

Flipping Book

DALAM
KONSELING BEHAVIORAL
SELF-MANAGEMENT

Disusun oleh :
Retno Saraswati

KLIK DI SINI UNTUK
START



Flipping Book

PETUNJUK PENGOPERASIAN

klik  lanjut



Pindah halaman selanjutnya



Memperbesar/
memperkecil gambar

klik  kembali



Pindah halaman sebelumnya



Membesarkan gambar full
layar dan mengecilkan



Memulai video



Mencetak isi *flipping book*



Menghentikan video sewaktu waktu



Membagikan isi *flipping book*



Membunyikan atau
menghilangkan suara/musik



Mengunduh isi *flipping book*

klik  kembali

klik  lanjut

DAFTAR ISI

Pendahuluan

Self Management

Membangun Motivasi

Kedisiplinan

Refleksi

Kuis & permainan



klik  kembali

klik  lanjut

PENDAHULUAN

SELF MANAGEMENT:

“Kemampuan untuk secara bertahap mematuhi aturan, rutinitas dan instruksi dengan konsisten.”

DISIPLIN :

“Kemampuan mengikuti aturan dan mengendalikan diri dalam aktivitas sehari hari”

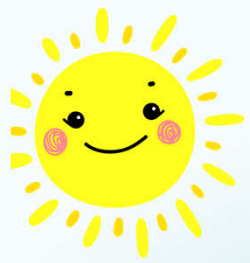
**TUJUAN PENGGUNAAN
FLIPPING BOOK
DALAM KONSELING BEHAVIORAL
SELF-MANAGEMENT:**

“Meningkatkan perilaku disiplin siswa SMP ”



klik  **kembali**

klik  **lanjut**



Self Management



Silakan klik



pada video

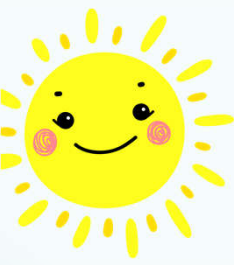


klik  **kembali**

klik  **lanjut**

Self Management

Contoh Pengurutan Prioritas Aktivitas Sehari-Hari



Penting dan Mendesak

- Menyelesaikan tugas sekolah dengan segera.
- Masuk ke dalam kelas tepat waktu.
- Membalas *WhatsApp* dari teman terkait tugas sekolah.

Penting tapi Tidak Mendesak

- Merencanakan jadwal minggu depan.
- Berolahraga untuk menjaga kesehatan.
- Membaca buku atau belajar untuk pengembangan diri.

Mendesak tapi Tidak Penting

- Menjawab pesan atau telepon tidak mendesak.
- Mengurus gangguan kecil, seperti mencari barang yang hilang.

Tidak Mendesak dan Tidak Penting

- Bermain media sosial tanpa tujuan jelas.
- Menonton TV atau bermain game secara berlebihan.



klik  kembali

klik  lanjut



Contoh Jadwal Harian



05:00 - 06:30

Sholat Subuh, Bersih-bersih, Sarapan

06:45 - 07:00

Berangkat ke sekolah

07:00 - 14:45

Belajar di sekolah (termasuk Makan siang, sholat Dhuhur)
Catatan:

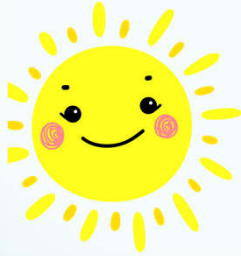
14:45 - 16:00

Istirahat

16:00 - 17:00

Sholat Ashar, membantu orang tua

Self Management



klik  kembali

klik  lanjut

Contoh Jadwal Harian

Self Management



17:00 - 18:00

Belajar mengulang pelajaran sekolah

18:00 - 19:00

Sholat Maghrib, Makan Malam

19:00 - 21:00

Mengerjakan pekerjaan rumah, menyiapkan buku untuk besok, Sholat Isya

21:00 - 22:00

Waktu santai

22:00 - 05:00

Istirahat tidur malam

Catatan :



klik  kembali

klik  lanjut

Kedisiplinan



Silakan klik



pada video

klik  kembali

klik  lanjut

4 INDIKATOR TINGKAT KEDISIPLINAN



klik  kembali

klik  lanjut

1. MEMBOLOS

Membolos adalah perilaku tidak masuk sekolah tanpa izin atau alasan yang sah, biasanya dilakukan secara sengaja oleh siswa. Perilaku ini sering dikaitkan dengan masalah disiplin.



klik  kembali

klik  lanjut

2. SERING KELUAR JAM PELAJARAN DAN TIDAK KEMBALI LAGI KE KELAS

01

Perbuatan sering keluar saat jam pelajaran dan tidak kembali lagi ke kelas disebut bolos kelas atau keluyuran saat jam pelajaran. Tindakan ini merupakan bentuk pelanggaran disiplin yang mirip dengan membolos, tetapi terjadi dalam skala yang lebih kecil karena siswa tetap berada di lingkungan sekolah, meskipun tidak mengikuti pembelajaran.



03

[klik](#)  [kembali](#)

[klik](#)  [lanjut](#)

3. TERLAMBAT MASUK SEKOLAH

Terlambat masuk sekolah adalah kondisi ketika siswa tidak hadir tepat waktu sesuai jadwal yang ditentukan. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya manajemen waktu, jarak tempuh, atau kebiasaan bangun kesiangan. Keterlambatan berulang dapat menghambat pemahaman materi, mencerminkan kurangnya kedisiplinan siswa.



klik  kembali

klik  lanjut

4. TERLAMBAT KEMBALI KE KELAS SELESAI WAKTU



ISTIRAHAT

01



Terlambat kembali ke kelas setelah istirahat terjadi ketika siswa tidak masuk tepat waktu sesuai jadwal yang ditentukan. Hal ini dapat disebabkan oleh kelalaian, terlalu asyik saat istirahat, atau kurangnya kesadaran akan disiplin waktu. Keterlambatan ini dapat mengganggu kelancaran pembelajaran dan mencerminkan kurangnya tanggung jawab dalam mengikuti aturan sekolah.

02



03

klik  kembali

klik  lanjut

Membangun Motivasi



- Bacharuddin Jusuf Habibie (BJ Habibie) adalah presiden ketiga Indonesia yang menjabat pada tahun 1998–1999. Berikut adalah beberapa fakta singkat mengenai BJ Habibie:
- BJ Habibie lahir pada 25 Juni 1936 di Pare-Pare, Sulawesi Selatan.
- Ia merupakan anak keempat dari delapan bersaudara. Ayahnya bernama Alwi Abdul Jalil Habibie yang merupakan ahli pertanian asal Gorontalo, sedangkan ibunya bernama R.A Tuti Marini Puspowardojo yang merupakan spesialis mata asal Yogyakarta.
- Habibie dikenal sebagai arsitek utama industri strategis Indonesia dengan fokus pada kemandirian teknologi dan penguatan sektor industri nasional, adapun industri strategis tersebut adalah (PT IPTN/DI (Pembuat Pesawat), PT PAL (Pembuat Kapal) PT INKA (Pembuat Kereta api), PT PINDAD (Pembuat senjata dan kendaraan tempur) , PT Dahana (bahan peledak),
- BJ Habibie dikenal sebagai Bapak Teknologi Indonesia karena kontribusinya di bidang teknologi aviasi internasional dan teknologi informasi.

BJ Habibie

Bapak

Teknologi

klik  kembali

klik  lanjut

KUTIPAN MOTIVASI

1. "Orang sukses bukan karena mereka lebih pintar, tapi karena mereka lebih disiplin dalam belajar dan bertindak"

2. "Kesuksesan tidak datang dari keinginan saja, tetapi dari disiplin dan kerja keras."

klik  kembali

klik  lanjut

3. "Jadilah pemimpin bagi dirimu sendiri dengan menerapkan disiplin setiap hari."

4. "Kelola waktumu dengan baik, maka hidupmu akan lebih terarah."




klik  kembali

klik  lanjut

REFLEKSI



Silakan klik di sini 

setelah muncul format mohon
diisi  untuk sambil di
scroll ke bawah



klik  kembali

klik  lanjut



KUIS & PERMAINAN 1



PETUNJUK PENGOPERASIAN



Klik memulai kuis & permainan



Resum nilai , Kembali ke awal dan petunjuk pengoperasian



Membunyikan atau menghilangkan suara/musik



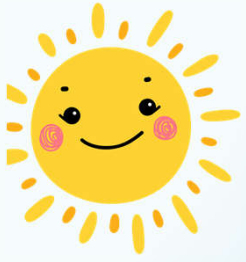
Membesarkan gambar full layar dan mengecilkannya

1. Quiz – Jawab pertanyaan pilihan ganda (klik kotak pilihan di bawah).
2. Game Show Quiz – kuis interaktif bergaya acara televisi berbatas waktu. (klik kotak sesuai)
3. Open the Box – Buka kotak (klik kotak) untuk mengungkap pertanyaan di dalamnya.
4. Spin the Wheel – Putar roda (klik spin it) tunggu tantangan pertanyaan yang harus dijawab berbatas waktu
5. Find the Match - Cocokkan pasangan kata atas & bawah yang artinya sesuai (klik kotak di bawah)



klik  kembali

klik  lanjut



KUIS & PERMAINAN 1



Silakan klik di sini



klik  kembali

klik  lanjut



KUIS & PERMAINAN 2



PETUNJUK PENGOPERASIAN



Klik memulai kuis & permainan



Resum nilai , Kembali ke awal dan petunjuk pengoperasian



Membunyikan atau menghilangkan suara/musik



Membesarkan gambar full layar dan mengecilkannya

1. Find the Match - Cocokkan pasangan kata atas & bawah yang artinya sesuai (klik kotak di bawah)
2. Match Up – Cocokkan pasangan kata atas & bawah yang artinya sesuai (geser kotak kiri ke kanan)
3. Crossword – Isi teka-teki silang dengan kata yang sesuai soal (dengan klik kotak muncul soal lalu ketik/ isi kotak dengan kata sesuai).
4. Quiz – Jawab pertanyaan pilihan ganda (klik kotak pilihan di bawah).
5. Game Show Quiz – kuis interaktif bergaya acara televisi berbatas waktu. (klik kotak sesuai)

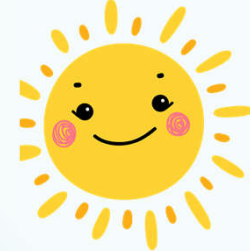


klik  kembali

klik  lanjut



KUIS & PERMAINAN 2



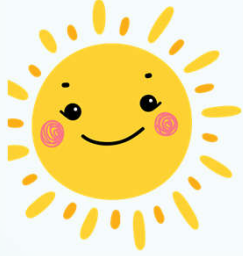
Silakan klik di sini



klik  kembali

klik  lanjut

Terima Kasih



sampai berjumpa kembali



klik  kembali

klik  lanjut