

LAMPIRAN



Pemerintah Kabupaten TANA TORAJA

DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN



SMA NEGERI 3 TANA TORAJA

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025/2026

Komponen : Layanan Dasar

Bidang Layanan : Belajar

Topik/Tema Layanan : Cara Belajar Efektif

Kelas/Semester : XII 5 /Genap

Alokasi Waktu : 1x45 Menit

1.	Tujuan Layanan 1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian belajar efektif 2. Peserta didik/konseli dapat memahami prinsip-prinsip belajar efektif 3. Peserta didik mampu memahami ciri-ciri belajar efektif 4. Peserta didik/konseli dapat memahami strategi belajar efektif 5. Peserta didik/konseli dapat memahami faktor yang mempengaruhi belajar efektif
2.	Metode, Alat, dan Media 1. Metode: Ceramah, Curah Pendapat, Tanya Jawab, diskusi 2. Alat/Media: LCD, Power Point tentang cara belajar efektif
3.	Langkah-Langkah Kegiatan Layanan 1. Tahap Awal/Pendahuluan 1.1 Membuka dengan salam dan berdoa 1.2 Membina hubungan dengan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, ice breaking) 1.3 Menyampaikan tujuan layanan materi Bimbingan dan Konseling

	1.4 Menanyakan kesiapan kepada peserta didik 2. Tahap Inti 2.1 Guru BK menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2.2 Peserta didik mengamati slide power point berhubungan dengan materi layanan 2.3 Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab 2.4 Guru BK membagi kelas menjadi 5 kelompok yang terdiri 7 orang 2.5 Guru BK memberikan materi ajar kepada setiap ketua kelompok untuk di bahas dengan anggota kelompoknya 2.6 Ketua kelompok memimpin diskusi untuk mendiskusikan materi dengan anggota kelompoknya 2.7 Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas 2.8 Guru melanjutkan materi layanan 3. Tahap Penutup 3.1 Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan 3.2 Guru BK mengajak peserta didik agar dapat menghadirkan Tuhan dalam Hidupnya 3.3 Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang 3.4 Guru BK mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam
4.	Evaluasi 1. Evaluasi Proses: Memperhatikan proses layanan dengan refleksi hasil masing-masing peserta didik dan sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan. 2. Evaluasi Hasil: Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaian yang menarik.

Tana Toraja,....,.....,2025

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

Dr. Roberto P. Allolangi, S.ST. Pi., M.Pd.

Febriyanti

CARA BELAJAR EFEKTIF

A. Pengertian Belajar Efektif

Belajar efektif adalah suatu metode atau cara belajar yang disesuaikan oleh keadaan fisik atau keadaan personal siswa, baik itu dilihat dari segi metode belajar, penggunaan tempat belajar, waktu belajar.

B. Prinsip-Prinsip Belajar Efektif

1. Harus mempunyai suatu tujuan
2. Tujuan itu timbul dari atau berhubungan dengan hidupnya
3. Bersedia mengalami bermacam-macam kesukaran
4. Belajar itu harus terbukti dari perubahan kelakuannya
5. Selain tujuan pokok yang hendak dicapai, diperolehnya pula hasil-hasil sampingan
6. Belajar dengan cara berbuat
7. Seorang belajar secara keseluruhan, juga secara sosial, emosional, etis dan sebagainya
8. Dalam hal belajar seseorang memerlukan bantuan dan bimbingan dari orang lain
9. Apa yang dipelajari harus benar benar dipahami
10. Belajar harus mempunyai tujuan untuk nama baik sekolah
11. Belajar itu berhasil jika memberi sukses yang menyenangkan
12. Ulangan dan latihan perlu akan tetapi harus didahului dengan pemahaman
13. Belajar hanya mungkin kalau ada kemauan dan hasrat untuk belajar³⁸

C. Ciri-Ciri Belajar Efektif

Ciri-ciri belajar efektif diantaranya: Siswa terlibat aktif, materi pelajaran dikuasai dengan baik, tujuan belajar tercapai, dan suasana belajar yang

³⁸ Iffah Khoiriyatul Muyassaaroh, "Belajar Efektif Dan Efisien Untuk Problem Belajar Siswa Yang Berprestasi Rendah," *Heutagogia: Journal of Islamic Education* 1, no. 1 (2021): 87–96.

kondusif. Selain itu, belajar efektif juga ditandai dengan adanya pemahaman mendalam terhadap materi, bukan hanya sekadar menghafal, serta kemampuan menerapkan pengetahuan dalam situasi nyata.

D. Strategi Belajar Efektif

beberapa strategi belajar yang efektif:

1. Belajar dengan waktu singkat tapi fokus (Pomodoro)
 - a. Belajar 25 menit → Istirahat 5 menit → Ulangi.
2. Uji diri sendiri (Active Recall)
 - a. Jangan hanya baca, coba jawab pertanyaan atau buat flashcard.
3. Ulangi berkala (Spaced Repetition)
 - a. Review materi hari ini → Ulangi lagi besok, lalu 3 hari lagi.
4. Jelaskan ke orang lain (Feynman Technique)
 - a. Jika bisa jelaskan dengan mudah, berarti kamu paham.
5. Campur topik belajar (Interleaving)
 - a. Belajar 2–3 topik berbeda dalam satu sesi, bukan hanya satu topik terus.

E. Faktor yang mempengaruhi belajar efektif

Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar efektif, baik dari dalam diri (internal) maupun dari luar (eksternal):

1. Faktor Internal (Dari Dalam Diri Siswa)
 - a. Motivasi

Semangat atau dorongan untuk belajar. Semakin tinggi motivasi, semakin efektif proses belajar.

- b. Kesehatan Fisik & Mental

Kondisi tubuh dan pikiran yang sehat membantu konsentrasi dan pemahaman.

c. Kecerdasan & Gaya Belajar

Setiap orang punya cara belajar berbeda: visual, auditori, kinestetik dan Mengenal gaya belajar sendiri sangat membantu.

d. Minat & Bakat

Belajar lebih mudah jika topiknya menarik atau sesuai kemampuan alami.

e. Kebiasaan & Disiplin

Rutinitas belajar yang konsisten lebih efektif dibanding belajar mendadak.

2. Faktor Eksternal (Dari Luar Diri Siswa)

a. Lingkungan Belajar

Tempat yang tenang, rapi, terang, dan bebas gangguan sangat mendukung fokus.

b. Kualitas Guru / Pengajar

Guru yang menjelaskan dengan jelas dan menarik membuat materi lebih mudah dipahami.

c. Media dan Sumber Belajar

Buku, video, aplikasi belajar, internet, dsb. memperkaya informasi dan cara belajar.

d. Dukungan Keluarga dan Teman

Orang tua dan teman yang suportif bisa meningkatkan semangat belajar.

e. Kondisi Sosial dan Ekonomi

Fasilitas belajar (gadget, akses internet, buku, dll.) sangat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi.



ERINTAH KABUPATEN TANA TORAJA
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN



SMA NEGERI 3 TANA TORAJA

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025/2026

Komponen : Layanan Dasar
 Bidang Layanan : Belajar
 Topik/Tema Layanan : Membuat Jadwal Belajar
 Kelas/Semester : XII 5 / Ganjil
 Alokasi Waktu : 1x45 Menit

1.	Tujuan Layanan 6. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian membuat jadwal belajar 7. Peserta didik/konseli dapat memahami tujuan membuat jadwal belajar 8. Peserta didik/konseli dapat memahami Ciri-ciri membuat jadwal belajar 9. Peserta didik/konseli mampu memahami prinsip-prinsip dalam membuat jadwal belajar 10. Peserta didik mampu memahami apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi membuat jadwal belajar
2.	Metode, Alat, dan Media 4. Metode : Ceramah, Curah Pendapat, Tanya Jawab, diskusi 5. Alat/Media : LCD, Power Point tentang pentingnya disiplin belajar
3.	Langkah-Langkah Kegiatan Layanan 3. Tahap Awal/Pendahuluan 1.5 Membuka dengan salam dan berdoa 1.6 Membina hubungan dengan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, ice breaking) 1.7 Menyampaikan tujuan layanan materi Bimbingan dan Konseling 1.8 Menanyakan kesiapan kepada peserta didik 4. Tahap Inti 5.1 Guru BK menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 5.2 Peserta didik mengamati slide power point berhubungan dengan materi layanan

	5.3 Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab 5.4 Guru BK membagi kelas menjadi 5 kelompok yang terdiri 7 orang 5.5 Guru BK memberikan materi ajar kepada setiap ketua kelompok untuk di bahas dengan anggota kelompoknya 5.6 Ketua kelompok memimpin diskusi untuk mendiskusikan materi dengan anggota kelompoknya 5.7 Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas 5.8 Guru melanjutkan materi layanan 6. Tahap Penutup 6.1 Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan 6.2 Guru BK mengajak peserta didik agar dapat menghadirkan Tuhan dalam Hidupnya 6.3 Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang 6.4 Guru BK mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam
4.	Evaluasi 3. Evaluasi Proses: Memperhatikan proses layanan dengan refleksi hasil masing-masing peserta didik dan sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan. 4. Evaluasi Hasil: Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaian yang menarik.

Tana Toraja,.....,.....,2025

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru Bk/Konselor

Dr. Roberto P. Allolangi, ST., M.Pd.

Febriyanti

MEMBUAT JADWAL BELAJAR

A. Pengertian Membuat Jadwal Belajar

Membuat jadwal belajar adalah proses menyusun rencana waktu yang teratur untuk kegiatan belajar, dengan tujuan mengatur kapan, berapa lama, dan materi apa yang akan dipelajari dalam jangka waktu tertentu.

B. Tujuan Membuat Jadwal Belajar

- Mengelola waktu dengan lebih baik
- Menyeimbangkan antara belajar, istirahat, dan kegiatan lainnya
- Meningkatkan konsistensi dan disiplin belajar
- Menghindari sistem kebut semalam (SKS)

C. Ciri-ciri Membuat Jadwal Belajar

a) Teratur dan Terstruktur

- Waktu belajar, istirahat, dan kegiatan lain diatur dengan jelas.

b) Fleksibel

- Masih bisa disesuaikan jika ada perubahan mendadak.

c) Realistis dan Sesuai Kemampuan

- Tidak terlalu padat dan bisa dijalankan secara konsisten.

d) Mengandung Prioritas

- Materi penting atau sulit mendapat porsi waktu lebih banyak.

e) Ada Waktu Istirahat

- Jadwal memberi ruang untuk jeda agar otak tidak lelah.

f) Berjangka Waktu

- Bisa harian, mingguan, atau bulanan, tergantung kebutuhan.

D. Prinsip-prinsip dalam membuat jadwal belajar

a) Konsistensi

Belajar sedikit-sedikit tapi rutin lebih efektif daripada belajar maraton.

b) Manajemen Waktu yang Baik

Mengalokasikan waktu untuk belajar, istirahat, dan hiburan secara seimbang.

c) Fokus pada Tujuan

Jadwal harus disesuaikan dengan target belajar, seperti ujian atau tugas.

d) Skala Prioritas

Dahulukan pelajaran yang lebih penting, sulit, atau mendekati waktu ujiannya.

e) Penyesuaian Individu

Jadwal harus sesuai dengan kebiasaan dan gaya belajar masing-masing orang.

f) Evaluasi dan Perbaikan

Jadwal perlu ditinjau ulang dan disesuaikan bila perlu.

E. Faktor-faktor yang mempengaruhi membuat jadwal belajar**a) Faktor Internal (Dari Diri Sendiri):**

- Motivasi belajar
- Kemampuan mengatur waktu
- Kondisi fisik dan mental
- Kebiasaan dan kedisiplinan
- Gaya belajar (visual, auditori, kinestetik)

b) Faktor Eksternal (Dari Lingkungan):

- Jumlah mata pelajaran atau tugas
- Waktu luang yang tersedia di luar sekolah
- Gangguan dari lingkungan (TV, HP, dll.)
- Dukungan orang tua dan keluarga
- Fasilitas belajar yang dimiliki



PEMERINTAH KABUPATEN TANA TORAJA
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN



SMA NEGERI 3 TANA TORAJA

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GENAP TAHUN AJARAN 2024/2025

Komponen : Layanan Dasar

Bidang Layanan : Belajar

Topik/Tema Layanan : Membaca, membuat catatan, dan mengulang bahan pelajaran

Kelas/Semester : XII 5 / Genap

Alokasi Waktu : 1x45 Menit

1.	Tujuan Layanan 11. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian membaca, membuat catatan, dan mengulang bahan pelajaran 12. Peserta didik/konseli dapat memahami manfaat membaca, manfaat membuat catatan yang baik dan manfaat mengulang pelajaran 13. Peserta didik/konseli dapat memahami prinsip-prinsip membaca, manfaat membuat catatan yang baik dan manfaat mengulang pelajaran 14. Peserta didik/konseli mampu memahami strategi tentang membaca, membuat catatan, dan mengulang pelajaran 15. Peserta didik/konseli mampu mengetahui faktor yang mempengaruhi membaca, membuat catatan, dan mengulang pelajaran
----	--

2.	Metode, Alat, dan Media 7. Metode : Ceramah, Curah Pendapat, Tanya Jawab, diskusi 8. Alat/Media : LCD, Power Point tentang membaca, membuat catatan, dan mengulang bahan pelajaran.
3.	Langkah-Langkah Kegiatan Layanan 5. Tahap Awal/Pendahuluan 1.9 Membuka dengan salam dan berdoa 1.10 Membina hubungan dengan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, ice breaking) 1.11 Menyampaikan tujuan layanan materi Bimbingan dan Konseling 1.12 Menanyakan kesiapan kepada peserta didik 6. Tahap Inti 8.1 Guru BK menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 8.2 Peserta didik mengamati slide power point berhubungan dengan materi layanan 8.3 Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab 8.4 Guru BK membagi kelas menjadi 5 kelompok yang terdiri 7 orang 8.5 Guru BK memberikan materi ajar kepada setiap ketua kelompok untuk di bahas dengan anggota kelompoknya 8.6 Ketua kelompok memimpin diskusi untuk mendiskusikan materi dengan anggota kelompoknya 8.7 Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas 8.8 Guru melanjutkan materi layanan 9. Tahap Penutup 9.1 Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan 9.2 Guru BK mengajak peserta didik agar dapat menghadirkan Tuhan dalam Hidupnya 9.3 Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang 9.4 Guru BK mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam

4.	Evaluasi 5. Evaluasi Proses : Memperhatikan proses layanan dengan refleksi hasil masing-masing peserta didik dan sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan. 6. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaian yang menarik.
----	--

Tana Toraja,.....,.....,2025

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

Dr. Roberto P. Allolangi, S.ST. Pi., M.Pd.

Febriyanti

Membaca, Membuat Catatan, Dan Mengulang Bahan Pelajaran

A. Pengertian Membaca, Membuat Catatan, Dan Mengulang Bahan Pelajaran

Menurut Farida Rahim, membaca adalah alat untuk belajar memperoleh kesenangan, pengetahuan, dan pengalaman yang telah disimpan dalam bentuk tulisan. Membaca dapat digunakan untuk memenuhi berbagai tujuan. Seseorang yang melakukan membaca dapat mengerti bacaan yang dibacanya dan dapat menambah pengalaman dan wawasan apa yang diperoleh dari membaca.

Irsyad dan Elfi (2004: 25) mengatakan bahwa “dalam setiap proses belajar kegiatan belajar merupakan kegiatan penting”. Kegiatan mencatat merupakan proses dimana siswa mencoba memahami materi pelajaran dengan pemahamannya sendiri yang diungkapkan secara tulisan. Dalam kegiatan mencatat pelajaran seluruh aktifitas belajar siswa akan berjalan secara bersamaan.

Menurut Slameto, Mengulang pelajaran adalah proses belajar kembali terhadap materi yang telah dipelajari sebelumnya untuk memperkuat daya ingat dan memperdalam pemahaman. Tujuan utamanya adalah agar

siswa tidak mudah melupakan materi dan lebih siap menghadapi evaluasi.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa Membaca adalah alat penting dalam proses belajar yang memungkinkan seseorang memperoleh pengetahuan, kesenangan, dan pengalaman dari tulisan (Farida Rahim). Mencatat merupakan aktivitas belajar aktif di mana siswa mengekspresikan pemahamannya secara tertulis, membantu proses pemahaman materi (Irsyad & Elfi). Sementara itu, mengulang pelajaran adalah proses mengkaji kembali materi yang telah dipelajari untuk memperkuat ingatan dan kesiapan menghadapi evaluasi (Slameto). Ketiganya saling mendukung dalam membentuk proses belajar yang efektif dan berkelanjutan.

B. Manfaat Membaca, Membuat Catatan, Dan Mengulang Bahan Pelajaran

Manfaat Membaca:

1. **Menambah pengetahuan:** Membaca memperluas wawasan dan informasi.
2. **Melatih konsentrasi:** Saat membaca, otak dilatih untuk fokus.
3. **Meningkatkan daya ingat:** Informasi yang dibaca dapat memperkuat ingatan.
4. **Meningkatkan keterampilan bahasa:** Membaca memperkaya kosakata, tata bahasa, dan gaya penulisan.
5. **Meningkatkan kemampuan berpikir kritis:** Membaca bahan yang bervariasi melatih analisis dan evaluasi.

Manfaatnya membuat catatan:

1. **Membantu memahami materi:** Menulis ulang materi dalam bentuk catatan memperkuat pemahaman.
2. **Mudah dipelajari ulang:** Catatan ringkas memudahkan saat ingin belajar kembali.
3. **Melatih kemampuan menyaring informasi:** Kita belajar memilih mana yang penting untuk dicatat.
4. **Meningkatkan daya ingat:** Menulis membantu otak merekam informasi lebih kuat.
5. **Mendukung keterampilan belajar mandiri:** Catatan mempermudah belajar tanpa tergantung orang lain.

Manfaat mengulang bahan pengajaran:

1. **Memperkuat daya ingat:** Pengulangan membuat materi tersimpan lebih lama dalam ingatan.
2. **Memperjelas konsep yang belum dipahami:** Mengulang membantu memahami bagian yang sebelumnya sulit.
3. **Meningkatkan kepercayaan diri:** Semakin paham materi, semakin percaya diri saat ujian.
4. **Membantu mempersiapkan ujian:** Pelajaran yang sering diulang lebih mudah diingat saat ujian.
5. **Melatih konsistensi belajar:** Mengulang pelajaran secara teratur menumbuhkan disiplin.

C. Prinsip-Prinsip Membaca, Membuat Catatan Yang Baik Dan Mengulang Pelajaran

Prinsip-Prinsip Membaca yang Efektif:

1. Tujuan yang jelas: Ketahui tujuan membaca, apakah untuk memahami, menganalisis, atau mencari informasi.

2. Fokus dan konsentrasi: Hindari gangguan saat membaca agar pemahaman lebih maksimal.
3. Membaca aktif: Tandai poin penting, buat pertanyaan, atau simpulkan isi bacaan.
4. Kesesuaian bahan bacaan: Pilih bahan yang sesuai dengan kebutuhan dan tingkat pemahaman.
5. Pengulangan: Ulangi membaca bagian sulit untuk meningkatkan pemahaman.

Prinsip-Prinsip Membuat Catatan:

1. Relevan dan Ringkas – Catatan hanya berisi poin penting, bukan seluruh isi materi.
2. Terstruktur – Gunakan format yang mudah dibaca (bullet point, heading, subheading).
3. Gunakan Bahasa Sendiri – Agar lebih mudah dipahami dan diingat.
4. Gunakan Simbol atau Warna – Untuk membedakan ide penting atau kategori.
5. Konsisten – Biasakan mencatat secara teratur, bukan hanya saat ujian.

Prinsip-Prinsip Mengulang Pelajaran:

1. Pengulangan Teratur (Spaced Repetition) – Ulangi pelajaran secara berkala agar memori bertahan lebih lama.
2. Aktif, Bukan Pasif – Jangan hanya membaca ulang; gunakan metode aktif seperti menjelaskan ulang atau mengerjakan soal.

3. Berorientasi Pemahaman – Fokus pada pemahaman, bukan sekadar menghafal.
4. Waktu yang Tepat – Ulangi pelajaran saat otak segar, misalnya pagi hari.
5. Variasi Metode – Gunakan teknik berbeda (membaca, diskusi, latihan soal, mind map).

D. Strategi Membaca, Manfaat Membuat Catatan Yang Baik Dan Manfaat Mengulang Pelajaran

Strategi Membaca Efektif:

1. Skimming dan Scanning – Untuk mencari informasi penting secara cepat.
2. SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review):
 - *Survey*: Menelusuri isi secara cepat.
 - *Question*: Membuat pertanyaan dari subjudul.
 - *Read*: Membaca untuk menjawab pertanyaan.
 - *Recite*: Menyebutkan kembali isi dengan kata sendiri.
 - *Review*: Meninjau ulang isi untuk memperkuat ingatan.
3. Highlighting atau Underlining – Menandai poin penting.
4. Membuat Mind Map – Membantu visualisasi isi bacaan.

Strategi Membuat Catatan:

1. Cornell Notes System – Bagi halaman menjadi tiga bagian: catatan utama, ringkasan, dan pertanyaan.
2. Mind Mapping – Visualisasi catatan dalam bentuk pohon atau diagram.
3. Outline Method – Buat daftar berpoin atau berpola hierarki dari informasi utama ke detail.
4. Charting Method – Gunakan tabel untuk membandingkan konsep.
5. Review dan Revisi Catatan – Setelah dicatat, ulangi membaca dan revisi untuk memperbaiki pemahaman.

Strategi Mengulang Pelajaran:

1. Spaced Repetition – Ulangi pelajaran hari ke-1, ke-3, ke-7, dan seterusnya.
2. Mengajar Orang Lain – Menjelaskan kepada teman bisa meningkatkan pemahaman.
3. Latihan Soal atau Quiz – Menguji pemahaman melalui soal.
4. Flashcards – Gunakan kartu tanya-jawab untuk mengingat konsep atau definisi.
5. Review Harian dan Mingguan – Jadwalkan waktu khusus untuk meninjau pelajaran lama secara berkala.

E. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Membaca, Membuat Catatan Yang Baik Dan Mengulang Pelajaran

1. Faktor yang Mempengaruhi Membaca:

a. *Faktor Internal:*

- Minat dan motivasi belajar – Semakin tinggi minat membaca, semakin baik hasilnya.
- Kemampuan bahasa dan pemahaman – Penguasaan kosakata dan struktur bahasa mendukung pemahaman isi bacaan.
- Konsentrasi dan kondisi fisik – Lelah atau lapar bisa mengganggu proses membaca.
- Tujuan membaca – Membaca dengan tujuan yang jelas (belajar, hiburan, riset) akan lebih efektif.

b. Faktor Eksternal:

- Lingkungan fisik – Suasana tenang, cahaya cukup, dan tempat duduk nyaman mendukung aktivitas membaca.
- Jenis bacaan – Buku yang sesuai dengan tingkat pemahaman akan lebih mudah dipahami.
- Media dan teknologi – Penggunaan e-book, aplikasi pembaca, atau bahan visual dapat memengaruhi cara membaca.

2. Faktor yang mempengaruhi membuat catatan yang baik

a. Faktor Internal:

- Kemampuan menyaring informasi penting – Mampu membedakan informasi utama dan pendukung.
- Gaya belajar – Visual, auditori, atau kinestetik memengaruhi cara membuat dan memahami catatan.
- Keterampilan menulis dan merangkum – Kemampuan merangkum secara ringkas dan padat.

- Konsistensi mencatat – Kebiasaan mencatat secara rutin meningkatkan kualitas catatan.

b. *Faktor Eksternal:*

- Cara penyampaian guru/dosen – Jika materi disampaikan terlalu cepat atau tidak jelas, catatan menjadi tidak maksimal.
- Alat bantu mencatat – Ketersediaan buku tulis, pulpen warna, laptop, atau aplikasi mencatat.
- Waktu dan suasana mencatat – Waktu yang terburu-buru atau suasana tidak nyaman bisa mengganggu kualitas catatan.

3. Faktor yang Mempengaruhi Mengulang Pelajaran:

a. *Faktor Internal:*

- Disiplin dan motivasi pribadi – Konsistensi dan kemauan untuk mengulang materi sangat penting.
- Daya ingat dan pemahaman konsep – Siswa dengan pemahaman dasar yang kuat akan lebih mudah mengulang.
- Kesiapan mental dan fisik – Kesehatan dan fokus sangat berpengaruh dalam proses belajar ulang.

b. *Faktor Eksternal:*

- Waktu yang tersedia – Jadwal padat bisa membatasi waktu untuk mengulang.
- Metode atau strategi belajar – Spaced repetition, latihan soal, atau diskusi kelompok bisa meningkatkan efektivitas.

- Lingkungan belajar – Tempat belajar yang kondusif membuat proses pengulangan lebih fokus dan nyaman.
- Dukungan dari orang tua/guru/teman – Dorongan dan bimbingan sangat membantu dalam menjaga kebiasaan belajar ulang.



PEMERINTAH KABUPATEN TANA TORAJA
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 3 TANA TORAJA



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025/2026

Komponen : Layanan Dasar

Bidang Layanan : Belajar

Topik/Tema Layanan : Meningkatkan konsentrasi belajar dan Mengerjakan Tugas

Kelas/Semester : XII 5 / Ganjil

Alokasi Waktu : 1x45 Menit

1.	Tujuan Layanan 16. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas 17. Peserta didik/konseli dapat memahami ciri-ciri konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas 18. Peserta didik/konseli dapat memahami Manfaat konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas 19. Peserta didik/konseli dapat memahami Fungsi konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas 20. Peserta didik/konseli dapat memahami Faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas
2.	Metode, Alat, dan Media 10. Metode : Ceramah, Curah Pendapat, Tanya Jawab, diskusi

	11. Alat/Media : LCD, Power Point tentang konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas
3.	Langkah-Langkah Kegiatan Layanan 7. Tahap Awal/Pendahuluan 1.13 Membuka dengan salam dan berdoa 1.14 Membina hubungan dengan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, ice breaking) 1.15 Menyampaikan tujuan layanan materi Bimbingan dan Konseling 1.16 Menanyakan kesiapan kepada peserta didik 8. Tahap Inti 11.1 Guru BK menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 11.2 Peserta didik mengamati slide power point berhubungan dengan materi layanan 11.3 Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab 11.4 Guru BK membagi kelas menjadi 5 kelompok yang terdiri 7 orang 11.5 Guru BK memberikan materi ajar kepada setiap ketua kelompok untuk di bahas dengan anggota kelompoknya 11.6 Ketua kelompok memimpin diskusi untuk mendiskusikan materi dengan anggota kelompoknya 11.7 Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas 11.8 Guru melanjutkan materi layanan 12. Tahap Penutup 12.1 Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan 12.2 Guru BK mengajak peserta didik agar dapat menghadirkan Tuhan dalam Hidupnya 12.3 Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang 12.4 Guru BK mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam

4.	Evaluasi 7. Evaluasi Proses: Memperhatikan proses layanan dengan refleksi hasil masing-masing peserta didik dan sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan. 8. Evaluasi Hasil: Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaian yang menarik.
----	--

Tana Toraja,.....,.....,2025

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

Bk/Konselor

Dr. Roberto P. Allolangi, S.ST. Pi., M.Pd.
NIP. 19770826 200502 1 001

Febriyanti
NIRM:1220218203

Konsentrasi Belajar Dan Mengerjakan Tugas

A. Pengertian Konsentrasi Belajar dan Mengerjakan Tugas

Menurut Djamarah Konsentrasi dalam belajar berarti **fokus pikiran terhadap suatu aktivitas belajar tanpa terganggu oleh stimulus lain yang tidak relevan**. Menurut Sudjana Mengerjakan tugas merupakan aktivitas belajar siswa yang dilakukan secara mandiri baik di sekolah maupun di rumah untuk memperkuat penguasaan konsep dan keterampilan.

Dari pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan pikiran sepenuhnya pada kegiatan belajar, sementara mengerjakan tugas adalah aktivitas belajar mandiri untuk memperkuat penguasaan materi. Keduanya saling mendukung dan berperan penting dalam menciptakan proses belajar yang efektif dan optimal.

B. Ciri-Ciri konsentrasi belajar dan mengerjakan tugas

1. Fokus penuh terhadap satu kegiatan (tidak mudah teralihkan).
2. Mampu menyelesaikan tugas dengan lebih cepat dan tepat.
3. Mengingat informasi dengan lebih baik.
4. Tidak mudah terganggu oleh suara, gerakan, atau hal di sekitar.
5. Merasa “terlarut” dalam aktivitas belajar atau bekerja.
6. Mampu mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama.

C. Manfaat Konsentrasi Belajar dan Mengerjakan Tugas

1. Meningkatkan pemahaman dan daya serap materi.
2. Menghemat waktu belajar atau bekerja karena tidak terpecah-pecah.

3. Mempercepat penyelesaian tugas dengan hasil yang lebih baik.
4. Menurunkan tingkat stres karena tugas tidak menumpuk.
5. Meningkatkan prestasi akademik dan produktivitas kerja.

D. Fungsi Konsentrasi Belajar dan Mengerjakan Tugas

1. Sebagai dasar pemrosesan informasi: Informasi lebih mudah masuk ke memori jangka panjang jika diserap dengan fokus.
2. Menjaga efektivitas belajar dan bekerja: Dengan fokus, kegiatan menjadi lebih efisien.
3. Meningkatkan kualitas hasil: Konsentrasi mengurangi kesalahan dalam mengerjakan tugas.
4. Membantu pencapaian tujuan belajar atau pekerjaan: Karena tidak terhambat oleh gangguan.

E. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar dan Mengerjakan Tugas

1. Faktor Internal:

- Motivasi dan minat: Semakin tinggi, semakin kuat konsentrasi.
- Kondisi fisik dan mental: Kelelahan, lapar, atau stres mengganggu fokus.

- Kebiasaan belajar yang buruk: Misalnya suka menunda atau belajar sambil multitasking.
- Kesehatan: Gangguan seperti kurang tidur atau gangguan penglihatan bisa menghambat konsentrasi.

2. Faktor Eksternal:

- Lingkungan belajar: Suasana bising, panas, atau tidak nyaman dapat mengalihkan perhatian.
- Gangguan teknologi: HP, media sosial, atau notifikasi sering kali mengganggu fokus.
- Beban tugas: Tugas yang terlalu berat atau terlalu banyak bisa menurunkan fokus.
- Pengaruh sosial: Teman yang mengajak bicara saat belajar bisa memecah konsentrasi.

Pra Siklus

No	Nama	L/P	Butir Soal										Jumlah	%	Kategori	Tuntas/ Tidak Tuntas	Ketuntasan Individu	Persentase keberhasilan
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10						
1	Agnestasia Welpin Salosso'	P	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	23	57.5%	Cukup	Tidak Tuntas	9%	25%
2	Alber	L	3	2	2	1	1	1	2	2	2	1	17	42.5%	Kurang	Tidak Tuntas		
3	Alviani Virserly	P	3	2	2	2	1	1	2	2	3	1	19	47.5%	Kurang	Tidak Tuntas		
4	Anisa Kurnia Sari	P	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	16	40%	Kurang	Tidak Tuntas		
5	Cecilia	P	3	2	1	1	1	1	2	2	3	1	17	43%	Kurang	Tidak Tuntas		
6	Chatarina Olivya Pakadang	P	2	2	1	1	1	1	2	2	3	1	16	40%	Kurang	Tidak Tuntas		
7	Christian Reinal Paelongan	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	75%	Baik	Tuntas		
8	Daniel Monding	L	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	17	42.5%	Kurang	Tidak Tuntas		
9	Delpia Pagau'	P	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	34	85%	Baik	Tuntas		
10	Elshe Nesya	P	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	20	50%	Cukup	Tidak Tuntas		
11	Evalengsista Papeden	P	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	13	32.5%	Kurang	Tidak Tuntas		
12	Feronika Marni'	P	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	16	40%	Kurang	Tidak Tuntas		
13	Friska Rapa' Marante	P	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	30	75%	Baik	Tuntas		
14	Friska Yanti Intan	P	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	14	35%	Kurang	Tidak Tuntas		
15	Galfano Matandung	L	3	2	1	1	1	1	1	2	2	1	15	37.5%	Kurang	Tidak Tuntas		
16	Gresilia Mangera	P	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	22	55%	Cukup	Tidak Tuntas		
17	Greyvin Aftuand Sorren	L	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	39	97.5%	Baik	Tuntas		
18	Indry Lengke'	P	3	3	1	1	1	1	1	1	2	1	15	37.5%	Kurang	Tidak Tuntas		
19	Ivana fresyerin	P	3	3	2	2	1	1	2	2	3	1	20	59%	Cukup	Tidak Tuntas		

20	Juwanda Ferdinan Yusuf	P	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	12	30%	Kurang	Tidak Tuntas
21	Kelvin Donden	L	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	25%	Kurang	Tidak Tuntas
22	Mangin	P	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	30	75%	Baik	Tuntas
23	Marni	P	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	33	82.5%	Baik	Tuntas
24	Meipran	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	75%	Baik	Tuntas
25	Novianti T.L	P	3	3	2	1	1	1	2	2	3	1	19	47.5%	Kurang	Tidak Tuntas
26	Novyanti Endang	P	3	3	2	2	2	1	3	3	3	1	23	57.5%	Cukup	Tidak Tuntas
27	Nugianus	L	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	16	40%	Kurang	Tidak Tuntas
28	Prasetyo Mady Rura'	L	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	36	90%	Baik	Tuntas
29	Prensti Rappa'	L	3	3	1	1	1	1	2	2	3	1	18	45%	Kurang	Tidak Tuntas
30	Pricilia Buranna	P	3	3	2	1	1	1	3	1	2	1	18	45%	Kurang	Tidak Tuntas
31	Rasti	P	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31	77.5%	Baik	Tuntas
32	Salmon Sangga'	L	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	59%	Cukup	Tidak Tuntas
33	Stepani arruan	P	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	15	37.5%	Kurang	Tidak Tuntas
34	Yansi Roreng	L	3	3	1	1	1	1	1	2	3	2	18	45%	Kurang	Tidak Tuntas
35	Yordas Pappang	L	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	14	35%	Kurang	Tidak Tuntas
36	Yosua hendri Tonapa	L	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	14	35%	Kurang	Tidak Tuntas

LEMBAR OBSERVASI

KELAS XII. 5

UPT SMA Negeri 3 Tana Toraja

[illegible]

[illegible]

Keterangan:

1 : Sangat Kurang

2 : Kurang

3 : Cukup

4 : Baik

Presentase = $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$

Jumlah skor maksimal

0-24% = Sangat kurang

25%-49% = kurang

50%-74% = Cukup

75%- 100% = Baik

Presentase keberhasilan = $F/N \times 100\%$

Keterangan:

F = Jumlah Siswa yang tuntas

N= Jumlah Keseluruhan siswa

RUBRIK OBSERVASI KELAS XII 5

UPT SMA NEGERI 3 TANA TORAJA

No	Indikator	Sangat Baik	Baik	Kurang	Sangat Kurang
1.	Pembuatan jadwal	Selalu membuat jadwal dengan teratur dan digunakan secara konsisten.	Membuat jadwal dengan baik dan cukup teratur	Membuat jadwal atau membuatnya tanpa perencanaan yang jelas.	Tidak pernah membuat jadwal atau tidak menunjukkan usaha dalam merencanakan waktu.
2.	Membaca dan membuat catatan	Membaca dengan teliti dan selalu membuat catatan yang lengkap dan sistematis	Membaca dengan baik dan membuat catatan yang jelas	Jarang membaca dan catatan yang dibuat kurang lengkap	Tidak pernah membaca dan tidak membuat catatan
3.	Mengulangi bahan pelajaran	Siswa rajin memberikan umpan balik atau tanggapan kepada guru pada saat pembelajaran berlangsung	Siswa memberikan umpan balik atau tanggapan tetapi hanya setengah jawaban yang diberikan	Siswa memberikan umpan balik atau tanggapan tetapi masih ragu-ragu dengan jawabannya	Tidak pernah memberi umpan balik atau tanggapan
4.	Konsentrasi	Selalu fokus saat belajar dan tidak mudah terganggu	Konsentrasi cukup baik, fokus, tetap terjaga	Sering kehilangan fokus dengan gangguan besar	Tidak fokus dan tidak dapat mempertahankan

			meskipun beberapa sedikit gangguan		perhatian memperhatikan materi.
5.	Mengerjakan tugas	Selalu mengerjakan tugas dengan tepat waktu	Mengerjakan tugas tetapi tidak sepenuhnya	Mengerjakan tugas dengan kurang baik dan perlu diperbaiki	tidak mengerjakan tugas

Hasil Siklus I

No	Nama Siswa	Indikator Capaian Cara Belajar Efektif Siswa																				Skor Perolehan	Nilai	Kategori	
		Pembuatan Jadwal				Menbaca dan Membuat Catatan				Mengulang bahan pelajaran				Konsentrasi				Mengerjakan tugas							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Agnestasia Welpin Salosso'			3			2				2						3					4	14	70.00%	Cukup
2	Alber		2				2				2						3				3		12	60.00%	Cukup
3	Alviani Virserly		2				2				2						3					4	13	65.00%	Cukup
4	Anisa Kurnia Sari			3			2				2						3					4	14	70.00%	Cukup
5	Cecilia			3			2				2						3				3		13	65.00%	Cukup
6	Chatarina Olivya Pakadang			3			2				2						3					4	14	70.00%	Cukup
7	Christian Reinal Paelongan	1					2				1					2					3		9	45.00%	Kurang
8	Daniel Monding	1					2				1					2					3		9	45.00%	Kurang
9	Delpia Pagau'		2				2				1					2						4	11	55.00%	Cukup
10	Elshe Nesya		2				2				1					2						4	11	55.00%	Cukup
11	Evalengsista Papeden		2				2				1					2						4	11	55.00%	Cukup

12	Feronika Marni'		2			2			1	2				3				4	14	70.00%	Cukup
13	Friska Rapa' Marante		2			2			2				3				3		12	60.00%	Cukup
14	Friska Yanti Intan		2			2			2				3				3		12	60.00%	Cukup
15	Galfano Matandung	1				2			2				2				3		10	50.00%	Cukup
16	Gresilia Mangera	1				2			2				2				3		10	50.00%	Cukup
17	Greyvin Aftuand Sorren	1				2			2				2				3		10	50.00%	Cukup
18	Indry Lengke'		2			2			2				3					4	13	65.00%	Cukup
19	Ivana fresyerin		2			2			1				3				3		11	55.00%	Cukup
20	Juwanda Ferdinan Yusuf	1				2			1				2				3		9	45.00%	Kurang
21	Kelvin Donden	1				2			1				2				3		9	45.00%	Kurang
22	Mangin	1				2			1				2				3		9	45.00%	Kurang
23	Marni		2			2			1				3					4	12	60.00%	Cukup
24	Meipran	1				2			1				2				3		9	45.00%	Kurang
25	Novianti T.L	1				2			1				2				3		9	45.00%	Kurang
26	Novyanti Endang		2			2			1				3				3		11	55.00%	Cukup
27	Nugianus		2			2			1				3				3		11	55.00%	Cukup
28	Prasetyo Mady Rura'	1				2			1				2				3		9	45.00%	Kurang
29	Prensti Rappa'		2			2			2				3					4	13	65.00%	Cukup
30	Pricilia Buranna		2			2			2				3					4	13	65.00%	Cukup
31	Rasti		2			2			2				3					4	13	65.00%	Cukup
32	Salmon Sangga'	1				2			2				2				2		9	45.00%	Kurang
33	Stepani arruan		2			2			2				3				3		12	60.00%	Cukup
34	Yansi Roreng	1				2			2				2				3		10	50.00%	Cukup
35	Yordas Pappang		2			2			2				3				2		11	55.00%	Cukup
36	Yosua hendri Tonapa	1				2			2				2				2		9	45.00%	Kurang

[illegible]

Hasil Siklus II

No	Nama Siswa	Indikator Capaian Cara Belajar Efektif Siswa																				Skor Perolehan	Nilai	Kategori
		Pembuatan Jadwal				Membaca dan Membuat Catatan				Mengulang bahan pelajaran				Konsentrasi				Mengerjakan tugas						
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Agnestasia Welpin Salosso'			3				3				3					4				4	17	85.00%	Baik
2	Alber			3			2					3				3					4	15	75.00%	Baik
3	Alviani Virserly			3				3				3					4				4	17	85.00%	Baik
4	Anisa Kurnia Sari		2					3				3					4				4	16	80.00%	Baik
5	Cecilia		2					3				3					4				4	16	80.00%	Baik
6	Chatarina Olivya Pakadang		2					3				3				3					4	15	75.00%	baik
7	Christian Reinal Paelongan			3			2					3				3				3		14	70.00%	Cukup
8	Daniel Monding			3			2					3				3				3		14	70.00%	Cukup
9	Delpia Pagau'		2					3				3					4				4	16	80.00%	Baik

10	Elshe Nesya		2			2				3				4			4	15	75.00%	Baik
11	Evalengsista Papeden			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
12	Feronika Marni'			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
13	Friska Rapa' Marante			3			3			3			3				4	16	80.00%	baik
14	Friska Yanti Intan		2				3			3			3				4	15	75.00%	baik
15	Galfano Matandung		2				3			3			3				3	14	70.00%	Cukup
16	Gresilia Mangera			3		2				3			3				3	14	70.00%	Cukup
17	Greyvin Aftuand Sorren		2			2				3			3				3	13	65.00%	Cukup
18	Indry Lengke'			3			3			3				4			3	16	80.00%	Baik
19	Ivana fresyerin			3			3			3				4			3	16	80.00%	Baik
20	Juwanda Ferdinan Yusuf		2			2				3			3				3	13	65.00%	Cukup
21	Kelvin Donden		2			2				3			3				3	13	65.00%	Cukup
22	Mangin		2			2				3			3				4	14	70.00%	Cukup
23	Marni			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
24	Meipran		2				3			3			3				3	14	70.00%	Cukup
25	Novianti T.L			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
26	Novyanti Endang			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
27	Nugianus		2			2				3			3				3	13	65.00%	Cukup
28	Prasetyo Mady Rura'		2			2				3			3				4	14	70.00%	Cukup
29	Prensti Rappa'			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
30	Pricilia Buranna			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik
31	Rasti			3			3			3				4			4	17	85.00%	Baik

32	Salmon Sangga'		2			2			2					3			3		12	60.00%	Cukup
33	Stepani arruan			3			3			3				4			3		16	80.00%	Baik
34	Yansi Roreng			3			3			3				4			3		16	80.00%	Baik
35	Yordas Pappang		2			2				3				3				4	14	70.00%	Cukup
36	Yosua hendri Tonapa		2				3				3			3				4	15	65.00%	Cukup
	Jumlah	91			95			107			126			130				2735%			
	Rata-Rata Nilai Indikator	61.80%			63.88%			74.30%			87.5%			90.27%			Rata-rata nilai Kelas	75.97%	Baik		