

## PEMANFAATAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI SISWA

Yola Ulandari<sup>1</sup> dan Dosi Juliawati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci  
e-mail: dosi@konselor.org

**Abstract.** *This research background is an indication of students' intelligence that is still low and needs to be improved, so this study aims to improve students' emotional intelligence through group guidance services through an experimental approach with the design of the one group pretest-posttest design. The research sample was 10 people selected through purposive sampling technique. Data was revealed through a Likert scale model questionnaire and analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results showed that there was a significant effect after being given group guidance services to students' emotional intelligence.*

**Keywords:** *Guidance, Group, Intelligence, Emotion*

**Abstrak.** Latar belakang penelitian ini yaitu adanya indikasi kecerdasan siswa yang masih rendah dan perlu untuk ditingkatkan, sehingga penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa melalui layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan eksperimen dengan rancangan *the one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian sebanyak 10 orang yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data diungkap melalui angket model skala likert dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok terhadap kecerdasan emosi siswa.

**Kata Kunci:** Bimbingan, Kelompok, Kecerdasan, Emosi

### PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia tidak bisa memisahkan dirinya dari emosi. Emosi merupakan aliran energi yang ada di dalam manusia yang diciptakan oleh Allah SWT agar bisa menjalankan tugas penting dalam kehidupan ini dan untuk menyempurnakan kehidupan manusia (Yandri, 2017). Emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak

(Goleman dalam Riyanto, 2010). Emosi merupakan salah satu kekuatan yang dimiliki oleh manusia untuk mampu meraih kesuksesan, salah satunya kesuksesan belajar. Kesuksesan belajar peserta didik yang berada pada masa remaja mengalami masa transisi yang akan banyak mengalami masalah perkembangan (Santrock, 2003; Yandri & Juliawati, 2018) seperti masalah psikologis, fisiologis dan sehingga mudah terjadinya kegelisahan, masalah, dan stres pada remaja yang lebih disebabkan oleh pengaruh lingkungan yang kurang memperhatikan, menyokong, menghargai, mengakui, dan mendampingi mereka yang sedang berkembang (Elida, 2006).

Masalah yang dialami oleh peserta didik pada masa remaja akan mengganggu kondisi emosinya, jika emosi yang dialami oleh peserta didik dalam belajar buruk atau negatif, maka akan mengganggu proses belajar (Djaali, 2011) tentunya hal ini akan merugikan peserta didik. Sehingga dalam proses belajar yang harus dikembangkan yaitu emosi positif, namun tidak semua peserta didik mampu memiliki kecerdasan dalam mengelola emosinya dengan bijak. Orang-orang yang mampu mengelola emosinya dengan baik disebut memiliki kecerdasan emosi yang baik. Kecerdasan emosi merupakan keterampilan yang mampu membuat hidup seseorang menjadi lapang dari aspek pribadi, sosial, dan pertahanan pribadi (Stein & Howard, 2003). Orang yang cerdas secara emosi memungkinkan dirinya mampu menggunakan dan memanfaatkan emosinya dengan baik dan benar (Yandri & Juliawati, 2018).

Studi awal yang peneliti lakukan pada siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 12 Sungai Penuh mengindikasikan adanya siswa yang memiliki kecerdasan emosi rendah seperti adanya siswa kurangnya kemampuan dalam mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, rendahnya kemampuan mengendalikan emosi serta rendahnya kemampuan beradaptasi dengan lingkungan. Selanjutnya ada siswa sulit menerima kritik dan saran dari orang lain, ada siswa yang sulit mengendalikan diri dan sulit bergaul dengan teman-temannya karena kurang dapat berkomunikasi dengan orang lain, serta ada siswa yang menghindari dari masalah karena merasa cemas dan ketakutan. Kemudian dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Yandri (2017) mengungkapkan bahwa sebelum melakukan eksperimen dirasa pengembangan diri melalui pelayanan konseling, ada mahasiswa Ma'had Al Jami'ah IAIN Kerinci memiliki kecerdasan emosi yang rendah. Jika kecerdasan peserta didik tidak dibantu dikembangkan, maka besar kemungkinan akan mengganggu proses belajarnya di sekolah.

Sehingga, pengembangan kecerdasan emosi peserta didik perlu dibantu oleh orang dewasa, salah satunya yaitu oleh guru BK di sekolah. Salah satu tugas guru BK di sekolah yaitu memfasilitasi perkembangan peserta didik agar perkembangan peserta didik menjadi optimal

(Juliawati, 2016) dengan memanfaatkan 10 layanan yang menjadi tugas tanggungjawabnya. Salah satu layanan BK yang bisa di manfaatkan yaitu layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan tatap muka antara pemimpin kelompok (Konselor) dengan anggota kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas suatu topik bahasan yang bermanfaat bagi anggota kelompok dengan tujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan serta dapat mendorong pengembangan nilai rasa, pemikiran, persepsi, wawasan dan pengetahuan, dan serta sikap untuk mewujudkan tingkah laku yang lebih efektif (Juliawati, 2014). Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna untuk pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan (Tohirin, 2011).

Untuk itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengungkap kecerdasan emosi siswa serta perlu adanya penanggulangan yang tepat sehingga kecerdasan emosi siswa menjadi lebih baik. Asumsi peneliti, kecerdasan siswa yang rendah bisa ditingkatkan dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok, sehingga tujuan penelitian ini yaitu untuk mengungkapkan efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

## **METODE**

Metodologi penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan rancangan *one group pretest-posttest. design* dengan memberikan *pretest* kepada kelompok eksperimen sebelum perlakuan dilakukan dan setelah perlakuan dilakukan, diberikan *posttest* guna melihat perbandingan hasil sebelum dengan sesudah perlakuan diberikan (Yusuf, 2013). Responden penelitian ini yaitu siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 12 Sungai Penuh berjumlah 10 orang yang diambil dengan metode *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan angket model skala likert yang divalidasi oleh para ahli di bidang bimbingan dan konseling. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan skor ideal (Azwar, 2010) dan menggunakan statistik non parametrik dengan asumsi data yang kurang dari 30 tidak berdistribusi normal dengan memanfaatkan uji jenjang bertanda *Wilcoxon (signed ranks test)* karena peneliti ingin melihat kepastian tentang ada atau tidaknya perbedaan kondisi kecerdasan emosi siswa setelah perlakuan diberikan (Santoso, S, 2012; Yandri, 2017).

## HASIL

Temuan penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosi pada siswa setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok. Kecerdasan emosi merupakan salah satu penentu keberhasilan siswa dalam belajar sehingga perlu adanya kegiatan peningkatan dan pengembangan kecerdasan emosi siswa ke arah yang lebih baik agar potensi yang dimiliki siswa bisa berkembang dengan optimal. Sesuai dengan tujuan dilakukannya *pretest*, yaitu untuk mengetahui gambaran awal kondisi kecerdasan emosi siswa sebelum diberikan perlakuan

Berikut ini dijelaskan gambaran kecerdasan emosi siswa sebelum dilakukannya perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang bisa dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil *Pretest* Kecerdasan Emosi Siswa

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$\leq 128$	2	20
Rendah	$128 > s.d \leq 143$	1	10
Sedang	$143 > s.d \leq 159$	4	40
Tinggi	$159 > s.d \leq 174$	3	30
Sangat Tinggi	$174 >$	0	0
Jumlah		10	100

Dari tabel di atas, bisa dijelaskan bahwa kondisi kecerdasan emosi siswa tergolong masih rendah dengan hasil rata-rata skor kelompok yaitu 149,5. Hal ini menunjukkan bahwa, masih ada siswa dalam kelompok eksperimen yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah.

Kemudian, penjelasan gambaran kecerdasan emosi siswa setelah dilakukannya perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang bisa dilihat pada tabel berikut

Tabel 2. Hasil *Posttest* Kecerdasan Emosi

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$\leq 128$	0	0
Rendah	$128 > s.d \leq 143$	0	0
Sedang	$143 > s.d \leq 159$	0	0
Tinggi	$159 > s.d \leq 174$	2	20
Sangat Tinggi	$174 >$	8	80
Jumlah		10	100

Pada tabel 2, bisa dijelaskan bahwa kondisi kecerdasan emosi siswa sudah mengalami perbaikan dengan kategori sangat tinggi, hal ini dibuktikan dengan hasil rata-rata skor kelompok yaitu 193,3. Hal ini menunjukkan bahwa, setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok kecerdasan emosi siswa menjadi lebih baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosi pada siswa sebelum diberikan perlakuan (*Pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*Posttest*) berupa layanan

bimbingan kelompok. Kondisi kecerdasan emosi siswa pada saat *pretest* berada pada skor rata-rata 149,5 setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok, skor rata-rata kelompok naik menjadi 193,3, sehingga terjadi peningkatan kecerdasan emosi siswa sebanyak 29,30%. Kemudian untuk melihat peningkatan skor per responden, bisa dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Kondisi Kecerdasan Emosi Siswa pada Saat Pretest dan Posttest

No.	Kode Siswa	Pretest		Posttest	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	NZHN	123	Sangat Rendah	170	Tinggi
2	AF	153	Tinggi	187	Sangat Tinggi
3	PE	127	Sangat Rendah	171	Tinggi
4	ANA	156	sedang	195	Sangat Tinggi
5	DA	170	tinggi	204	Sangat Tinggi
6	GW	143	Rendah	204	Sangat Tinggi
7	RM	158	Tinggi	190	Sangat Tinggi
8	DAF	152	sedang	191	Sangat Tinggi
9	SK	158	sedang	211	Sangat Tinggi
10	NC	155	sedang	207	Sangat Tinggi

Selanjutnya hasil uji statistik dengan menggunakan analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*

	Posttest - Pretest
Z	-2.807 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

Hasil uji statistik non parametrik dengan rumus *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan angka probabilitas *Sig (2- Tailed)* kecerdasan emosi yang dimiliki siswa sebesar 0,005 atau probabilitas di bawah alpha 0,05 ( $0,005 < 0,05$ ), dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, hipotesis yang diuji dalam penelitian dapat diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosi pada siswa setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian sebelum dilakukan perlakuan pada responden menunjukkan skor rata-rata peroleh responden yaitu 149,5 pada saat *pretest*. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada siswa yang memiliki keterampilan dalam mengelola emosi yang kurang baik. Emosi merupakan suatu kekuatan yang dapat mengalahkan nalar, maka harus ada upaya untuk mengendalikan, mengatasi dan mendisiplinkan kehidupan emosional, dengan memberlakukan gejala emosi,

terutama nafsu yang terlampau bebas dalam diri anak-anak akan membantu mereka mengambil keputusan dan dapat menilai mana sesuatu yang harus dilakukan dan mana yang tidak boleh dilakukan (Aunurrahman, 2009). Orang-orang yang cerdas secara emosi memiliki kemampuan utama mengenali emosi diri dengan baik, memiliki kesadaran diri, mengelola emosi dengan bijak, memotivasi diri, pengaturan diri, mengenali emosi orang lain dan mampu membina hubungan sosial yang baik dengan orang lain (Goleman dalam Yandri, 2017; Andriani, 2014).

Kecerdasan emosi merupakan sejumlah kemampuan mengenali emosi diri sendiri, mengelola dan mengekspresikan emosi diri sendiri dengan tepat, memotivasi diri sendiri, mengenali orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Sedangkan faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional siswa antara lain adalah mengenali emosi diri/ kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain (Prawira, 2016). Sebaliknya, siswa yang mengalami gangguan emosi bisa jadi karena persepsi yang tidak benar dan pikiran yang irasional, yang disadari maupun tidak disadari akan masalah-masalah yang menimpanya serta merasa kebutuhan fisik tidak terpenuhi, tidak mendapatkan kasih sayang, merasa tidak mampu (bodoh), merasa tidak senang dengan kehidupan keluarga, merasa menderita dan iri yang mendalam terhadap orang lain (Ellis dalam Sobur, 2009; Elida, 2006).

Setelah dilakukan perlakuan berupa bimbingan kelompok, skor rata-rata perolehan responden menjadi 193,3 pada saat *posttest*. Kemudian dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan *probabilitas Sig (2-tailed)* kecerdasan emosi siswa sebesar 0,005 atau probabilitas di bawah alpha 0,05 ( $0,005 < 0,05$ ) dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, maka hipotesis yang diuji dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “Terdapat perbedaan yang signifikan pada kecerdasan emosi siswa setelah diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok.” Layanan bimbingan kelompok bisa dimanfaatkan oleh siswa sebagai wahana menambah pengetahuan siswa dalam menggali informasi tertentu dan anggota kelompok (siswa) dapat belajar dari pengalaman-pengalaman anggota kelompok lainnya (Yandri, 2017).

Hal ini menjelaskan bahwa adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kecerdasan emosi siswa yang menjadi lebih baik. Dalam meningkatkan kecerdasan emosional, guru BK memberikan andil yang cukup besar dalam menambah pengetahuan siswa tentang cara mengenali diri/kesadaran diri, cara mengelola emosi, cara memotivasi diri, cara mengenali emosi orang lain dan cara membina hubungan dengan orang lain. Melalui proses kegiatan layanan bimbingan kelompok, siswa menjadi terbuka dan antusias serta aktif dalam mengikuti

setiap tahap dalam bimbingan kelompok sehingga suasana kelompok menjadi hidup dan tidak membosankan dan juga melalui kegiatan layanan ini dapat melatih siswa untuk menyampaikan pendapatnya didepan umum (Juliawati, 2014). Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna untuk pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan (Tohirin, 2011). Kegiatan bimbingan kelompok sangat penting bagi siswa, karena melalui kegiatan bimbingan kelompok siswa dapat memperoleh pemahaman tentang nilai-nilai, sikap, dan pemecahan masalah serta keterampilan yang dapat dikembangkan dalam mengelola emosinya menjadi lebih baik lagi (Yandri, 2017).

## SIMPULAN

Simpulan hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu (1) gambaran kecerdasan emosi siswa sebelum diberi perlakuan berada pada kategori rendah, (2) gambaran kecerdasan emosi siswa setelah diberi perlakuan berada pada kategori tinggi, (3) terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosi pada siswa setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok. Saran hasil penelitian ini ditujukan pada guru BK agar terus memanfaatkan layanan bimbingan kelompok di sekolah kepada siswa agar siswa mendapat pelayanan yang optimal dalam arang mengembangkan kecerdasan emosi siswa dan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan memanfaatkan layanan bimbingan konseling untuk jenis variabel lainnya.

## REFERENSI

- Andriani, A. (2014). Kecerdasan Emosional (Emotional Question) dalam Peningkatan Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 2(1): 459-472
- Aunurrahman. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta
- Azwar, S. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Elida, P. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Juliawati, D. (2014). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa*. International Guidance and Counseling Conference, At Padang, West Sumatera, Indonesia. From [https://www.researchgate.net/publication/327915616\\_EFEKTIVITAS\\_LAYANAN\\_BIMBINGAN\\_KELOMPOK\\_MENGURANGI\\_PROKRASINASI\\_AKADEMIK\\_SISWA](https://www.researchgate.net/publication/327915616_EFEKTIVITAS_LAYANAN_BIMBINGAN_KELOMPOK_MENGURANGI_PROKRASINASI_AKADEMIK_SISWA)
- Juliawati, D. (2016). Peran Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor dalam Mengurangi Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(2).

- Prawira, P. A. (2016). *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*. Jakarta : Ar-Ruuzz Media
- Riyanto, Y. (2010). *Paradigma Baru Pembelajaran*. Jakarta : Kencana.
- Santoso, S. (2012). *Aplikasi SPSS pada Statistik Nonparametrik*. Jakarta: Alex Media Komputindo
- Santrock, J. W., (Ed). (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Terjemahan Adelar, Shinto B & Saragih, Sherly. Jakarta: Erlangga.
- Sobur, A. (2009). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Tohirin, (2011). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Yandri, H. (2016). Penerapan Sugesti pada Layanan Konseling Perorangan dalam Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa di Sekolah. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(2).
- Yandri, H. (2017). Efektivitas Dirasah Pengembangan Diri Melalui Pelayanan Konseling dalam Membentuk Kecerdasan Emosi Mahasantri Ma'had Al Jami'ah IAIN Kerinci. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(1), 1-10.
- Yandri, H., & Juliawati, D. (2018). Profile of the Problem of the Adolescent with Parents as Indonesian Migrant Workers. *Konselor*, 7(4), 160-165.
- Yusuf, A. M. (2013). *Metodologi Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan Penelitian Gabungan*. Padang : UNP Press.