

### Small Group Discussion dan Contextual Learning

Kuliah ke 10 diisi dengan Q and A materi perkuliahan selama 30 menit, kemudian dilanjutkan dengan diskusi dalam beberapa breakout room (100 menit), wrap-up (5 menit)

1. Sebanyak 20 grup dibagi menjadi 10 breakout room :

Kel 1 dan 2 --> BR 1

Kel 3 dan 4 --> BR 2

Kel 5 dan 6 --> BR 3

Kel 7 dan 8 --> BR 4

Kel 9 dan 10 --> BR 5

Kel 11 dan 12 --> BR 6

Kel 13 dan 14 --> BR 7

Kel 15 dan 16 --> BR 8

Kel 17 dan 18--> BR 9

Kel 19 dan 20--> BR 9

2. Angkat 1 orang menjadi ketua dan 3 orang notulis untuk bergantian mencatat hasil diskusi. Kemudian di akhir ketiganya menggabungkan dalam sebuah google doc. Upload file notulen pada assignment course dengan menyebutkan nomor breakout room (contoh : BR1\_Kelas Paralel Senin Siang\_P10). Mohon dipatuhi cara penulisan nama. File hanya diupload oleh ketua breakout room maksimal pukul 23.59 WIB di hari yang sama. Format notulis berupa tabel dengan format :  
Nama mahasiswa | Pengalaman Stress/Kelelahan | Penyebab | Manajemen Stres/kelelahan | Tanggapan Teman

3. Setiap anggota wajib menyampaikan pengalaman stressnya dan mengaitkannya dengan materi pembelajaran manajemen stres dan kelelahan. Tiga pertanyaan yang harus dijawab :

- Selama 3 bulan terakhir ini gejala stress/anxiety/masalah mental apa yang dialami ? Apakah tergolong ringan, sedang atau berat? Kaitkan dengan konsep stres dan kelelahan
- Apa penyebabnya? Faktor internal eksternal (acu pada materi pembelajaran)
- Apa yang telah dilakukan untuk mengurangi gejala stress/anxiety/masalah mental tersebut? (kaitkan dengan manajemen stres dan kelelahan pada materi perkuliahan)

4. Setelah 1 orang menceritakan ketiga hal tersebut, teman lain memberikan masukan konkrit

5. Diskusi dilakukan selama 100 menit jam  
Setelah selesai kembali ke main room.