

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

- Guru BK menyapa siswa dan menciptakan suasana yang positif dan nyaman.
- Mengajukan pertanyaan pembuka: "Apa yang membuat kalian termotivasi untuk belajar atau mencapai sesuatu?"
- Guru BK menjelaskan tujuan layanan hari ini terkait motivasi.

2. Penyampaian Tujuan

- 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 memengaruhi 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.