

# Hari Integritas 3 • Koneksi Pribadi

**Definisi RAK:** Integritas adalah bertindak dengan cara yang Anda tahu benar dan baik dalam segala situasi.

Dalam pelajaran ini siswa akan merefleksikan hasil kerja mereka dari Hari 1 dan 2 dan meluangkan waktu untuk memikirkan tujuan yang mereka miliki terkait dengan hasil kerja mereka di kelas ini. Mereka akan menuliskan satu tujuan CERDAS yang dapat mereka gunakan sebagai motivasi untuk bertahan sampai akhir kelas ini, bahkan ketika keadaan menjadi menantang.

## Tujuan Mingguan

Siswa akan:

- ☐ Ciptakan cara praktis untuk mengingatkan semua siswa untuk menunjukkan integritas saat berinteraksi dengan orang lain, terutama di sekolah.
- ☐ Pahami bahwa dibutuhkan ketekunan untuk hidup dengan integritas.
- ☐ Mengevaluasi komunitas mereka melalui lensa integritas.

## Sumber / Bahan

- ☐ **VIDEO:** [Ibex yang luar biasa menantang gravitasi dan memanjat bendungan | Kekuatan Alam bersama Brian Cox - BBC](#)
- ☐ **LEMBAR KERJA:** Peta Sasaran SMART

## Merefleksikan / Menilai

**Kiriman:**

- ☐ Poin Partisipasi Harian
- ☐ **Entri Jurnal Integritas:** Apa sesuatu yang membuatmu merasa ingin berhenti? Apa yang dapat Anda lakukan untuk menyemangati diri sendiri agar terus melakukannya saat lain kali Anda merasa "berhenti" atau mengalami pengalaman yang mengecilkan hati?

## Membagikan

**Pembuka Diskusi:**

- Bagaimana rasanya mengirimkan "kampanye iklan" Anda untuk mempromosikan upaya anti-intimidasi di sekolah?
- Apa yang telah Anda dengar dari siswa lain tentang hal itu sejauh ini?
- Apa yang Anda harapkan akan terjadi sekarang?

Bahkan jika tidak ada yang segera berubah, penting untuk memiliki ketekunan, untuk "memainkan permainan panjang" seperti yang mereka katakan. Hidup dengan integritas membutuhkan niat, keuletan, dan kemauan untuk tidak pernah menyerah pada diri sendiri dan melakukan hal yang benar, bahkan ketika itu sulit.



## Mengilhami

Jadi, bagaimana Anda bertahan dan mempertahankan integritas Anda ketika keadaan menjadi sulit? Mari kita lihat contoh ketekunan ekstrim pada hewan, ibex.

Ibex memiliki kekuatan, di kaki, kuku, dan tubuhnya, untuk memanjat dinding vertikal guna menjangkau makanan atau air yang padat garam atau endapan mineral, yang diperlukan untuk menjaganya tetap sehat dan hidup. Itu akan melakukan apa saja untuk mencapai nutrisi ini.

**Jam tangan:** [Ibex yang luar biasa menantang gravitasi dan memanjat bendungan | Kekuatan Alam bersama Brian Cox - BBC](#)

Ini adalah prestasi tekad dan ketekunan yang luar biasa, didorong oleh kebutuhan dan naluri untuk bertahan hidup.

**Pikirkan tentang itu:**

- Apa saja hal-hal yang ingin Anda kejar meskipun itu sulit?
- Bagaimana Anda melihat melewati hambatan, ketakutan, atau godaan untuk berhenti ketika keadaan menjadi sulit?



## Memberdayakan

Dalam beberapa minggu Anda akan mengerjakan proyek komunitas besar. Anda telah mempelajari komunitas kami untuk mempersiapkan diri. Anda juga memiliki kelas, aktivitas, pekerjaan, dan kewajiban keluarga lainnya. Ada banyak hal yang menuntut waktu Anda.



Untuk membantu mengatasi tekanan ini dan meningkatkan kapasitas ketekunan kita untuk menyelesaikan hal-hal yang kita perlukan, Anda akan menetapkan satu sasaran CERDAS untuk diri Anda sendiri yang terkait dengan pekerjaan yang Anda lakukan di kelas ini.

**Instruksi:**

- Evaluasi upaya, pekerjaan, dan kemajuan Anda selama lima minggu terakhir. Apa yang berjalan baik bagi Anda dan di mana peluang untuk perbaikan?
- Sehubungan dengan kesempatan untuk peningkatan (atau aspirasi yang terkait dengan proyek komunitas Anda), apa satu tujuan SMART yang dapat Anda tetapkan untuk membantu Anda meningkatkan di bidang ini dan berhasil menyelesaikan kursus ini?

Selesaikan tujuan Anda di Peta TUJUAN CERDAS. Ini harus selesai pada akhir kelas. Guru Anda akan mengumpulkannya dan dapat membantu meminta pertanggungjawaban Anda. Anda akan mendapatkan lembar ini kembali di akhir kelas untuk ditinjau dan direfleksikan sebagai bagian dari makalah refleksi Minggu ke-15 Anda.

**Guru:** Pastikan siswa benar-benar menulis tujuan SMART. Simpan lembar tujuan ini bersama materi kelas Anda, tetapi jangan bagikan dengan siswa lain. Periksa kemajuan tujuan ini selama sisa kursus dan minta mereka melacak kemajuan mereka. Dorong siswa jika sepertinya mereka lupa atau menyerah pada tujuan mereka, dan perkuat ketekunan mereka saat mereka mencapainya.

# CERDAS. PETA TUJUAN

Untuk membuat sasaran “CERDAS” tentang keterampilan pribadi apa yang ingin Anda pelajari untuk Pelajaran Mini teknologi, isi setiap bagian di bawah ini.

<p><b>S</b></p> <p>Membuat<b>S</b>tujuan tertentu</p>	<p>Apa sebenarnya yang ingin Anda capai?</p>
<p><b>M</b></p> <p>Buatlah<b>M</b>terukur</p>	<p>Bagaimana Anda tahu kapan Anda telah mencapai tujuan Anda? Pengukuran spesifik apa yang akan memberi tahu Anda?</p>
<p><b>A</b></p> <p>Buatlah<b>A</b>dapat dicapai</p>	<p>Apakah tujuan Anda dapat dicapai secara realistis? Apa langkah-langkah yang perlu Anda ambil?</p>
<p><b>R</b></p> <p>Buatlah<b>R</b>seekor gajah</p>	<p>Akankah pencapaian tujuan ini sepadan? Apakah itu akan relevan bagi Anda?</p>
<p><b>T</b></p> <p>Buatlah<b>T</b>berbasis ime</p>	<p>Berapa lama tujuan ini akan tercapai? Berikan kerangka waktu yang spesifik (dan realistis) (setidaknya harus pada akhir kelas ini).</p>

# CERDAS. PETA TUJUAN

Gunakan bagan di bawah ini untuk melacak setiap penyesuaian yang Anda perlukan untuk mencapai sasaran SMART Anda.

Tanggal	Status(Di jalur atau Tidak di jalur)	Penyesuaian terhadap Sasaran