

RANCANG BANGUN PEMBELAJARAN MATA PELATIHAN

- 1) Nama Diklat : Pelatihan Dasar CPNS III
- 2) Mata Diklat : Kesiapsiagaan Bela Negara
- 3) Alokasi Waktu : 7 sesi (21 JP x 45 menit = 945 menit)
4. Deskripsi Singkat : Mata pelatihan ini membekali peserta untuk menunjukkan sikap perilaku bela negara melalui aktivitas pembelajaran ini di luar kelas seperti kegiatan praktis peraturan baris berbaris, tata upacara sipil, dan keprotokolan, ragam kegiatan bermain peran sebagai badan pengumpul keterangan, ragam kegiatan ketangkasan fisik dan penguatan mental dengan penekanan pada aspek kedisiplinan, kepemimpinan, kerjasama, dan prakarsa dengan menggunakan metode-metode pembelajaran di alam terbuka yang akan diterapkan dalam pelatihan Dasar CPNS dalam rangka membangun komitmen dan loyalitas terhadap Negara dalam menjalankan tugas sebagai PNS profesional sebagai pelayan negara dan masyarakat.
5. Tujuan Pembelajaran
5. Hasil Belajar : Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta diharapkan mampu menunjukan sikap perilaku bela negara dalam menjalankan tugas sebagai PNS profesional pelayan masyarakat.
 - a. Indikator Hasil Belajar : Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta diharapkan mampu:
 - 1) Melakukan praktik peraturan baris berbaris, dan keprotokolan (yang didalamnya termasuk tata upacara, tata tempat dan tata penghormatan);
 - 2) Bermain peran sebagai badan pengumpul keterangan;
 - 3) Melakukan kegiatan ketangkasan fisik dan penguatan mental dengan penekanan pada aspek kedisiplinan, kepemimpinan, kerjasama, dan prakarsa menggunakan metode-metode pembelajaran di alam terbuka.

NO	INDIKATOR HASIL BELAJAR	MATERI		METODE	ALAT BANTU & MEDIA	ESTIMASI WAKTU				REFERENSI
		MATERI POKOK	SUB MATERI POKOK			T	L	Lap	Total	
1	Peserta Mampu : - Melakukan praktik peraturan baris berbaris, dan keprotokolan (yang didalamnya termasuk tata upacara, tata tempat dan tata penghormatan)	Kesiapsiagaan Jasmani	<ul style="list-style-type: none"> • Manfaat Kesiapsiagaan Jasmani • Sifat dan Sasaran Pengembangan Kesiapsiagaan Jasmani • Latihan, Bentuk Latihan, dan Pengukuran Kesiapsiagaan Jasmani 	Ceramah interaktif Tanya jawab Diskusi Presentasi kelompok	Bahan bacaan, bahan tayang, bahan latihan.	20	40	-	60 menit	1. Modul Bela Negara 2. 3.
		Kesiapsiagaan Mental	<ul style="list-style-type: none"> • Pengertian Kesiapsiagaan Mental • Sasaran Pengembangan Kesiapsiagaan Mental • Pengaruh Kesiapsiagaan Mental • Kecerdasan 							

NO	INDIKATOR HASIL BELAJAR	MATERI		METODE	ALAT BANTU & MEDIA	ESTIMASI WAKTU				REFERENSI
		MATERI POKOK	SUB MATERI POKOK			T	L	Lap	Total	
			Emosional <ul style="list-style-type: none"> • Kompetensi Kecerdasan Emosional • Manajemen Hubungan Sosial • Cara Meningkatkan Kecerdasan Emosional • Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional 							
		Peraturan Baris berbaris	<ul style="list-style-type: none"> • Pengertian Baris Berbaris • Manfaat Baris Berbaris • Aba-Aba dan Gerakan dalam Peraturan Baris Berbaris 							

NO	INDIKATOR HASIL BELAJAR	MATERI		METODE	ALAT BANTU & MEDIA	ESTIMASI WAKTU				REFERENSI
		MATERI POKOK	SUB MATERI POKOK			T	L	Lap	Total	
		Keprotokolan	<ul style="list-style-type: none"> • Konsep Keprotokol-an • Tata Tem-pat (Prese-ance) • Tata Upacara Sipil • Pelaksana-an Kegiatan Apel • Tata Peng-hormatan • Etika Kepro tokolan 							
2	Peserta Mampu: - Melakukan kegiatan ketangkasan fisik dan penguatan mental dengan penekanan pada aspek kedisiplinan, kepemimpinan , kerjasama,	Kewaspadaan Dini	<ul style="list-style-type: none"> • Pendahulu an • Kewaspada an Dini • Intelejensi • Balpuket 	Ceramah interaktif; Tanya jawab;	Laptop, LCD, White board, spidol, Bahan bacaan, bahan tayang, Flipchart	20	55	-	75 menit	

NO	INDIKATOR HASIL BELAJAR	MATERI		METODE	ALAT BANTU & MEDIA	ESTIMASI WAKTU				REFERENSI
		MATERI POKOK	SUB MATERI POKOK			T	L	Lap	Total	
	dan prakarsa menggunakan metode-metode pembelajaran di alam terbuka									
		Kesehatan Jasmani dan Kesehatan Mental	<ul style="list-style-type: none"> • Pengertian Kesehatan Jasmani • Kebugaran Jasmani dan Olah raga • Pengertian Kesehatan Mental • Sistem Berpikir • Kesehatan Berpikir • Kendali Diri (Self Control atau Self Regulation) • Manajemen Stress • Emosi 							

NO	INDIKATOR HASIL BELAJAR	MATERI		METODE	ALAT BANTU & MEDIA	ESTIMASI WAKTU				REFERENSI
		MATERI POKOK	SUB MATERI POKOK			T	L	Lap	Total	
			Positif • Makna Hidup							
		Kegiatan Kesi- apsiagaan Bela Negara	• Pendahulu an • Jenis Per- mainan Menarik Ke siapsiagaan							
	Jumlah								945 menit (21 JP)	

Jakarta, 24 April 2019

Eko Yulian
NIP. 19860717 200902 1004

RENCANA PEMBELAJARAN

1. Nama Diklat : Pelatihan Dasar CPNS III
2. Mata Diklat : Kesiapsiagaan Bela Negara
3. Alokasi Waktu : (21 JP x 45 menit = 945 menit)
4. Deskripsi Singkat : Mata pelatihan ini membekali peserta untuk menunjukkan sikap perilaku bela negara melalui aktivitas pembelajaran ini di luar kelas seperti kegiatan praktis peraturan baris berbaris, tata upacara sipil, dan keprotokolan, ragam kegiatan bermain peran sebagai badan pengumpul keterangan, ragam kegiatan ketangkasan fisik dan penguatan mental dengan penekanan pada aspek kedisiplinan, kepemimpinan, kerjasama, dan prakarsa dengan menggunakan metode-metode pembelajaran di alam terbuka yang akan diterapkan dalam pelatihan Dasar CPNS dalam rangka membangun komitmen dan loyalitas terhadap Negara dalam menjalankan tugas sebagai PNS profesional sebagai pelayan negara dan masyarakat.
5. Tujuan Pembelajaran
 - a. Hasil Belajar : Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta diharapkan mampu menunjukan sikap perilaku bela negara dalam menjalankan tugas sebagai PNS profesional pelayan masyarakat.
 - b. Indikator Hasil Belajar : Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta diharapkan dapat:
 - 1) Melakukan praktik peraturan baris berbaris, dan keprotokolan (yang didalamnya termasuk tata upacara, tata tempat dan tata penghormatan);
 - 2) Bermain peran sebagai badan pengumpul keterangan;
 - 3) Melakukan kegiatan ketangkasan fisik dan penguatan mental dengan penekanan pada aspek kedisiplinan, kepemimpinan, kerjasama, dan prakarsa menggunakan metode-metode pembelajaran di alam terbuka.

6. Materi Pokok dan Sub Materi Pokok

a. Materi Pokok:

- 1) Kesiapsiagaan Jasmani;
- 2) Kesiapsiagaan Mental;
- 3) Peraturan Baris Berbaris;
- 4) Keprotokolan;
- 5) Kewaspadaan Dini;
- 6) Kesehatan Jasmani dan Kesehatan Mental;
- 7) Kegiatan Kesiapsiagaan Bela Negara

b. Sub materi pokok:

Kesiapsiagaan Jasmani

- 1.1. Manfaat Kesiapsiagaan Jasmani
- 1.2. Sifat dan Sasaran Pengembangan Kesiapsiagaan Jasmani
- 1.3. Latihan, Bentuk Latihan, dan Pengukuran Kesiapsiagaan Jasmani

Kesiapsiagaan Mental

- 2.1. Pengertian Kesiapsiagaan Mental
- 2.2. Sasaran Pengembangan Kesiapsiagaan Mental
- 2.3. Pengaruh Kesiapsiagaan Mental
- 2.4. Kecerdasan Emosional
- 2.5. Kompetensi Kecerdasan Emosional
- 2.6. Manajemen Hubungan Sosial
- 2.7. Cara Meningkatkan Kecerdasan Emosional
- 2.8. Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional
- 2.9. Melatih Kecerdasan Emosional

Peraturan Baris Berbaris

- 3.1. Pengertian Baris Berbaris

- 3.2. Manfaat Baris Berbaris
- 3.3. Aba-Aba dan Gerakan dalam Peraturan Baris Berbaris

Keprotokolan

- 4.1. Konsep Keprotokolan
- 4.2. Tata Tempat (Preseance)
- 4.3. Tata Upacara Sipil
- 4.4. Pelaksanaan Kegiatan Apel
- 4.5. Tata Penghormatan
- 4.6. Etika Keprotokolan

Kewaspadaan Dini

- 5.1. Pendahuluan
- 5.2. Kewaspadaan Dini
- 5.3. Intelegensi
- 5.4. Balpuket

Kesehatan Jasmani dan Kesehatan Mental

- 6.1. Pengertian Kesehatan Jasmani
- 6.2. Kebugaran Jasmani dan Olahraga
- 6.3. Pengertian Kesehatan Mental
- 6.4. Sistem Berpikir
- 6.5. Kesehatan Berpikir
- 6.6. Kendali Diri (Self Control atau Self Regulation)
- 6.7. Manajemen Stress
- 6.8. Emosi Positif
- 6.9. Makna Hidup

Kegiatan Kesiapsiagaan Bela Negara

7.1. Pendahuluan

7.2. Jenis Permainan Menarik Kesiapsiagaan

7. Kegiatan Belajar Mengajar :

(13 JP)

NO.	TAHAPAN KEGIATAN	KEGIATAN		METODE	MEDIA/ ALAT BANTU	ALOKASI WAKTU
		FASILITATOR	PESERTA			
1.	Pendahuluan	1. Memberi salam 2. Menyampaikan susunan acara kegiatan 3. Membuka kegiatan	- Menjawab salam - Memperhatikan - Memperhatikan			30 menit
2.	Penyajian	1. Melakukan games pembuka tabrakan mobil 2. Melakukan games samurai 3. Melakukan games lari kombinasi 4. Melakukan games bola pingpong 5. Menyampaikan refleksi dari games 6. Melakukan acara ASBN	- Melakukan games - Mengikuti acara ASBN	✓ Games ✓ praktik	✓ Bola pingpong ✓ karpet ✓ bendera merah putih	12 JP
3.	Penutup	1. Memotivasi peserta tentang pentingnya penerapan sikap	- Memperhatikan			15 menit

NO.	TAHAPAN KEGIATAN	KEGIATAN		METODE	MEDIA/ ALAT BANTU	ALOKASI WAKTU
		FASILITATOR	PESERTA			
		perilaku bela negara dalam mengikuti diklat dan pada saat bekerja 2. Mengucapkan terimakasih 3. Mengucapkan salam	- Menanggapi			

Jakarta, 24 April 2019

Eko Yulian
NIP. 19860717 200902 1004

