

**RPL 5 Membangun dan Menjaga Motivasi untuk Mencapai Tujuan Akademik dan Personal**

### **Rencana Pelaksanaan Layanan Klasikal**

**Mata Pelajaran:** Bimbingan Konseling

**Kelas/Semester:** XI/1

**Materi:** Membangun dan Menjaga Motivasi untuk Mencapai Tujuan Akademik dan Personal

**Waktu:** 2 x 45 menit

**Fasilitator:** Guru BK

---

#### **I. Tujuan Layanan**

1. Siswa mampu memahami arti penting motivasi dalam mencapai tujuan akademik dan personal.
  2. Siswa mampu mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi motivasi mereka.
  3. Siswa mampu menemukan strategi untuk membangun dan menjaga motivasi dalam mencapai tujuan.
  4. Siswa mampu merumuskan langkah-langkah konkret yang akan mereka ambil untuk tetap termotivasi.
- 

#### **II. Media dan Alat**

1. Slide presentasi atau papan tulis
  2. Video motivasi singkat (opsional)
  3. Lembar kerja siswa untuk refleksi dan perencanaan
  4. Spidol atau alat tulis
- 

#### **III. Langkah-Langkah Pelaksanaan**

##### **A. Pendahuluan (10 menit)**

1. **Pembukaan**
  - o Guru BK menyapa siswa dan menciptakan suasana yang positif dan nyaman.
  - o Mengajukan pertanyaan pembuka: "Apa yang membuat kalian termotivasi untuk belajar atau mencapai sesuatu?"
  - o Guru BK menjelaskan tujuan layanan hari ini terkait motivasi.
2. **Penyampaian Tujuan**
  - o Menjelaskan bahwa layanan hari ini akan membantu mereka memahami pentingnya motivasi dan memberikan tips tentang cara membangun serta menjaga motivasi.

##### **B. Inti (60 menit)**

**1. Diskusi Motivasi (15 menit)**

- Guru BK memulai dengan memberikan definisi motivasi dan membedakan antara motivasi intrinsik (motivasi dari dalam diri) dan motivasi ekstrinsik (motivasi dari faktor luar).
- Menunjukkan video motivasi singkat (opsional) atau menceritakan kisah inspiratif tentang orang-orang yang berhasil mencapai tujuan mereka karena motivasi kuat.

**2. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi (15 menit)**

- Guru BK mengajak siswa berdiskusi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi, seperti tujuan yang jelas, lingkungan yang mendukung, peran teman dan keluarga, serta tantangan yang dihadapi.
- Membuat daftar faktor-faktor tersebut di papan tulis atau slide.

**3. Strategi Membangun dan Menjaga Motivasi (20 menit)**

- Guru BK memberikan beberapa strategi praktis untuk membangun dan menjaga motivasi, seperti:
  - Menetapkan tujuan yang SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound).
  - Membuat visualisasi sukses (membayangkan kesuksesan setelah mencapai tujuan).
  - Membagi tujuan besar menjadi tugas-tugas kecil yang bisa dicapai.
  - Mengelola waktu dengan baik dan menghindari prokrastinasi.
  - Mendapatkan dukungan dari orang sekitar (keluarga, teman, guru).
- Guru memberikan contoh konkret tentang penerapan strategi tersebut.

**4. Latihan Refleksi dan Perencanaan (10 menit)**

- Siswa diminta untuk mengisi lembar kerja yang terdiri dari:
  - Tujuan akademik dan personal yang ingin dicapai.
  - Faktor-faktor yang dapat memotivasi mereka.
  - Langkah-langkah konkret yang akan mereka lakukan untuk membangun dan menjaga motivasi.

**C. Penutup (15 menit)**

**1. Review Materi**

- Guru BK mengulas kembali poin-poin penting yang telah dipelajari tentang motivasi, faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta strategi untuk membangun dan menjaga motivasi.

## 2. Tanya Jawab

- Siswa diberi kesempatan untuk bertanya atau berbagi tentang motivasi mereka.

## 3. Penutup

- Guru BK menyemangati siswa untuk terus termotivasi dalam mencapai tujuan akademik dan personal mereka.
  - Memberikan pesan motivasi penutup, misalnya: "Motivasi adalah bahan bakar untuk mencapai impian kalian. Teruslah berusaha dan percayalah pada prosesnya."
- 

## IV. Evaluasi dan Tindak Lanjut

### 1. Evaluasi:

- Siswa mengumpulkan lembar kerja refleksi untuk dinilai oleh Guru BK. Evaluasi dilakukan berdasarkan pemahaman mereka tentang motivasi dan strategi yang mereka rencanakan untuk diterapkan.

### 2. Tindak Lanjut:

- Guru BK akan mengadakan sesi individual atau kelompok kecil bagi siswa yang membutuhkan dukungan lebih lanjut dalam membangun motivasi.
  - Siswa didorong untuk melacak perkembangan mereka dalam mencapai tujuan yang telah mereka tetapkan.
- 

## V. Sumber dan Referensi

- Buku panduan Bimbingan Konseling
  - Artikel atau video motivasi
  - Sumber daring tentang manajemen motivasi
- 

Dengan RPL ini, diharapkan siswa dapat lebih memahami pentingnya motivasi dalam mencapai tujuan mereka serta dapat merencanakan langkah-langkah untuk tetap termotivasi sepanjang perjalanan akademik dan personal mereka.