?

.....
.....
.....
.....
.....

3. Ceritakanlah secara singkat terhadap minat Anda dan bagaimanakah cara Anda dalam mengatasi minat tersebut yang sesuai dengan kekurangan dan kelebihan atau kemampuan yang Anda miliki?

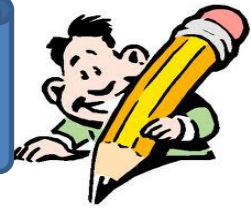
.....
.....
.....
.....
.....

4. Ceritakanlah secara singkat terhadap pilihan yang Anda ambil dan bagaimana cara Anda memilih pilihan tersebut yang sesuai dengan kemampuan dan kekurangan Anda?

.....
.....
.....
.....
.....

PENGEMBANGAN DIRI

LEMBAR “PENGEMBANGAN DIRI” UNTUK KESADARAN DIRI



Nama : -----

Sekolah : -----

Kelas : -----

Hari/Tgl : -----

Setelah saya mengikuti pelatihan *self advocacy* (advokasi diri) pada sub Kesadaran diri, saya berkomitmen (bertekad) untuk belajar dalam memahami kekurangan, kelebihan, minat dan pilihan yang saya miliki. Untuk itu, saya akan memulainya dengan melakukan hal yang sederhana, yaitu:

1.
.....
.....
2.
.....
.....
3.
.....
.....
4.
.....
.....
.....
.....

LEMBAR EVALUASI PEMBELAJARAN

**LEMBAR EVALUASI PELATIHAN
KOMPONEN KESADARAN DIRI**



Nama : -----

Sekolah : -----

Kelas : -----

Hari/Tgl : -----

Tuliskanlah hal-hal penting yang Anda dapatkan selama mengikuti pelatihan *self advocacy* (advokasi diri) pada topik ini yang membahas tentang: “kesadaran diri” antara lain:

(Contohnya : saya memahami kekurangan-kekurangan yang saya miliki dan cara mengatasi kekurangan tersebut)

1.
.....
.....
2.
.....
.....
3.
.....
.....
4.
.....
.....
.....

F. Skala Kesadaran Diri

LEMBAR OBSERVASI

Format A2		LEMBAR OBSERVASI SELF AWARENESS (KESADARAN DIRI)	
Nama siswa	:		
Tanggal Observasi	:		Jenis Kelamin siswa: L / P
Observer	:		Kelas :
Sekolah	:		Pertemuan ke:
Petunjuk: Di bawah ini adalah perilaku-perilaku yang merupakan indikator <i>self advocacy</i> pada sub Kesadaran diri. Berilah tanda cek (√) bila Anda menunjukkan perilaku tersebut!			

No	Kemampuan	Penguasaan		
		Sesi ke :		
		SM	M	KM
1	Menyadari kelebihan yang dimiliki.			
2	Dapat menyebutkan kelebihan yang dimiliki			
3	Menyadari kekurangan yang dimiliki.			
4	Dapat menyebutkan kekurangan yang dimilikinya			
5	Menyadari minat yang dimiliki			
6	Dapat menyebutkan minat yang dimiliki			
7	Menyadari pilihan yang dimiliki			
8	Dapat menyebutkan pilihan yang diambil			
9	Mampu menentukan pilihan			
10	Aktif mengikuti pelatihan			
Catatan Observasi:				

Ket:

SM : Sangat Menguasai, rentang skor : 67 – 100

M : Menguasai, rentang skor : 33 – 66

KM : Kurang menguasai, rentang Skor : 0 - 32

SKALA

Format A1	SKALA SELF AWARENESS (KESADARAN DIRI)		
Nama siswa	:		
Tanggal	:	Jenis Kelamin: L / P	
Sekolah	:	Kelas :	
Petunjuk:			
Pernyataan di bawah ini bertujuan untuk mengungkapkan perilaku Anda dalam <i>self awareness</i> (kesadaran diri). Dengan demikian tidak ada jawaban yang salah atau benar. Jawaban yang paling baik adalah yang paling mencerminkan perilaku Anda dalam <i>self awareness</i> (kesadaran diri). Untuk setiap pernyataan terdapat angka yang paling mencerminkan perilaku Anda:			
<i>Sl</i> = Anda Selalu berperilaku sesuai pernyataan			
<i>Sr</i> = Anda Sering berperilaku sesuai pernyataan			
<i>Kk</i> = Anda Kadang-kadang berperilaku sesuai pernyataan			
<i>Tp</i> = Anda Tidak pernah berperilaku sesuai pernyataan			
Berilah tanda silang (X) pada angka yang paling mencerminkan perilaku anda !			
Contoh:			
No	Pernyataan	Skala	
		<i>Sl</i>	<i>Sr</i>
		<i>Kk</i>	<i>Tp</i>
1	Saya merasa bahwa orang lain memandang saya bodoh	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

SKALA SELF AWARENESS (KESADARAN DIRI)

No	Pernyataan	Skala Item			
		<i>Sl</i>	<i>Sr</i>	<i>Kk</i>	<i>Tp</i>
1	Saya merasa bahwa orang lain memandang saya mempunyai kelebihan				
2	Saya merasa masih mempunyai kesempatan meskipun saya pernah gagal				
3	Saya punya kelebihan seperti yang dimiliki orang lain				
4	Saya merasa bahwa orang lain memandang saya bodoh				
5	Saya merasa bahwa orang lain memandang saya tidak berguna				
6	Saya merasa kalau saya tidak menuruti orang lain, maka orang lain akan menolak saya				
7	Gambaran cita-cita saya sudah jelas ada dipikiran saya				
8	Saya ingin berkarir dimasa depan				
9	Saya senang bisa mengembangkan bakat, minat saya dalam organisasi yang saya ikuti				
10	Saya akan berpikir lebih matang sebelum mengambil				

	keputusan				
11	Bekerja adalah hal yang membosankan				
12	Saya merasa untuk tidak perlu menyalahkan orang lain atas kegagalan saya				
13	Saya merasa bisa diandalkan				
14	Saya berpikir optimis dalam menghadapi masa depan				
15	Saya merasa tidak akan gagal kalau mau mencobanya lebih keras.				
16	Saya sering berfikiran negatif				
17	Saya sering memikirkan bahaya				
18	Keberhasilan adalah hal yang sulit untuk saya capai				
19	Saya tidak mempunyai cita-cita yang jelas				
20	Saya berpikir pesimis dalam meraih minat dan cicta-cita saya				
21	Saya melanjutkan sekolah karena cita-cita yang ingin saya raih				
22	Saya masuk sekolah karena paksaan orang tua				
23	Saya memutuskan untuk sekolah karena atas kemauan sendiri				
24	Saya melanjutkan sekolah karena terpengaruh teman-teman yang banyak sekolah disini				
25	Saya orang yang periang.				
26	Kegagalan membuat diri saya termotivasi				
27	Saya mampu bersaing dengan orang lain				
28	Saya berpikir takut gagal lagi				
29	Saya berpikir orang lain lebih baik dari saya				
30	Menjadi anggota ekstra kurikuler di sekolah karena hanya ingin saya terkenal				
31	Saya ingin berkarir suatu saat nanti oleh karena itu saya harus rajin dari sekarang				
32	Saya bisa menyampaikan minat dan cita-cita yang ingin saya capai kepada orang tua				
33	Saya menjadi anggota ekstrakurikuler karena ingin mengasah bakat saya				
34	Jika meminta sesuatu yang saya inginkan, harus terpenuhi jika tidak saya akan marah dan mengancam.				
35	Saya tidak meminta sesuatu dari orang tua jika permintaan itu tidak dapat dipenuhi oleh orang tua saya.				
36	Saya orang yang tidak bisa menentukan pilihan yang tepat untuk diri sendiri				
37	Saya adalah orang yang kreatif				
38	Saya senang bekerja sama dengan orang lain				
39	Saya orang yang mudah bergaul dengan siapa pun				
40	Saya merasa tidak mempunyai kemampuan meskipun saya bisa				
41	Saya adalah orang yang pemaarah dan mudah tersinggung				
42	Saya sering membuang waktu dan tidak dapat mengatur				

	jadwal saya dengan baik				
43	Saya belajar karena ingin apa yang saya cita-citakan berhasil saya raih				
44	Saya bisa menyampaikan minat dan cita-cita yang ingin saya capai kepada guru dan teman-teman				
45	Les tambahan di luar sekolah bertujuan untuk menambah kemampuan, minat, bakat dan prestasi saya.				
46	Ketika saya membolos atau tidak masuk sekolah saya akan mendapatkan sanksi yang berat dari guru				
47	Apa yang menjadi pilihan saya, maka saya akan menjalankan dengan sungguh-sungguh				
48	Melanjutkan sekolah adalah pilihan yang tepat bagi saya				
49	Saya adalah seseorang yang mempunyai banyak teman				
50	Saya adalah orang yang rajin belajar				
51	Saya selalu mengerjakan tugas sekolah tepat waktu				
52	Saya merasa bahwa gagal itu mengerikan				
53	Saya tidak percaya diri karena kecacatan fisik				
54	Saya pernah gagal, tetapi belum tentu saya akan gagal lagi				
55	Orang tua mendukung penuh tentang cita-cita dan minat saya				
56	Untuk meraih kesuksesan dalam berkarir saya harus belajar yang rajin				
57	Saya rajin belajar ketika menjelang ujian				
58	Orang tua saya akan marah ketika mengetahui saya membolos atau tidak masuk sekolah				
59	Saya tidak masuk sekolah karena PR yang belum selesai saya kerjakan				
60	Jika saya melanggar aturan atau tata tertib di sekolah saya bersedia menerima sanksi yang setimpal dengan perbuatan saya				