

**PEMERINTAH KABUPATEN .....**  
**DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAH RAGA**

**SMA .....**

Jl. ....

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**  
**SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN .....**

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Topik / Tema Layanan	Mental disorder dan permasalahannya
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat memahami tentang penyakit mental (mental disorder) serta tanda-tandanya atau gejalanya, dapat menjadi individu yang sehat secara rohani dan jasmani
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian mental disorder</li> <li>2. Peserta didik/konseli dapat memahami tanda atau gejala penyakit mental (mental disorder)</li> <li>3. Peserta didik/konseli dapat memahami bentuk-bentuk penyakit mental</li> </ol>
G	Sasaran Layanan	Kelas 11
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengertian mental disorder</li> <li>2. Tanda atau gejala penyakit mental (mental disorder)</li> <li>3. Bentuk-bentuk penyakit mental</li> </ol>
I	Waktu	2 Kali Pertemuan x 45 Menit
J	Sumber Materi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMA-MA kelas 11</i>, Yogyakarta, Paramitra Publishing</li> <li>2. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang pribadi</i>, Yogyakarta, Paramitra</li> <li>3. Hutagalung, Ronal. 2015. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i>. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama</li> <li>4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo. 2011. <i>Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling</i>. Yogyakarta: Paramitra</li> </ol>
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	LCD, Power Point , Mental disorder dan permasalahannya
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa</li> <li>2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)</li> <li>3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai</li> </ol>
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</li> <li>2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</li> </ol>
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	d. Tahap peralihan ( Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	

	a. Kegiatan peserta didik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video)</li> <li>2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat</li> <li>3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing</li> <li>4. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.</li> </ol>
	b. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan</li> <li>2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat</li> <li>3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok)</li> <li>4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok)</li> <li>5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas</li> <li>6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik</li> <li>7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan</li> </ol>
	3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan</li> <li>2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan</li> <li>3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut</li> <li>4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam</li> </ol>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</li> <li>2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan</li> <li>3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya</li> <li>4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK</li> </ol>
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.</li> <li>2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting</li> <li>3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami</li> <li>4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti</li> </ol>

#### LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa
3. Instrumen penilaian

Sleman, 18 Juli 2017

Mengetahui  
Kepala Sekolah .....

Guru BK

.....  
NIP .....

.....  
NIP

### a. Pengertian Mental Disorder

Mental disorder sendiri punya pengertian adalah bentuk gangguan dan kekacauan fungsi mental (kesehatan mental) yang terjadi seorang individu. disebabkan oleh kegagalan mereaksinya mekanisme-adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan atau mental terhadap stimuli eksternal dan ketegangan-ketegangan, sehingga muncul gangguan fungsi atau gangguan struktur pada satu bagian, satu organ, atau satu sistem kejiwaan.

Mental disorder mempunyai pertanda awal antara lain : perasaan cemas, ketakutan, apatis, cemburu. iri, marah-marah secara eksplosif, antisosial, ketegangan kronis dan lainnya. singkatnya, kekacauan mental merupakan bentuk gangguan pada ketenangan batin dan harmoni dari struktur kepribadian.

Penampilan dari mental disorder itu biasanya berupa gejala-gejala sebagai berikut :

- Banyak konflik batin. Ada rasa tersobek-sobek oleh pikiran-pikiran dan emosi-emosi yang antagonis bertentangan. Hilangnya harga diri dan kepercayaan diri. Orang merasa tidak aman, dan selalu diburu-buru oleh suatu pikiran atau perasaan yang tidak jelas, hingga ia merasa cemas dan takut. Dia lalu menjadi agresif, suka menyerang, bahkan ada yang berusaha membunuh orang lain, atau melakukan usaha bunuh diri (agresivitas ke dalam).
- Komunikasi sosialnya terputus, dan ada disorientasi sosial. Timbul kemudian delusi-delusi (ekspresi kepercayaan yang dimunculkan kedalam kehidupan nyata) yang menakutkan; atau dihindari delusi of grandeur (merasa dirinya super, paling). Selalu iri hati dan curiga. Ada kalanya dihindari delusion of persecution atau khayalan dikejar-kejar. Sehingga dia menjadi sangat agresif, berusaha melakukan pengrusakan, atau melakukan destruksi-diri dan bunuh diri. Ada pasien yang menjadi hiperaktif, sehingga mengganggu sekitarnya; bahkan bisa berbahaya bagi lingkungannya. Pasien lain menjadi catatonic, yaitu kaku membeku; dikombinasikan dengan membisu, dan stupor (separuh sadar, membeku tanpa penginderaan), sampai menjadi hebefrenic (mental/jiwa menjadi tumpul) atau ketolol-tolongan. selanjutnya oleh rasa panik hebat, dia bisa membunuh orang lain atau melakukan bunuh diri.
- Ada gangguan intelektual dan gangguan emosional yang serius. Penderita mengalami ilusi-ilusi optis (ilusi yang terjadi karena kesalahan penangkapan mata manusia), halusinasi-halusinasi berat dan delusi.

### b. Tanda atau Gejala Penyakit Mental (Mental Disorder)

Berikut tanda-tanda atau gejala penyakit mental, diantaranya :

- Alam perasaan (affect) tumpul dan mendatar. Gambaran alam perasaan ini dapat terlihat dari wajahnya yang tidak menunjukkan ekspresi.
- Menarik diri atau mengasingkan diri (withdrawn). Tidak mau bergaul atau kontak dengan orang lain, suka melamun (day dreaming).
- Delusi atau Waham yaitu keyakinan yang tidak rasional (tidak masuk akal) meskipun telah dibuktikan secara obyektif bahwa keyakinannya itu tidak rasional, namun penderita tetap meyakini kebenarannya. Sering berpikir atau melamun yang tidak biasa (delusi).
- Halusinasi yaitu pengalaman panca indra tanpa ada rangsangan misalnya penderita mendengar suara-suara atau bisikan-bisikan di telinganya padahal tidak ada sumber dari suara atau bisikan itu.
- Merasa depresi, sedih atau stress tingkat tinggi secara terus-menerus.
- Kesulitan untuk melakukan pekerjaan atau tugas sehari-hari walaupun pekerjaan tersebut telah dijalani selama bertahun-tahun.
- Paranoid (cemas atau takut) pada hal-hal biasa yang bagi orang normal tidak perlu ditakuti atau dicemaskan.
- Suka menggunakan obat hanya demi kesenangan.

- Memiliki pemikiran untuk mengakhiri hidup atau bunuh diri.
- Terjadi perubahan diri yang cukup berarti.
- Memiliki emosi atau perasaan yang mudah berubah-ubah.
- Terjadi perubahan pola makan yang tidak seperti biasanya.
- Pola tidur terjadi perubahan tidak seperti biasa.
- Kekacauan alam pikir yaitu yang dapat dilihat dari isi pembicaraannya, misalnya bicaranya kacau sehingga tidak dapat diikuti jalan pikirannya.
- Gaduh, gelisah, tidak dapat diam, mondar-mandir, agresif, bicara dengan semangat dan gembira berlebihan.
- Kontak emosional amat miskin, sukar diajak bicara, pendiam.
- Sulit dalam berpikir abstrak.
- Tidak ada atau kehilangan kehendak (avolition), tidak ada inisiatif, tidak ada upaya usaha, tidak ada spontanitas, monoton, serta tidak ingin apa-apa dan serba malas dan selalu terlihat sedih.

Penyakit mental itu merupakan jenis penyakit yang disebabkan karena masalah psikologis sama seperti pandangan bidang kedokteran tentang sebuah penyakit. *Disease Model* merupakan sebuah penyakit mental yang berbeda dari normalitas yang bisa dikenali dengan gejala yang unik dan menyebabkan penyimpangan tertentu.

#### Sebab-sebab Penyakit Mental

1. Kepribadian yang lemah
2. Konflik-konflik sosial dan konflik-konflik kultural yang mempengaruhi diri manusia
3. Pemasakan batin dari pengalaman yang keliru, yaitu pencernaan pengalaman oleh diri si subyek yang salah.

#### Bentuk-bentuk Penyakit Mental

Berikut bentuk penyakit mental, diantaranya :

##### 1. *Psikopat*

Adalah bentuk kekalutan mental ditandai dengan tidak adanya pengorganisasian dan pengintegrasian pribadi. Orang seperti ini tidak pernah bisa bertanggung jawab secara moral dan selalu berkonflik dengan norma-norma sosial dan hukum, karena sepanjang hayatnya orang yang bersangkutan hidup dalam lingkungan sosial yang abnormal dan immoral yang diciptakan oleh angan-angan sendiri.

##### 2. *Psikoneurosa*

Adalah sekelompok reaksi psikis yang ditandai secara khas dengan unsur kecemasan dan secara tidak ditampilkan dengan penggunaan mekanisme pertahanan diri