

RPL 6 Pentingnya Dukungan Sosial dari Keluarga dan Teman

Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Konseling Klasikal

Kelas: 9 SMP

Tema: Pentingnya Dukungan Sosial dari Keluarga dan Teman

Alokasi Waktu: 2 x 45 menit

Tujuan Pembelajaran:

- Siswa memahami arti penting dukungan sosial dari keluarga dan teman dalam kehidupan sehari-hari.
- Siswa mampu mengidentifikasi bentuk-bentuk dukungan sosial.
- Siswa dapat meningkatkan hubungan interpersonal yang positif dengan keluarga dan teman.

1. Pembukaan (10 menit)

- **Salam dan Ice Breaking:** Konselor menyapa siswa dan mengajak mereka untuk bermain game singkat terkait kerja sama (misalnya, "Saling Melengkapi Kata").
- **Pengantar Materi:** Konselor menjelaskan pentingnya dukungan sosial dan manfaatnya bagi kesehatan mental serta kesejahteraan individu.

2. Kegiatan Inti (65 menit)

- **Diskusi Kelompok** (20 menit): Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil dan diminta untuk mendiskusikan contoh dukungan sosial yang pernah mereka terima atau berikan, baik dari keluarga maupun teman.
 - Setiap kelompok diberikan pertanyaan panduan seperti:
 - Apa bentuk dukungan yang kamu terima dari keluarga atau teman saat kamu sedang mengalami masalah?
 - Bagaimana perasaanmu saat mendapatkan dukungan tersebut?
- **Presentasi Hasil Diskusi** (15 menit): Perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusi mereka di depan kelas.
- **Penjelasan Konselor** (15 menit): Konselor memberikan pemaparan lebih lanjut tentang pentingnya dukungan sosial dalam membantu individu mengatasi stres, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperkuat hubungan sosial. Konselor juga menjelaskan 3 jenis dukungan sosial:
 0. **Dukungan Emosional:** Mendengarkan dan memberikan kenyamanan.
 1. **Dukungan Instrumental:** Memberikan bantuan secara praktis, misalnya membantu tugas.
 2. **Dukungan Informasional:** Memberikan saran atau informasi yang berguna.

- **Simulasi** (15 menit): Siswa berlatih memberikan dukungan sosial dengan bermain peran (role play). Beberapa siswa diminta untuk memerankan situasi di mana teman mereka membutuhkan dukungan, dan mereka diminta untuk menawarkan dukungan secara emosional, instrumental, atau informasional.

3. Penutup (10 menit)

- **Refleksi dan Kesimpulan:** Konselor meminta siswa untuk merenungkan manfaat dukungan sosial yang mereka terima selama ini dan bagaimana mereka bisa lebih aktif memberikan dukungan kepada orang lain.
- **Tugas Mandiri:** Siswa diminta untuk menulis di jurnal pribadi mereka tentang satu bentuk dukungan yang akan mereka berikan kepada keluarga atau teman dalam minggu berikutnya.

4. Evaluasi dan Tindak Lanjut

- **Evaluasi:** Siswa mengisi kuesioner singkat mengenai pemahaman mereka tentang pentingnya dukungan sosial dan pengalaman mereka selama kegiatan.
- **Tindak Lanjut:** Konselor akan melakukan observasi dan wawancara individu dengan siswa yang memerlukan pendalaman lebih lanjut terkait dukungan sosial.