**LAMPIRAN I**

**ANGKET TRY OUT PENERIMAAN DIRI SISWA**

* 1. **PETUNJUK PENGISIAN**

1. Bacalah terlebih dahulu angket dengan teliti dan seksama
2. Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan dengan sungguh-sungguh dan jujur sesuai dengan keadaan diri anda
3. Pernyataan tersebut bukan merupakan tes, sehingga jawaban anda tidak akan dinilai benar atau salah. Jawaban anda akan dirahasiakan.
4. Untuk setiap pernyataan disediakan empat kemungkinan respon, yaitu :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Dalam memberi respon setiap pernyataan, anda diminta memberikan tanda (√) pada salah satu kolom SS, S, TS, STS, untuk setiap nomor pernyataan.

1. Selamat Menjawab.....
   1. **Identitas Responden**

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| **1** | Saya selalu yakin dengan kemampuan yang saya miliki. |  |  |  |  |
| **2** | Saya mampu dan yakin menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan. |  |  |  |  |
| **3** | Saya berusaha mengembangkan bakat saya. |  |  |  |  |
| **4** | Saya mampu dan yakin menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan |  |  |  |  |
| **5** | Saya senang membantu orang lain |  |  |  |  |
| **6** | Saya berusaha semaksimal mungkin membantu teman dan biar orang lain yang menilainya |  |  |  |  |
| **7** | Kehadiran saya selalu diterima orang lain. |  |  |  |  |
| **8** | Dalam melakukan pekerjaan, dan orang lain memerlukan bantuan saya, saya berusaha semaksimal mungkin dan biar orang lain yang menilainya |  |  |  |  |
| **9** | Saya percaya bahwa saya akan sukses di masa depan |  |  |  |  |
| **10** | Saat mengalami kegagalan, saya percaya pasti ada rencana Tuhan yang lebih baik untuk diri saya. |  |  |  |  |
| **11** | Saya lebih meyakini pendapat saya dibanding pendapat orang lain. |  |  |  |  |
| **12** | Saat mengalami kegagalan, saya percaya pasti ada rencana Tuhan yang lebih baik untuk diri saya. |  |  |  |  |
| **13** | Saya selalu bersyukur dengan apa yang saya miliki |  |  |  |  |
| **14** | Saat mengalami kegagalan, dan saya mengambil hikmahnya dari setiap kejadian |  |  |  |  |
| **15** | Saya bersyukur atas kelebihan yang ada dalam diri saya. |  |  |  |  |
| **16** | Saya tidak pernah pesimis ketika kekurangan saya lebih banyak daripada kelebihan saya. |  |  |  |  |
| **17** | Saya selalu berfikir positif ketika saya dibully teman-teman dikelas |  |  |  |  |
| **18** | Orang lain berhak untuk menyukai atau tidak menyukai diri saya |  |  |  |  |
| **19** | Saya menerima kritikan dan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. |  |  |  |  |
| **20** | Penilaian orang lain sangat berarti bagi saya. |  |  |  |  |
| **21** | Saya tidak suka berbohong kepada orang lain |  |  |  |  |
| **22** | Saya mampu terbuka tentang diri saya terhadap orang lain. |  |  |  |  |
| **23** | Saya lebih baik jujur walaupun menyakitkan. |  |  |  |  |
| **24** | Saya selalu berkata apa adanya mengenai diri saya kepada orang lain. |  |  |  |  |
| **25** | Ketika orang lain tidak suka dengan apa yang saya buat, saya menerima dengan ikhlas. |  |  |  |  |
| **26** | Saya mampu mampu menerima kritik dari orang lain demi kemajuan saya. |  |  |  |  |
| **27** | Saya selalu menghadapi masalah dengan kepala dingin. |  |  |  |  |
| **28** | Saya selalu berjiwa besar dan lapang dada ketika teman mempermalukan saya di depan orang banyak. |  |  |  |  |
| **29** | Dalam kehidupan saya mempunyai visi dan misi yang jelas agar sukses |  |  |  |  |
| **30** | Saya menerima kritikan dan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. |  |  |  |  |
| **31** | Saya memiliki tujuan untuk sukses demi membahagiakan orang tua saya |  |  |  |  |
| **32** | Harapan saya menjadi orang yang berguna untuk orang banyak. |  |  |  |  |
| **33** | Saya dapat mengendalikan emosi. |  |  |  |  |
| **34** | Saya menghadapi masalah dengan kepala dingin |  |  |  |  |
| **35** | Saya mempunyai pengendalian yang diri yang baik jika ingin marah. |  |  |  |  |
| **36** | Saya dapat menahan amarah saya walaupun masalah itu dapat menaikkan emosi saya. |  |  |  |  |
| **37** | Ketika saya dibully saya tetap percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki |  |  |  |  |
| **38** | Saya percaya pada kemampuan diri saya sendiri. |  |  |  |  |
| **39** | Saya mempunyai mental yang kuat. |  |  |  |  |
| **40** | Ketika teman saya membully saya, saya tidak merasa pesimis. |  |  |  |  |
| **41** | Ketika berdiskusi pendapat saya ditolak, saya tetap berbicara dengan sopan dan bersikap baik |  |  |  |  |
| **42** | Saya dapat menerima celaan dan pujian dari orang lain secara objektif. |  |  |  |  |
| **43** | Saya selalu berbicara dengan bahasa yang baik |  |  |  |  |
| **44** | Saya selalu sopan dengan orang lain |  |  |  |  |
| **45** | Selalu konsisten dengan tujuan yang saya miliki |  |  |  |  |
| **46** | Perilaku saya tidak bisa terpengaruh walaupun mendapat tekanan dari orang lain. |  |  |  |  |
| **47** | Saya tipe orang yang tidak labil dengan keadaan. |  |  |  |  |
| **48** | Dalam berteman saya selalu konsisten. |  |  |  |  |

**LAMPIRAN II**

**ANGKET VALID PENERIMAAN DIRI SISWA**

1. **PETUNJUK PENGISIAN**
2. Bacalah terlebih dahulu angket dengan teliti dan seksama
3. Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan dengan sungguh-sungguh dan jujur sesuai dengan keadaan diri anda
4. Pernyataan tersebut bukan merupakan tes, sehingga jawaban anda tidak akan dinilai benar atau salah. Jawaban anda akan dirahasiakan.
5. Untuk setiap pernyataan disediakan empat kemungkinan respon, yaitu :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Dalam memberi respon setiap pernyataan, anda diminta memberikan tanda (√) pada salah satu kolom SS, S, TS, STS, untuk setiap nomor pernyataan.

1. Selamat Menjawab.....
   1. **Identitas Responden**

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| **1** | Saya selalu yakin dengan kemampuan yang saya miliki. |  |  |  |  |
| **2** | Saya mampu dan yakin menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan. |  |  |  |  |
| **3** | Saya berusaha mengembangkan bakat saya. |  |  |  |  |
| **4** | Saya mampu dan yakin menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan |  |  |  |  |
| **5** | Saya senang membantu orang lain |  |  |  |  |
| **6** | Saya berusaha semaksimal mungkin membantu teman dan biar orang lain yang menilainya |  |  |  |  |
| **7** | Kehadiran saya selalu diterima orang lain. |  |  |  |  |
| **8** | Dalam melakukan pekerjaan, dan orang lain memerlukan bantuan saya, saya berusaha semaksimal mungkin dan biar orang lain yang menilainya |  |  |  |  |
| **9** | Saya percaya bahwa saya akan sukses di masa depan |  |  |  |  |
| **10** | Saat mengalami kegagalan, saya percaya pasti ada rencana Tuhan yang lebih baik untuk diri saya. |  |  |  |  |
| **11** | Saya lebih meyakini pendapat saya dibanding pendapat orang lain. |  |  |  |  |
| **12** | Saat mengalami kegagalan, saya percaya pasti ada rencana Tuhan yang lebih baik untuk diri saya. |  |  |  |  |
| **13** | Saya selalu bersyukur dengan apa yang saya miliki |  |  |  |  |
| **14** | Saat mengalami kegagalan, dan saya mengambil hikmahnya dari setiap kejadian |  |  |  |  |
| **15** | Saya bersyukur atas kelebihan yang ada dalam diri saya. |  |  |  |  |
| **16** | Saya tidak pernah pesimis ketika kekurangan saya lebih banyak daripada kelebihan saya. |  |  |  |  |
| **17** | Saya selalu berfikir positif ketika saya dibully teman-teman dikelas |  |  |  |  |
| **18** | Orang lain berhak untuk menyukai atau tidak menyukai diri saya |  |  |  |  |
| **19** | Saya menerima kritikan dan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. |  |  |  |  |
| **20** | Penilaian orang lain sangat berarti bagi saya. |  |  |  |  |
| **21** | Saya tidak suka berbohong kepada orang lain |  |  |  |  |
| **22** | Saya mampu terbuka tentang diri saya terhadap orang lain. |  |  |  |  |
| **23** | Saya lebih baik jujur walaupun menyakitkan. |  |  |  |  |
| **24** | Saya selalu berkata apa adanya mengenai diri saya kepada orang lain. |  |  |  |  |
| **25** | Ketika orang lain tidak suka dengan apa yang saya buat, saya menerima dengan ikhlas. |  |  |  |  |
| **26** | Saya mampu mampu menerima kritik dari orang lain demi kemajuan saya. |  |  |  |  |
| **27** | Saya selalu menghadapi masalah dengan kepala dingin. |  |  |  |  |
| **28** | Saya selalu berjiwa besar dan lapang dada ketika teman mempermalukan saya di depan orang banyak. |  |  |  |  |
| **29** | Dalam kehidupan saya mempunyai visi dan misi yang jelas agar sukses |  |  |  |  |
| **30** | Saya menerima kritikan dan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. |  |  |  |  |
| **31** | Saya memiliki tujuan untuk sukses demi membahagiakan orang tua saya |  |  |  |  |
| **32** | Harapan saya menjadi orang yang berguna untuk orang banyak. |  |  |  |  |
| **33** | Saya dapat mengendalikan emosi. |  |  |  |  |
| **34** | Saya menghadapi masalah dengan kepala dingin |  |  |  |  |
| **35** | Saya mempunyai pengendalian yang diri yang baik jika ingin marah. |  |  |  |  |
| **36** | Saya dapat menahan amarah saya walaupun masalah itu dapat menaikkan emosi saya. |  |  |  |  |
| **37** | Ketika saya dibully saya tetap percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki |  |  |  |  |
| **38** | Saya percaya pada kemampuan diri saya sendiri. |  |  |  |  |
| **39** | Saya mempunyai mental yang kuat. |  |  |  |  |
| **40** | Ketika teman saya membully saya, saya tidak merasa pesimis. |  |  |  |  |

**LAMPIRAN III**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**

**LAYANAN INFORMASI**

**TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

1. **IDENTITAS**
2. Satuan pendidikan : SMP Negeri 1 Batang Kuis
3. Tahun pelajaran : 2017/2018
4. Kelas/ semester : VIII/1
5. Pihak terkait : Siswa Kelas VIII
6. **WAKTU DAN TEMPAT**
7. Tanggal :
8. Jam pelajaran/ pelayanan : -- (Disesuaikan)
9. Volume waktu (JP) : 2 X 40 menit
10. Spesifikasi tempat belajar : Ruang kelas
11. **BAHAN KAJIAN**
12. Tema : Pengenalan Layanan Informasi
13. Sub Tema :

Pengertian, Fungsi dan Manfaat Layanan Informasi

1. Sumber materi pembelajaran :

Sumber Materi didapat dari buku Layanan Informasi pengarang Prayitno

1. **TUJUAN/ ARAH PENGEMBANGAN**
2. Pengembangan KES :

Agar peserta didik dapat mengetahui dan memahami pengertian dan langkah-langkah pelaksanaan layanan informasi

1. Penanganan KES :

Untuk menghindari peserta didik dari ketidak ketahuannya mengenai kegiatan layanan informasi

1. **METODE DAN TEKNIK**
2. Jenis layanan : Layanan Informasi
3. Kegiatan pendukung : Angket/Kuesioner
4. **SARANA**

Ruang kelas, Infocus dan Laptop.

1. **SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN**

Diperoleh hal-hal baru yang oleh peserta didik berkenaan dengan :

1. KES

Acuan : Mengetahui dan memahami

layanan informasi

Kompetensi : Mengetahui dan memahami

kegiatan layanan informasi

Usaha : Memaksimalkan berperan dalam kegiatan layanan informasi

Rasa : Sangat menyenangkan dan bahagia

Kesungguhan : Bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan layanan informasi

1. KES-T : ketidak pahaman siswa mengenai langkah-langkah dari kegiatan layanan informasi
2. **LANGKAH KEGIATAN**

**Teknik Diskusi**

1. Konselor menyediakan bahan, topik, atau masalah yang akan didiskusikan.
2. Konselor menyebutkan pokok-pokok masalah yang akan dibahas atau memberikan penugasan studi khusus kepada siswa sebelum menyelenggarakan diskusi.
3. Tahap Persiapan
4. Menetapkan tujuan dan isi informasi termasuk alasannya

* Untuk siapa informasi disiapkan
* Apakah informasi dibutuhkan siswa
* Apakah berharga bagi siswa
* Apakah cukup akurat dan *up todate*
* Apakah ada hubungannya dengan hal-hal diketahui siswa

1. Mengidentifikasi sasaran (siswa) yang menerima informasi

* Berapa jumlahnya
* Bagaimana karakteristiknya

1. Mengetahui sumber-sumber informasi

* Apakah sumber-sumber itu mudah dicapai dan digunakan.

1. Menetapkan tekhnik penyampaian informasi

* Cocokkah dengan tujuan, isi dan sumber.
* Dapatkah menarik perhatian siswa.
* Bagaimana konsekuensi waktu, biaya dan pengorganisasiannya.

1. Menetapkan tanggal dan waktu kegiatan

* Kapan, berapa kali, dimana.
* Berapa lama pemberian informasi dilaksanakan

1. Menetapkan keberhasilan

* Apa kriterianya bahwa pemberian informasi berjalan dengan baik.
* Bagaimana cara mengukur keberhasilan itu.

1. Tahap Pelaksanaan

Hal-hal yang diperlukan dalam pelaksanaan Layanan Informasi :

1. Usaha menarik minat dan perhatian siswa.
2. Siapkan peran siswa secara sistematis dan sederhana sehingga jelas isi dan manfaatnya.
3. Berikan contoh yang berhubungan dengan kehidupan siswa sehari-hari.
4. Penyajian informasi harus direncanakan sesuai dengan kebutuhan siswa.
5. Pemberian informasi di sesuaikan dengan kualitas personil staf bimbingan.

**Teknik Diskusi**

* + - 1. Konselor menugaskan siswa untuk menjelaskan, menganalisis, dan meringkas.
      2. Konselor membimbing diskusi, tidak memberi ceramah.
      3. Konselor sabar terhadap kelompok yang lamban dalam mendiskusikannya.
      4. Konselor waspada terhadap kelompok yang tampak kebingungan atau berjalan dengan tidak menentu
      5. Konselor melatih siswa dalam menghargai pendapat orang lain.

1. Penilaian/Assement
   * + 1. Penilaian hasil

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang diperoleh dari hasil pembelajaran yang berlangsung dengan pola:

* Apa yang difikirkan
* Apa yang dirasakan
* Bagaimana cara menyikapi
* Apa yang hendak dilakukan
* Bagaimana mereka bertanggung jawab dalam melakukannya

Refleksi tersebut dilakukan secara tulisan, siswa menuliskan refleksi BMB3 terhadap Layanan Informasi yang sudah berlangsung dan dikumpul kepada guru BK.

* + - 1. Penilaian proses

Melalui penilaian pedoman observasi. Penilaian proses pembelajaran dilakukan untuk mengukur efektifitas proses pelayanan.

Medan, Juli 2017

Diketahui

Guru BK SMP Negeri 1 Batang Kuis Guru BK Peneliti

**Febri Ramadhan**

**NIM.131484 079**

**MATERI**

**Pengertian Layanan Informasi**

Menurut Prayitno &Erman Amti (2004:259-260)layanan informasi adalah kegiatan memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal  yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah  suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki. Dengan demikian, layanan informasi itu pertama-tama merupakan perwujudan dari fungsi pemahaman dalam bimbingan dan konseling.

Menurut Budi Purwoko (2008:52)penyajian informasi dalam rangka program bimbingan ialah kegiatan membantu siswa dalam mengenali lingkungannya, terutama tentang kesempatan-kesempatan yang ada didalamnya, yang dapat dimanfaatkan siswa baik untuk masa kini maupun masa yang akan datang. Penyajian informasi itu dimaksudkan untuk memberikan wawasan kepada para siswa sehingga ia dapat menggunakan informasi itu baik untuk mencegah atau mengatasi kesulitan yang dihadapinya, serta untuk merencanakan masa depan. Perencanaan kehidupan ini mencakup, kehidupan dalam studinya, dalam pekerjaannya, maupun dalam membina keluarga.

SedangkanWinkel &Sri Hastuti (2006: 316-317) menjelaskan bahwa layanan informasi adalah usaha untuk membekali para siswa dengan pengetahuan tentang data dan fakta dibidang pendidikan sekolah, bidang pekerjaan dan bidang perkembangan pribadi-sosial, supaya mereka dengan belajar tentang lingkungan hidupnya lebih mampu mengatur dan merencanakan kehidupannya sendiri. Program bimbingan yang tidak memberikan layanan pemberian informasi akan menghalangi peserta didik untuk berkembang lebih jauh, karena mereka membutuhkan kesempatan untuk mempelajari data dan fakta yang dapat mempengaruhi jalan hidupnya. Namun,mengingat luasnya informasi yang tersedia dewasa ini, mereka harus mengetahui pula informasi manakah yang relevan untuk mereka dan mana yang tidak relevan, serta informasi macam apa yang menyangkut data dan fakta yang tidak berubah dan yang dapat berubah dengan beredarnya roda waktu.

Dari beberapa pengertian tentang layanan informasi diatas dapat diambil kesimpulan bahwa layanan informasi adalah suatu kegiatan atau usaha untuk membekali para siswa tentang berbagai macam pengetahuan supaya mereka mampu mengambil keputusan secara tepat dalam kehidupannya.

**Tujuan Layanan Informasi**

Menurut Budi Purwoko (2008:52) tujuan yang ingin dicapai dengan penyajian informasi adalah sebagai berikut:

1. Para siswa dapat mengorientasikan dirinya kepada informasi yang diperolehnya terutama untuk kehidupannya, baik semasa masih sekolah maupun setelah menamatkan sekolah.
2. Para siswa mengetahui sumber-sumber informasi yang diperlukan.
3. Para siswa dapat menggunakan kegiatan kelompok sebagai sarana memperoleh informasi.
4. Para siswa dapat memilih dengan tepat kesempatan-kesempatan yang ada dalam lingkungannya sesuai dengan minat dan kemampuanya.

Sementara Ifdil menjelaskan tujuan layanan informasi ada dua macam yaitu secara umum dan khusus.Secara umum agar terkuasainya informasi tertentu sedangkan secara khusus terkait dengan fungsi pemahaman (paham terhadap informasi yang diberikan) dan memanfaatkan informasi dalam penyelesaian masalahnya. Layanan informasi menjadikan individu mandiri yaitu memahami dan menerima diri dan lingkungan secara positif, objektif dan dinamis, mampu mengambil keputusan, mampu mengarahkan diri sesuai dengan kebutuhannya tersebut dan akhirnya dapatmengaktualisasikan dirinya (konselingindonesia. com/2008).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan informasi adalah  supaya para siswa memperoleh informasi yang relevan dalam rangka memilih dan mengambil keputusan secara tepat guna pencapaian pengembangan diri secara optimal. Dalam penelitian ini tujuan dari layanan informasi adalah membekali siswa dengan berbagai informasi tentang potensi diri sehingga siswa mampu meningkatkan pemahaman potensi diri guna mencapai kualitas hidup yang lebih baik.

**Alasan Penyelenggaraan Layanan Informasi**

Menurut Prayitno & Erman Amti (2004:260-261)ada tiga alasan utama mengapa layanan informasi perlu diselenggarakan.

* + Membekali individu dengan berbagai macam pengetahuan tentang lingkungan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi berkenaan dengan lingkungan sekitar, pendidikan, jabatan, maupun sosial budaya.
  + Memungkinkan individu dapat menentukan arah  hidupnya “kemana dia ingin pergi”. Syarat dasar untuk dapat menentukan arah hidup adalah apabila ia mengetahui apa (informasi) yang harus dilakukan serta bagaimana bertindak secara kreatif dan dinamis berdasarkan atas informasi-informasi yang ada itu.
  + Setiap individu adalah unik.

Sedangkan Winkel &Sri Hastuti (2006:317) menjelaskan, ada tiga alasan pokok mengapa layanan pemberian informasi merupakan usaha vital dalam keseluruhan program bimbingan yang terencana dan terorganisasi.

* + Siswa membutuhan informasi yang relevan sebagai masukan dalam mengambil ketentuan mengenai pendidikan lanjutan sebagai persiapan untuk memangku jabatan  dimasyarakat.
  + Pengetahuan yang tepat dan benar membantu siswa untuk berfikir lebih rasional tentang perencanaan masa depan dan tuntutan penyesuaian diri dari pada mengikuti sembarang keinginan saja tanpa memperhitungkan kenyataan  dalam lingkungan hidupnya.
  + Informasi yang sesuai dengan daya tangkapnya menyadarkan siswa akan hal-hal yang tetap dan stabil, serta hal-hal yang akan berubah dengan bertambahnya umur dan pengalaman.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa alasan penyelenggaraan layanan informasi adalah karena siswa membutuhkan informasi yang relevan sebagai bekal dalam menghadapi berbagai macam dinamika kehidupan secara positif dan rasional, baik sebagai pelajar maupun anggota masyarakat. Terkait dengan penelitian ini, ada dua alasan penyelenggaraan layanan informasi.*Pertama*, untuk membuktikan bahwa layanan informasi bisa meningkatkan pemahaman siswa terhadap potensi diri.*Kedua,* disadari atau tidak siswa sangat membutuhkan informasi tentang pemahaman potensi diri sebagai modal awal dalam menggapai cita-cita dan tujuan hidup yang mereka inginkan.

**SUMBER :**

Prayitno & Amti, Erman. (2004). *Dasar-Dasar BK*. Jakarta: Rineka Cipta.

Purwoko, Budi. (2008). *Organisasi dan Managemen Bimbingan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.

Tim Pengembangan MKDK IKIP Semarang.(1993). *Bimbingan Konseling Sekolah*. Semarang: IKIP Semarang Press.

Winkel & Hastuti, Sri. (2006). *Bimbingan Dan Konseling  Di Institusi Pendidikan. Yogjakarta:* Media Abadi

**LAMPIRAN IV**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**

**LAYANAN INFORMASI**

**TAHUN PELAJARAN 2017 / 2018**

1. **IDENTITAS**
2. Satuan pendidikan : SMP Negeri 1 Batang Kuis
3. Tahun pelajaran : 2017/2018
4. Kelas/ semester : VIII/1
5. Pihak terkait :
6. **WAKTU DAN TEMPAT**
7. Tanggal :
8. Jam pelajaran/ pelayanan : -- (Disesuaikan)
9. Volume waktu (JP) : 2 X 40 menit
10. Spesifikasi tempat belajar : Ruang kelas
11. **BAHAN KAJIAN**
12. Tema : Penerimaan Diri
13. Sub Tema :

Pengertian Penerimaan Diri, Cara mengenal diri dan cara menerima diri

1. Sumber materi pembelajaran : Sumber Materi didapat dari internet
2. **TUJUAN/ ARAH PENGEMBANGAN**
3. Pengembangan KES :

Agar peserta didik dapat mengetahui dan memahami apa itu penerimaan diri

1. Penanganan KES :

Untuk menghindari peserta didik dari ketidak percayaan akan potensi yang dimiliki siswa

1. **METODE DAN TEKNIK**
2. Jenis layanan : Layanan Informasi teknik diskusi
3. Kegiatan pendukung : Angket/Kuesioner
4. **SARANA**

Ruang kelas, Infocus dan Laptop.

1. **SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN**

Diperoleh hal-hal baru yang oleh peserta didik berkenaan dengan :

1. KES

Acuan : Mengetahui dan memahami

Penerimaan diri, cara menerima diri dan cara mengenal diri.

Kompetensi : Mengetahui dan memahami

dampak positif dari penerimaan diri

Usaha : Mencari informasi dari berbagai sumber tentang penerimaan diri

Rasa : Merasakan bahwa meningkatkan penerimaan diri sangat positif

Kesungguhan : Mencari informasi dari berbagai sumber tentang bagaimana cara menerima diri sendiri

1. KES-T : Ketidak pahaman siswa mengenai penerimaan potensi diri yang dimiliki.
2. **LANGKAH KEGIATAN**

**Teknik Diskusi**

1. Konselor menyediakan bahan, topik, atau masalah yang akan didiskusikan.
2. Konselor menyebutkan pokok-pokok masalah yang akan dibahas atau memberikan penugasan studi khusus kepada siswa sebelum menyelenggarakan diskusi.
   * 1. Tahap Persiapan
3. Menetapkan tujuan dan isi informasi termasuk alasannya

* Untuk siapa informasi disiapkan
* Apakah informasi dibutuhkan siswa
* Apakah berharga bagi siswa
* Apakah cukup akurat dan *up todate*
* Apakah ada hubungannya dengan hal-hal diketahui siswa

1. Mengidentifikasi sasaran (siswa) yang menerima informasi

* Berapa jumlahnya
* Bagaimana karakteristiknya

1. Mengetahui sumber-sumber informasi

* Apakah sumber-sumber itu mudah dicapai dan digunakan.

1. Menetapkan tekhnik penyampaian informasi

* Cocokkah dengan tujuan, isi dan sumber.
* Dapatkah menarik perhatian siswa.
* Bagaimana konsekuensi waktu, biaya dan pengorganisasiannya.

1. Menetapkan tanggal dan waktu kegiatan

* Kapan, berapa kali, dimana.
* Berapa lama pemberian informasi dilaksanakan

1. Menetapkan keberhasilan

* Apa kriterianya bahwa pemberian informasi berjalan dengan baik.
* Bagaimana cara mengukur keberhasilan itu.
  + 1. Tahap Pelaksanaan

Hal-hal yang diperlukan dalam pelaksanaan Layanan Informasi :

1. Usaha menarik minat dan perhatian siswa.
2. Siapkan peran siswa secara sistematis dan sederhana sehingga jelas isi dan manfaatnya.
3. Berikan contoh yang berhubungan dengan kehidupan siswa sehari-hari.
4. Penyajian informasi harus direncanakan sesuai dengan kebutuhan siswa.
5. Pemberian informasi di sesuaikan dengan kualitas personil staf bimbingan.

**Teknik Diskusi**

1. Konselor menugaskan siswa untuk menjelaskan, menganalisis, dan meringkas.
2. Konselor membimbing diskusi, tidak memberi ceramah.
3. Konselor sabar terhadap kelompok yang lamban dalam mendiskusikannya.
4. Konselor waspada terhadap kelompok yang tampak kebingungan atau berjalan dengan tidak menentu
5. Konselor melatih siswa dalam menghargai pendapat orang lain.
   * 1. Penilaian/Assement
6. Penilaian hasil

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang diperoleh dari hasil pembelajaran yang berlangsung dengan pola:

* Apa yang difikirkan
* Apa yang dirasakan
* Bagaimana cara menyikapi
* Apa yang hendak dilakukan
* Bagaimana mereka bertanggung jawab dalam melakukannya

Refleksi tersebut dilakukan secara tulisan, siswa menuliskan refleksi BMB3 terhadap Layanan Informasi yang sudah berlangsung dan dikumpul kepada guru BK.

1. Penilaian proses

Melalui penilaian pedoman observasi. Penilaian proses pembelajaran dilakukan untuk mengukur efektifitas proses pelayanan.

Medan, Juli 2017

Diketahui

Guru BK SMP Negeri 1 Batang Kuis Guru BK Peneliti

**Febri Ramadhan**

**NIM.131484 079**

**MATERI**

**PENERIMAAN DIRI**

Penerimaan Diri adalah dimana kita menerima segala kelemahan dan kelebihan kita atau menerima segala sesuatu yang ada didalam diri kita, menerima segala hal yang telah terjadidalam kehidupan dan diri kita. Sehingga sikap kita memandang diri sendiri sebagaimana adanya dan mempermalukan diri kita secara baik disertai rasa syukur, senang dan bangga sambil terus mengusahakan kemajuan. 1. Dari mana munculnya sikap menerima itu? 2. Mengapa kita harus menerima? 3. Sampai seberapa jauh seseorang harus menerima? Menerima diri sendiri memerlukan kesadaran dan kemauan melihat fakta-fakta (kenyataan) yang ada pada diri kita, baik secara jasmaniah maupun rohaniah, menyangkut berbagai kekurangan dan ketidaksempurnaan yang ada, menerimanya secara total tanpa adanya kekecewaan. Pernyataan ini bukan berarti sikap menerima diri apa adanya tanpa kemauanuntuk melakukan perubahan atau perbaikan, yaitu pasif dan pasrah menerima nasib tanpa adanya ikhtiar. Yang dimaksud adalah menerima diri harus dianggap sebagai suatu prakondisi menuju perubahan demi kebaikan lebih lanjut yang berangkat dari potensi yang telah ada pada diri kita massing2.Penerimaan dapat digunakan dibanyak aspek, seperti penerimaan akan diri,kenyataan hidup, keluarga, dan sebagainya.Akan tetapi hal yang paling mendasar dari semua itu adalah penerimaan kita akan diri kita sendiri karena hal tersebut dengan adanya tersebut sangat mempengaruhi penerimaan kitadalam kehidupan di segala aspek, kita dat melakukan perubahan didalam diri kita dan kehidupa kita. Bagaimana kita dapat mengubah sesuatu jika kita masih menyangkal bahwa hal tersebut ada dan pernah terjadi? Cheap Offers: http://bit.ly/gadgets\_cheap  
Cheap Offers: <http://bit.ly/gadgets_cheap>

**LAMPIRAN V**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN ( RPL )**

**LAYANAN INFORMASI**

**TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

1. **IDENTITAS**
2. Satuan pendidikan : SMP Negeri 1 Batang Kuis
3. Tahun pelajaran : 2017/2018
4. Kelas/ semester : VIII/1
5. Pihak terkait :
6. **WAKTU DAN TEMPAT**
7. Tanggal :
8. Jam pelajaran/ pelayanan : -- (Disesuaikan)
9. Volume waktu (JP) : 2 X 40 menit
10. Spesifikasi tempat belajar : Ruang kelas
11. **BAHAN KAJIAN**
12. Tema :

Cara Menerima Diri Sendiri Apa Adanya

1. Sub Tema :

Tips Cara Menerima Diri Sendiri Apa Adanya

1. Sumber materi pembelajaran : Sumber Materi didapat dari internet
2. **TUJUAN/ ARAH PENGEMBANGAN**
3. Pengembangan KES :

Agar peserta didik dapat memahami cara menerima diri sendiri apa adanya

1. Penanganan KES :

Untuk menghindari peserta didik dari ketidakpercayaan diri siswa mengenai potensi yang dimiliki

1. **METODE DAN TEKNIK**
2. Jenis layanan :

Layanan Informasi dengan teknik diskusi

1. Kegiatan pendukung : Angket/Kuesioner
2. **SARANA**

Ruang kelas, Infocus dan Laptop.

1. **SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN**

Diperoleh hal-hal baru yang oleh peserta didik berkenaan dengan :

1. KES

Acuan : Mengetahui dan memahami

Cara menerima diri sendiri

Kompetensi : Mengetahui dan memahami

Cara menerima diri sendiri

Usaha : Mencari informasi mengenai tips cara menerima diri sendiri

Rasa : Merasakan manfaat dari penerimaan diri

Kesungguhan : Mencari informasi dari berbagai sumber tentang penerimaan diri

1. KES-T : ketidak pahaman siswa mengenai penerimaan diri
2. **LANGKAH KEGIATAN**

**Teknik Diskusi**

1. Konselor menyediakan bahan, topik, atau masalah yang akan didiskusikan.
2. Konselor menyebutkan pokok-pokok masalah yang akan dibahas atau memberikan penugasan studi khusus kepada siswa sebelum menyelenggarakan diskusi.
3. Tahap Persiapan
4. Menetapkan tujuan dan isi informasi termasuk alasannya

* Untuk siapa informasi disiapkan
* Apakah informasi dibutuhkan siswa
* Apakah berharga bagi siswa
* Apakah cukup akurat dan *up todate*
* Apakah ada hubungannya dengan hal-hal diketahui siswa

1. Mengidentifikasi sasaran (siswa) yang menerima informasi

* Berapa jumlahnya
* Bagaimana karakteristiknya

1. Mengetahui sumber-sumber informasi

* Apakah sumber-sumber itu mudah dicapai dan digunakan.

1. Menetapkan tekhnik penyampaian informasi

* Cocokkah dengan tujuan, isi dan sumber.
* Dapatkah menarik perhatian siswa.
* Bagaimana konsekuensi waktu, biaya dan pengorganisasiannya.

1. Menetapkan tanggal dan waktu kegiatan

* Kapan, berapa kali, dimana.
* Berapa lama pemberian informasi dilaksanakan

1. Menetapkan keberhasilan

* Apa kriterianya bahwa pemberian informasi berjalan dengan baik.
* Bagaimana cara mengukur keberhasilan itu.

1. Tahap Pelaksanaan

Hal-hal yang diperlukan dalam pelaksanaan Layanan Informasi :

1. Usaha menarik minat dan perhatian siswa.
2. Siapkan peran siswa secara sistematis dan sederhana sehingga jelas isi dan manfaatnya.
3. Berikan contoh yang berhubungan dengan kehidupan siswa sehari-hari.
4. Penyajian informasi harus direncanakan sesuai dengan kebutuhan siswa.
5. Pemberian informasi di sesuaikan dengan kualitas personil staf bimbingan.

**Teknik Diskusi**

* + - 1. Konselor menugaskan siswa untuk menjelaskan, menganalisis, dan meringkas.
      2. Konselor membimbing diskusi, tidak memberi ceramah.
      3. Konselor sabar terhadap kelompok yang lamban dalam mendiskusikannya.
      4. Konselor waspada terhadap kelompok yang tampak kebingungan atau berjalan dengan tidak menentu
      5. Konselor melatih siswa dalam menghargai pendapat orang lain.

1. Penilaian/Assessment
2. Penilaian hasil

Di akhir proses pembelajaran peserta didik diminta merefleksikan apa yang diperoleh dari hasil pembelajaran yang berlangsung dengan pola ;

* Apa yang difikirkan
* Apa yang dirasakan
* Bagaimana cara menyikapi
* Apa yang hendak dilakukan
* Bagaimana mereka bertanggung jawab dalam melakukannya

Refleksi tersebut dilakukan secara tulisan, siswa menuliskan refleksi BMB3 terhadap Layanan Informasi yang sudah berlangsung dan dikumpul kepada guru BK.

1. Penilaian proses/ Assessment

Melalui penilaian pedoman observasi. Penilaian proses pembelajaran dilakukan untuk mengukur efektifitas proses pelayanan.

Medan, Agustus 2017

Diketahui

Guru BK SMP Negeri 1 Batang Kuis Guru BK Peneliti

**Febri Ramadhan**

**NIM.131484 079**

**MATERI**

### CARA MENERIMA DIRI SENDIRI (*SELF ACCEPTANCE*)

*Self acceptance*, merupakan suatu proses melihat hidup sebagaimana adanya dan menerima secara baik disertai rasa percaya diri dan bangga.

Hidup ini adalah sebuah proses yang berorientasikan pada Hasil (*Result Oriented Process*), dimana hasil (*result*) harus real atau nyata. Proses hidup yang jatuh-bangun harus menjadi penyemangat pagi untuk lebih baik setiap harinya.

Mencintai diri sendiri (*self acceptance*) lebih dimaksudkan kepada penerimaan atas diri sendiri, atas kekuatan (*strength*) dan kelemahan (*weakness*), begitupun atas keadaan/kondisi. Harapannya, dengan lebih menerima diri sendiri sepenuhnya, kita lebih bisa lebih dan lebih bersyukur kepada Sang Pencipta.

*Self acceptance* dapat menjadi obat bagi mereka yang kurang percaya diri, karena pada dasarnya setiap manusia punya strength dan weakness dan itu juga berlaku bagi diri mereka sendiri. *Self acceptance* juga dapat membuat siapa saja menjadi bersahabat baik dengan diri sendiri sehingga tidak perlu berperang dengan diri sendiri karena merasa tidak pernah puas atas diri sendiri.

Ada banyak kemungkinan mengapa seseorang sulit menerima dirinya sendiri. Tidak pernah puas dengan apa yang dimiliki, tidak pernah menghargai usaha sendiri bahkan usaha orang lain.

Apapun dan bagaimanapun kondisi kita di masa lalu yang menyebabkan kita sulit dalam menerima diri sendiri, sebagai seseorang yang ingin maju dan berkembang kita dituntut untuk dapat menerima diri sendiri.

Orang yang sehat mental adalah orang yang mau menerima kondisi dirinya sendiri dengan bahagia. Orang yang mampu untuk menerima diri sendiri, biasanya adalah orang yang juga mampu untuk menerima orang lain apa adanya; Tidak memaksakan orang lain untuk melakukan yang diminta, menghargai usaha orang lain, bersikap hormat, tidak dikendalikan oleh ambisi yang tidak realistis, tidak terlalu banyak mengeluh, tidak mudah tersinggung, belajar mengendalikan kemarahan dengan benar, tidak terobsesi oleh masa lampau, serta tidak menuntut orang lain untuk memenuhi semua kebutuhannya.

Menerima diri sendiri merupakan suatu proses yang harus diusahakan atau diperjuangkan. Butuh kerja keras untuk menerima diri apa adanya. Tujuannya adalah supaya memiliki pertumbuhan mental yang baik, mampu menerima orang lain apa adanya, menjalin relasi interpersonal yang lebih baik, serta dapat menikmati hidup.

Bagaimana cara menerima diri sendiri?

* + - 1. Mulailah memandang diri sendiri secara berbeda, tidak cepat memandang secara negatif dan beri kesempatan diri sendiri untuk dihargai.
      2. Tetapkan standar/target yang realistis. Bila tidak tercapai, janganlah terlalu “down” atau merasa sangat kecewa hingga tidak memberi kesempatan pada diri sendiri untuk mencoba lagi.
      3. Beri pujian pada diri sendiri, terlebih pada orang lain. Dengan melakukan hal ini, kita akan lebih menghargai diri sendiri dan juga orang lain.

1. Gunakan kata-kata yang positif dan membangun pada diri sendiri.
2. Bersyukur dengan apa yang dimiliki.
3. Menggali potensi diri, dengan cara selalu belajar, meningkatkan kemampuan diri dan memanfaatkan kesempatan-kesempatan serta peluang-peluang yang ada.
4. Meluangkan waktu bersama orang lain untuk melakukan kegiatan yang positif.

Tanda-tanda seseorang sudah mulai menerima diri sendiri:

* + - 1. Selalu Bahagia
      2. Mudah bergaul dengan orang lain
      3. Berpikiran terbuka
      4. Mampu menjadi diri sendiri
      5. Mampu menerima saya yang saat ini
      6. Mampu mengenali kebutuhan sendiri
      7. Tidak suka melamun/mengkhayal yang tidak pasti

1. Bersikap tegas

Manfaat dalam menerima diri sendiri (self acceptance):

* + - 1. Kita akan merasa senang terhadap diri sendiri, kita merasa lebih sehat, lebih semangat dan seperti tidak banyak masalah dan beban hidup yang harus kita tanggung.
      2. Kita merasa sangat berharga, atau sekurang-kurangnya kita sama dan sejajar dengan orang lain, disamping dari segala aspek kekurangan-kekurangan dan kelebihan-kelebihan yang kita miliki.
      3. Orang yang berhasil menerima dirinya sendiri akan mampu melaksanakan pekerjaan sebaik orang lain atau bahkan lebih, karena ada KEYAKINAN dalam dirinya.
      4. Dengan berhasil menerima diri sendiri berarti kita telah berdamai dengan diri sendiri. Dengan kita mampu menerima diri sendiri, kita akan mampu menerima orang lain.

### Terima diri sendiri apa adanya

Jika Anda selama ini berpura-pura menjadi orang lain karena menganggap diri Anda banyak kekurangan, hentikan sekarang juga. Tarik nafas Anda dalam-dalam, dan terima semua kekurangan tersebut sebagai bagian dari diri Anda.

Jangan mengeluh. Jangan marah. Jangan malu. Ingatlah, Tuhan menciptakan Anda dengan segala kehendak-Nya.

Sebagai contoh, kulit Anda tidak seputih teman Anda. Terima saja, karena dibalik warna kulit Anda ada kekuasaan Tuhan.

Dengan menerima semua kekurangan yang dimiliki, Anda jujur dan memercayai diri sendiri untuk bahagia. Kalau bukan Anda, siapa yang akan menerima diri Anda sebaik Anda?

### 2. Kenali diri Anda sendiri

Menerima segala kekurangan yang dimiliki mungkin menjadikan Anda mampu mengenali diri sendiri. Jika sebaliknya, tidak masalah. Beberapa pertanyaan di bawah ini bisa membantu Anda mengenali diri sendiri:

* Apa kekuatan dan kelemahan Anda?
* Apa yang Anda sukai dan tidak sukai?
* Bagaimana cara Anda berinteraksi dengan orang lain?
* Apakah Anda bahagia karena uang?
* Hidup seperti apa yang benar-benar Anda inginkan?

### 3. Jadikan kekuatan Anda sebagai identitas diri

Dari menjawab beberapa pertanyaan di atas, besar kemungkinan Anda akan tahu kekuatan Anda. Nah, jadikan kekuatan tersebut sebagai identitas diri Anda.

Sebagai contoh, jika kekuatan Anda adalah menulis, jadikan menulis sebagai jati diri Anda. Sampaikan kepada siapa saja bahwa Anda menikmati menulis dan ingin menjadi penulis ternama atau mencari uang dari tulisan-tulisan Anda.

### 4. Jangan mengkhawatirkan apa yang orang katakan atau pikirkan

Berpura-pura menjadi orang lain biasanya disebabkan oleh rasa khawatir akan apa yang orang katakan atau pikirkan tentang Anda. Untuk menghilangkan penyebab ini, mulai sekarang jangan khawatirkan atau pusingkan apa yang akan orang katakan atau pikirkan tentang Anda.

Mengapa? Karena Anda tidak bisa mengendalikan pikiran dan perkataan orang lain. Selain itu, Anda juga tidak mungkin menyenangkan semua orang.

Tampillah seperti yang Anda inginkan. Lakukan apa yang Anda sukai. Senangkan diri Anda.

### 5. Fokus pada sasaran Anda

Cara lain untuk menjadi diri sendiri adalah berfokus pada sasaran Anda. Sebagai contoh, jika sasaran Anda adalah menjadi penulis best-seller, fokuslah membuat buku demi buku yang bermanfaat bagi orang lain.

Dalam praktiknya, Anda akan menghadapi rintangan atau hambatan. Itu normal, dan teruslah berfokus sampai [sasaran Anda tercapai](http://www.tipspengembangandiri.com/meraih-sasaran/).

### 6. Cintai apa yang Anda kerjakan

Saat berfokus mengejar sasaran, Anda bisa saja dihinggai keraguan sehingga ingin kembali menjadi seperti orang lain. Hilangkan keraguan tersebut dengan mencintai apa yang Anda kerjakan.

### 7. Jangan bandingkan diri Anda dengan orang lain

Seiring berjalannya waktu, Anda akan meraih kesuksesan, entah itu kesuksesan kecil maupun kesuksesan besar. Syukuri kesuksesan tersebut, dan jangan bandingkan dengan kesuksesan orang lain.