

**PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 03
TULANG BAWANG TENGAH KABUPATEN TULANG BAWANG
BARAT TAHUN PELAJARAN 2015/2016
(Skripsi)**

Oleh :

NOVITA DEWI INDRIANA SARI



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDARLAMPUNG
2016**

ABSTRAK

PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 03 TULANG BAWANG TENGAH KABUPATEN TULANG BAWANG BARAT TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Oleh

NOVITA DEWI INDRIANA SARI

Masalah penelitian ini adalah kecerdasan emosional siswa. Permasalahan penelitian adalah “Apakah kecerdasan emosional dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok?”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah tahun ajaran 2015/2016 atau tidak. Metode penelitian ini adalah metode *quasi eksperiment* dengan desain *nonequivalent control group design*. Subjek penelitian sebanyak 14 siswa yang terbagi menjadi 7 siswa kelompok eksperimen dan 7 siswa kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala kecerdasan emosi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan kecerdasan emosional siswa setelah diberi layanan bimbingan kelompok, yang ditunjukkan hasil uji wilcoxon *pretest* dan *posttest* kecerdasan emosional pada kelompok eksperien yaitu Z hitung $-2,371 > Z$ tabel $-1,890$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulannya adalah terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang berarti pada kelompok eksperimen setelah diberi layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah Tahun Pelajaran 2015/2016.

Kata kunci: bimbingan konseling, bimbingan kelompok, dan kecerdasan emosi.

**PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 03
TULANG BAWANG TENGAH KABUPATEN TULANG BAWANG
BARAT TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Oleh

NOVITA DEWI INDRIANA SARI

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

**Judul Skripsi : PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL
MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA
SISWA KELAS VII SMP NEGERI 03 TULANG BAWANG
TENGAH KABUPATEN TULANG BAWANG BARAT
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Nama Mahasiswa : Novita Dewi Indriana Sari

No. Pokok Mahasiswa : 1213052025

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Pembimbing Utama

Pembimbing Pembantu

**Drs. Yusmansyah, M.Si.
NIP. 19600112 198503 1 004**

**Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.
NIP. 19790714 200312 2 001**

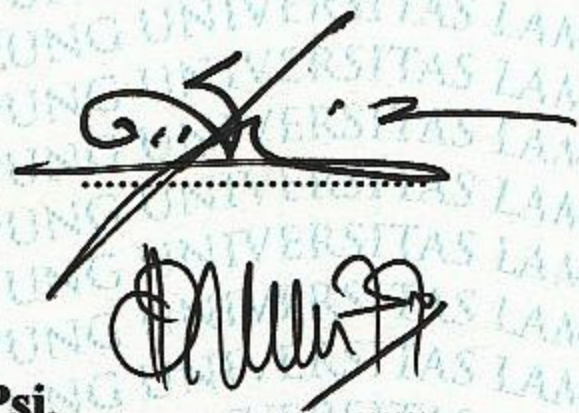
2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

**Dr. Riswanti Rini, M.Si.
NIP. 19600328 198603 2 002**

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Yusmansyah, M.Si.



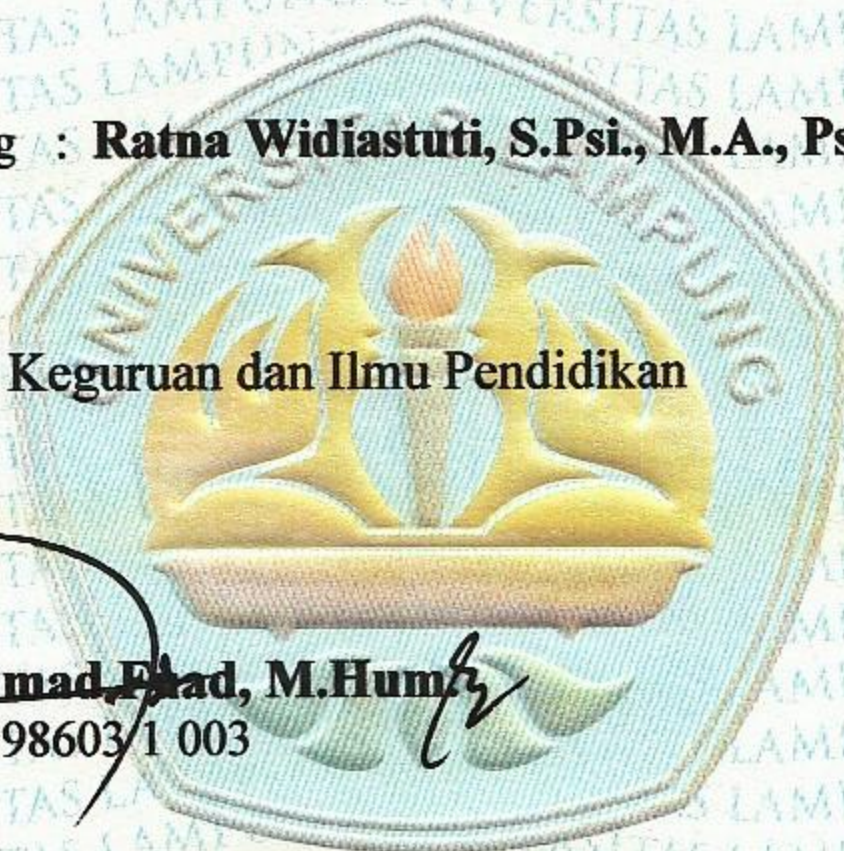
Sekretaris : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.

**Penguji
Bukan Pembimbing : Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.**



Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. H. Muhammad Fhad, M.Hum.
NIP. 19590722 198603 1 003



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 21 Juni 2016

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novita Dewi Indriana Sari
Nomor Pokok Mahasiswa : 1213052025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 03 TULANG BAWANG TENGAH KABUPATEN TULANG BAWANG BARAT TAHUN PELAJARAN 2015/2016”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Februari 2016. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, Agustus 2016

Yang menyatakan,



Novita Dewi Indriana Sari
NPM 1213052025

RIWAYAT HIDUP

Novita Dewi Indriana Sari lahir di Rawa Mulya, Kecamatan Muko-Muko Utara, Kabupaten Bengkulu Utara Provinsi Bengkulu tanggal 24 November 1994, anak kedua dari dua bersaudara, dari pasangan Bapak Tukimin dan Ibu Kasiyanti.

Penulis menempuh pendidikan formal yang diawali : Taman Kanak-Kanak (TK) Dahlia Mulya Kencana lulus tahun 2000, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Mulya Kencana selama 1 tahun, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Klewor selama 3 tahun, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 2 Mulya Kencana diselesaikan tahun 2006, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Tulang Bawang Tengah diselesaikan tahun 2009, kemudian melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Tumijajar diselesaikan tahun 2012.

Tahun 2012, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN). Selanjutnya, pada tahun 2015 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMP Negeri 2 Semaka, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Pekon Garut, Kecamatan Semaka, Kabupaten Tanggamus, Lampung.

MOTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah, engkau berharap.

(Q.S Al Insyirah : 6-8)

***“Ilmu itu lebih baik daripada harta. Ilmu akan menjaga engkau dan engkau menjaga harta. Kalau harta itu akan berkurang apabila dibelanjakan, tetapi ilmu akan bertambah apabila dibelanjakan.
(Sayidina Ali bin Abi Thalib)***

"Kebanggaan kita yang terbesar adalah bukan tidak pernah gagal, tetapi bangkit kembali setiap kali kita jatuh.

(Confusius)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur pada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini yang kupersembahkan karya kecilku ini teruntuk yang paling berharga dari apa yang ada di dunia ini,

*Ayahanda ku Tukimin dan Ibunda ku Kasiyanti,
tak lebih, hanya sebuah karya sederhana ini yang bisa
kupersembahkan.*

*Khusus bagi Ibunda ku, aku ingin engkau merasa bangga
telah melahirkanku ke dunia ini.*

SANWACANA

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesainya skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Skripsi yang berjudul "Peningkatan Kecerdasan Emosional Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peranan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Utama. Terima kasih atas bimbingan, saran, dan masukannya kepada penulis.

4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi. selaku Pembimbing Pembantu. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada penulis.
5. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi selaku dosen penguji. Terima kasih atas kesediaannya memberikan bimbingan, saran dan masukan kepada penulis.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA (Drs. Giyono M.Pd., Drs. Muswardi Rosra M.Pd., Drs. Syaifudin Latif, M.Pd., Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., M. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., Psi., Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., Yohana Oktariana, M.Pd., Andreas Setiawan, M.Pd) terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak ibu berikan selama perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
8. Bapak Dimanto Bangun, S.Pd , selaku kepala SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah, beserta guru dan para staff yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Orang tua ku tercinta, bapak Tukimin dan ibu Kasiyanti yang tak henti-hentinya menyayangiku, memberikan doa, nafkah, dukungan, motivasi, semangat untuk ku, serta dengan sabar menantikan keberhasilanku.

10. Kakak- kakak ku, mas Galih, mas Frengky, teh Aisyah, mbak Adek, mbak Siti, mas Dedi dan mas Muksin yang selalu mendukung dan memotivasi penulis.
11. Adik-adik ku, Annas, Ian, Alek, Ias, Arlan, Chiko, Alfin, Riski, Khanza, Harits, Silfa, Azalea, Ulfa dan Rika
12. Sahabat ku, Okta, Erlinda, Nini, Wahyu, Erma, Rani, Yeni, Desy, Nuraeni, Fitriana, Yuni, Ferlyn, Tari, Desi, Ria, Widya, Depi, Tri ulan dan Iqbal terimakasih atas dukungan dan kasih sayangnya.
13. Teman-teman seperjuanganku BK 2012 Pera, Jiba, Revi, Teguh, Limah, Lia, Ani, Erni, Yesi, Esra, Ega, Luluk, Ida, Rinda, Wika, Sintia, Nevi, Fitri, Fio, Yolanda Okta, Indah, Salasa, Nurfitri, Nia, Rico, Mugo, Yan, Nurman, Nico, Lukman, Sueb, Dimas, Reza, Muslimin, dan semua mahasiswa bimbingan dan konseling, terima kasih atas masukan, saran, motivasi, serta semangatnya.
14. Bapak-Ibu kepala pekon Semaka, Kepala Sekolah, guru, staff TU serta murid-muridku tercinta di SMP 2 Semaka, terimakasih atas pengalaman luar biasa selama kami KKN/PPL.
15. Adik-adik dari SMP N 3 Tulang Bawang Tengah David, Marno, Safi'i, Dias, Erna, Slamet, Yoga, dan Azis, terimakasih atas waktu, kerjasama dan dukungannya dalam penelitian di SMP N 3 Tulang Bawang Tengah.

Bandar Lampung, Agustus 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI.....	i
DAFTAR TABEL.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Identifikasi Masalah.....	7
3. Batasan Masalah.....	8
4. Rumusan Masalah.....	8
B. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	9
1. Tujuan Penelitian.....	9
2. Kegunaan Penelitian.....	9
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	10
D. Kerangka Pikir.....	11
E. Hipotesis.....	15
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kecerdasan Emosi Dalam Bidang Bimbingan Sosial.....	17
1. Kecerdasan Emosi dalam Bidang Bimbingan Sosial.....	17
2. Pengertian Kecerdasan Emosi.....	21
3. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosi.....	23
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi.....	24
5. Komponen Kecerdasan Emosi.....	29
B. Bimbingan Kelompok.....	33
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	33
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	35
3. Komponen Bimbingan Kelompok.....	37
4. Dinamika Bimbingan Kelompok.....	40
5. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	41
6. Materi dalam Layanan Bimbingan Kelompok.....	44
7. Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	46
8. Tahapan dalam Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	47
9. Teknik dalam Bimbingan Kelompok.....	52
C. Peningkatan Kecerdasan Emosi dalam Layanan Bimbingan Kelompok.....	56

III. METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	60
B. Metode Penelitian.....	60
C. Subjek Penelitian.....	62
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	63
1. Variabel Penelitian.....	63
2. Definisi Penelitian.....	64
E. Teknik Pengumpulan Data.....	64
F. Pengujian Instrumen Penelitian.....	68
1. Uji Validitas Instrumen.....	68
2. Uji Reliabilitas Instrumen.....	71
G. Teknik Analisis Data.....	72

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	74
1. Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok.....	74
2. Deskripsi Data.....	77
3. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	79
4. Data Skor Subjek Sebelum dan Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok (<i>Pretest dan Posttest</i>).....	90
5. Analisis Data Hasil Penelitian.....	120
6. Uji Hipotesis.....	124
B. Pembahasan.....	126

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	141
1. Kesimpulan Statistik.....	141
2. Kesimpulan Penelitian.....	142
B. Saran.....	142

DAFTAR PUSTAKA.....	143
LAMPIRAN.....	146

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1	Desain Penelitian <i>Nonequivalent Control Group Design</i> 61
3.2	Kategori bobot nilai <i>Skala Kecerdasan Emosi</i> 66
3.3	Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Skala <i>Kecerdasan Emosi</i> 67
3.4	Kriteria <i>Kecerdasan Emosi</i> 68
3.5	Kriteria Reliabilitas 71
4.1	Daftar Subjek Penelitian Kelompok Eksperimen..... 76
4.2	Daftar Subjek Penelitian Kelompok Kontrol..... 76
4.3	Kriteria <i>Kecerdasan Emosi</i> siswa 78
4.4	Hasil <i>Pre test</i> Kelompok Eksperimen Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok..... 78
4.5	Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok..... 79
4.6	Kegiatan Penelitian Layanan Bimbingan Kelompok..... 80
4.7	Skor Pretest dan Posttest Kecerdasan Emosional Siswa Pada Kelompok Eksperimen..... 91
4.8	Deskripsi Data Kualitatif Bimbingan Kelompok..... 95
4.9	Perubahan Kecerdasan Emosi <i>DS</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 98
4.10	Perubahan Kecerdasan Emosi <i>SR</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 101
4.11	Perubahan Kecerdasan Emosi <i>SM</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 104
4.12	Perubahan Kecerdasan Emosi <i>ASS</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 107
4.13	Perubahan <i>Kecerdasan Emosi MS</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 109
4.14	Perubahan <i>Kecerdasan Emosi EM</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 112
4.15	Perubahan <i>Kecerdasan Emosi NAW</i> Setelah Layanan Bimbingan Kelompok..... 114
4.16	Skor Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol..... 116
4.17	Analisis Hasil Penelitian Menggunakan Uji Wilcoxon pada Data Pretest-Posttest Kelompok Eksperimen..... 121
4.18	Analisis Hasil Penelitian Menggunakan Uji Wilcoxon pada Data Pretest-Posttest Kelompok Kontrol..... 121

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Kerangka pikir penelitian	15
2.1 Tahap Pembentukan dalam Bimbingan Kelompok	48
2.2 Tahap Peralihan dalam Bimbingan Kelompok	49
2.3 Tahap Kegiatan dalam Bimbingan Kelompok	50
2.4 Tahap Pengakhiran dalam Bimbingan Kelompok	51
4.1 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test Kecerdasan Emosi</i>	93
4.2 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi David.....	99
4.3 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi Slamet	101
4.4 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi Sumarno	104
4.5 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi Ahmad Soleh Sofyan	107
4.6 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi M. Safi'i	110
4.7 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi Erna Maulida	112
4.8 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosi Nur Afif	115
4.9 Grafik Peningkatan Kecerdasan <i>Emosi</i> Indah	117
4.10 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosional Lintang.....	117
4.11 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosional Angel	118
4.12 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosional Sandi	118
4.13 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosional Adisti	119
4.14 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosional Imam.....	119
4.15 Grafik Perubahan Kecerdasan Emosional M. Nur	120
4.16 Grafik Perbandingan skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> pada kelompok eksperimen	123
4.17 Grafik Perbandingan skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> pada kelompok kontrol	123

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi skala <i>kecerdasan emosi</i>	147
2. Skala <i>kecerdasan emosi</i>	148
3. Hasil uji Ahli.....	151
4. Hasil Uji Coba.....	159
5. Hasil Uji Realibilitas.....	162
6. Hasil Wawancara dengan Guru BK.....	165
7. Penjaringan subjek.....	168
8. Kesimpulan Penjaringan Subjek.....	170
9. Tahap penelitian.....	172
10. Modul.....	173
11. Satuan Layanan.....	205
12. Foto Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	233
13. Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok eksperimen.....	237
14. Hasil Peningkatan <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> perindividu kelompok eksperimen.....	238
15. Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok kontrol.....	240
16. Uji wilcoxon.....	241
17. Tabel Distribusi Z.....	243
18. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah.....	245

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Suatu pendidikan diselenggarakan untuk mengembangkan keseluruhan potensi, akan tetapi bukan hanya dari segi intelektual saja tetapi membangun dan mengembangkan perilaku yang positif dengan memanfaatkan dan mengelola kecerdasan emosional dengan baik. Untuk mengembangkan potensi tersebut, siswa dapat memperolehnya melalui pendidikan non formal seperti lembaga kursus dan pendidikan formal yaitu sekolah.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu bentuk satuan pendidikan dasar formal yang menyelenggarakan pendidikan tiga tahun setelah sekolah dasar. Pendidikan SMP berlandaskan dan menunjang tercapainya fungsi pendidikan nasional bagi pengembangan kemampuan dan pembentukan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa yang bertujuan untuk berkembangnya

potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada tuhan yang maha esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi manusia warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (UU Sisdiknas No.20 Tahun 2003).

Tujuan pendidikan SMP mengacu kepada tujuan pendidikan dasar bagi peletakan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, serta keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut (BSNP, 2006:9). Dengan demikian pendidikan SMP pada dasarnya mengembangkan keseluruhan aspek kepribadian siswa. Salah satu aspek pokok kepribadian siswa yang perlu dikembangkan ialah kecerdasan emosional, aspek tersebut penting bagi peningkatan keberhasilan siswa baik dalam kehidupan akademik maupun dalam bidang kehidupan lainnya. Meskipun demikian usaha ke arah pengembangan hal kecerdasan emosional kurang mendapat perhatian dibandingkan dengan pengembangan kecerdasan rasional atau kecerdasan intelektual siswa (Ramli, 2007). Hal ini dirasa kurang dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Padahal kecerdasan emosi memegang perananan penting dalam mencapai keberhasilan di segala bidang (Agustian, 2010). Hal ini karena intelektualitas tidak dapat bekerja sebaik-baiknya tanpa kecerdasan emosional.

Menurut Goleman (2015 : 42) menyatakan bahwa “kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbangkan 20 % bagi kesuksesan, sedangkan 80 % adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati, berempati dan mampu bekerjasama.

Menurut Craig (Agustin, 2001:54), seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan intelektual tinggi namun kecerdasan emosional rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang bersikap masa bodoh, kesadaran diri kurang berkembang, tidak ada rencana dan motivasi dalam mencapai tujuan, menjalin hubungan yang saling tergantung, membuang banyak energi untuk menghindari kecemasan, tidak bertanggung jawab atas perbuatannya dan cenderung menyalahkan orang lain atau keadaan. Untuk itu hal inilah yang menyebabkan seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah akan sulit bekerjasama dengan orang lain karena mereka sendiri sulit mengontrol diri mereka.

Seperti kita ketahui, bahwa akhir-akhir ini di Indonesia telah terjadi peristiwa yang memilukan yaitu ada seorang siswa SMP di Tangerang yang memperkosa dan membunuh pacarnya karena ditolak untuk berhubungan intim (Liputan6, 2016), seorang siswa SMP yang tega membacok temannya karena sering diejek (Kompas, 2016), anak yang tega menghabisi nyawa ibu kandungnya sendiri hanya karena sering dimarahai (Jawapos,2016), dan seorang siswa yang dibuli serta dikroyok oleh 10 orang karena memperebutkan pacar (Merdeka, 2016). Beberapa peristiwa diatas merupakan kasus tindak kekerasan yang dilakukan oleh remaja yang tidak dapat mengendalikan emosi dengan baik.

Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja SMP merupakan remaja awal yang usianya berkisar antara 12 tahun sampai 15 tahun. Masa remaja merupakan puncak emosionalitas,

yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Pertumbuhan fisik, terutama organ-organ seksual mempengaruhi berkembangnya emosi atau perasaan-perasaan dan dorongan-dorongan baru yang dialami sebelumnya, seperti perasaan cinta, rindu, dan keinginan untuk berkenalan lebih intim dengan lawan jenis (Yusuf, 2008:196). Adapun masalah-masalah pada diri remaja terjadi karena adanya pertumbuhan dan perkembangan yang membuat reaksi dan ekspresi emosi remaja masih labil (Desmita, 2010:36). Hal ini sejalan dengan dengan Freud (Yusuf , 2008: 42) yang menyebutkan bahwa masa remaja adalah “*Storm and Stress*” atau badai dan topan dalam kehidupan perasaan dan emosi. Sehingga membuat mereka sulit untuk mengendalikan emosi yang akhirnya dapat merugikan diri sendiri dan orang lain dalam berinteraksi sosial.

Mengendalikan emosi penting bagi kita agar emosi yang kita miliki tidak merugikan diri sendiri dan orang lain kita. Sebagaimana menurut Rakhmat (2001:15) bahwa kecerdasan emosional diukur dari kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri. kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri itu disebut sabar. Orang yang paling sabar adalah orang yang paling tinggi kecerdasan emosionalnya. Ia biasanya tabah dalam menghadapi kesulitan. Ketika belajar orang ini tekun. Ia memiliki empati yang tinggi, tanggap terhadap lingkungan sosialnya, berdisiplin dan bertanggung jawab. Ia berhasil mengatasi berbagai gangguan dan tidak memperturutkan emosinya. Serta dapat mengendalikan perilakunya dan emosinya.

Selain itu kecerdasan emosional penting bagi kita terutama dalam mengembangkan kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri dan orang lain. Hal ini karena dengan memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, kita dapat menempatkan dan mengatur perasaan kita dengan tepat dan dapat menjadi seorang pribadi yang dewasa dalam berfikir dan bertindak laku di lingkungan sosial. Sehingga untuk mengasah dan meningkatkan kecerdasan emosional, kita memerlukan bantuan orang lain, maka dari itu mengasah kecerdasan emosional sangat penting dalam hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan penelitian pendahuluan di SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah terdapat beberapa siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah di sekolah. Keterangan tersebut didapatkan saat wawancara dengan salah satu guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 03 Tulang bawang Tengah. Rendahnya kecerdasan emosional siswa di SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah yaitu : terdapat siswa yang kesadaran dirinya kurang berkembang sehingga sulit menerima kritik dan saran dari orang lain, ada siswa yang sulit mengendalikan diri sehingga ketika marah tidak segan untuk merusak barang-barang disekitarnya, ada siswa yang sulit bergaul dengan karena kurang dapat berkomunikasi dengan orang lain, ada siswa yang sulit memahami perasaan orang lain sehingga tidak peduli ketika temannya sedang bersedih, terdapat siswa yang sulit bekerjasama dengan orang lain sehingga cenderung terlihat egois ketika mengerjakan tugas kelompok, terdapat siswa yang memiliki motivasi rendah sehingga malas dalam mengerjakan tugas sekolah, ada siswa yang menghindari dari masalah karena merasa cemas dan ketakutan.

Adanya bimbingan dan konseling di sekolah akan membantu siswa dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi baik masalah pribadi maupun sosial. Dari identifikasi masalah yang tengah dialami siswa maka peneliti akan menggunakan salah satu layanan bimbingan dan konseling dalam membantu siswa menyelesaikan permasalahannya yaitu layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya, baik sebagai individu, pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan pelajar (Hartinah, 2009:104).

Dinamika kelompok erat kaitannya dengan kegiatan bimbingan. Menurut Shetzer & Stone (Romlah,2001:36), dinamika kelompok adalah kekuatan-kekuatan yang berinteraksi dalam kelompok pada waktu kelompok melakukan kegiatan-kegiatan untuk mencapai tujuannya. Adapun kegiatan bimbingan kelompok yang dapat menumbuhkembangkan dinamika kelompok yaitu pemberian informasi, karena layanan informasi yang diberikan dalam bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan orang lain, sedangkan perubahan sikap merupakan tujuan yang tidak langsung (Nurihsan,2009). Sehingga adanya layanan informasi di dalam kegiatan bimbingan kelompok mengenai kecerdasan

emosi, pengetahuan dan pemahaman anggota kelompok dapat meningkat. Selain itu, adanya diskusi kelompok mengenai informasi/topik kecerdasan emosi akan membuat dinamika kelompok dapat hidup dan berkembang. Hal ini karena ketika anggota kelompok berdiskusi, mereka akan secara aktif untuk menyampaikan ide, pendapat dan akhirnya dapat melepas keragu-raguan diri. Selanjutnya salah satu kegiatan yang dapat menimbulkan dinamika kelompok adalah adanya permainan. Hal ini karena permainan dapat memecahkan kebekuan kelompok dan mengakrabkan anggota kelompok. Sehingga bimbingan kelompok dirasa efektif digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa yang rendah.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk mengkaji lebih mendalam mengenai “Peningkatan Kecerdasan Emosional melalui layanan bimbingan kelompok Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016”.

2. Identifikasi Masalah

Ditinjau dari latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

- a. Terdapat siswa yang kesadaran dirinya kurang berkembang sehingga sulit menerima kritik dan saran dari orang lain.
- b. Ada siswa yang sulit mengendalikan diri sehingga ketika marah tidak segan untuk merusak barang-barang disekitarnya.
- c. Terdapat siswa yang sulit bergaul karena kurang dapat berkomunikasi dengan orang lain.

- d. Ada siswa yang sulit memahami perasaan orang lain sehingga tidak peduli ketika temannya sedang bersedih.
- e. Terdapat siswa yang sulit bekerjasama dengan orang lain sehingga cenderung terlihat egois ketika mengerjakan tugas kelompok.
- f. Terdapat siswa yang memiliki motivasi rendah sehingga malas dalam mengerjakan tugas sekolah.
- g. Ada siswa yang menghindari dari masalah karena merasa cemas dan ketakutan.

3. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi dengan hanya mengkaji tentang peningkatan kecerdasan emosional melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah kecerdasan emosional dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah tahun pelajaran 2015/2016 ?”.

B. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah tahun pelajaran 2015/2016.

2. Kegunaan Penelitian

a. Kegunaan secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam rangka pengembangan ilmu pendidikan terutama dikaitkan dengan hal-hal yang berkaitan dengan pengetahuan dibidang bimbingan dan konseling khususnya mengenai peningkatan kecerdasan emosional melalui layanan bimbingan kelompok.

b. Kegunaan secara Praktis

- 1) Sebagai sumbangan informasi bagi siswa dalam meningkatkan dan mengelola kecerdasan emosi dengan baik dan positif.
- 2) Sebagai kontribusi bagi guru pembimbing untuk lebih meningkatkan mutu layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam meningkatkan kecerdasan emosional melalui layanan bimbingan kelompok.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan diantaranya adalah :

a. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling bidang bimbingan kelompok.

b. Ruang Lingkup Objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah peningkatan kecerdasan emosional siswa melalui layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh konselor sekolah.

c. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

d. Ruang Lingkup Tempat

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

e. Ruang Lingkup Waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada tahun pelajaran 2015/2016.

D. Kerangka Pikir

Kecerdasan sosial merupakan salah satu aspek dalam kecerdasan emosi. Menurut Thorndike (Goleman, 2015: 54) kecerdasan sosial terdiri dari kemampuan untuk memahami orang lain dan bertindak bijaksana dalam hubungan antarmanusia. Sehingga seseorang yang memiliki kecerdasan emosi akan terlihat dari kemampuan sosialnya. Hal ini karena ketika seseorang berinteraksi dengan orang lain akan melibatkan berbagai emosi yang akan melatih dan mengajarkan kepada seseorang cara berperilaku sehingga sesuai dengan ukuran dan tuntutan lingkungan sosial melalui ekspresi wajah, bahasa tubuh serta performa dan temperamen orang di sekitarnya. Dalam hal ini kemampuan sosial seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi dapat terlihat ketika ia dapat mengungkapkan perasaannya dengan ekspresi yang wajar, dapat menyesuaikan diri dan dapat bekerjasama dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan Goleman (2015:58-59), yaitu :

“Kaum pria yang tinggi kecerdasan emosionalnya, secara sosial mantap, mudah bergaul dan jenaka, tidak mudah takut atau gelisah. Sebaliknya, kaum wanita yang cerdas secara emosionalnya cenderung bersikap tegas dan mengungkapkan perasaan mereka secara langsung dengan takaran yang wajar (bukan dengan meledak-ledak yang nantinya akan disesalinya), memandang dirinya sendiri secara positif, serta mampu menyesuaikan diri dengan beban stres.”

Mengingat kondisi dewasa ini, tingkah laku remaja yang menunjukkan kecerdasan emosi sangat diperhatikan, dipahami serta ditingkatkan, karena fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa kecerdasan emosi yang dimiliki remaja masih rendah. Hal ini dapat terlihat dari permasalahan

emosi sosial yang akhir-akhir ini telah terjadi yaitu ada seorang siswa SMP di Tangerang yang memperkosa dan membunuh pacarnya karena ditolak untuk berhubungan intim (liputan6, 2016), seorang siswa SMP yang tega membacok temannya karena sering diejek (Kompas, 2016), anak yang tega menghabisi nyawa ibu kandungnya sendiri hanya karena sering dimarahi (Jawapos, 2016), dan seorang siswa yang dibuli serta dikroyok oleh 10 orang karena memperebutkan pacar (Merdeka, 2016).

Berdasarkan permasalahan diatas inilah yang menjadi dasar peneliti untuk memilih remaja awal sebagai subjek penelitiannya. Hal ini karena masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada rentang masa peralihan ini emosi remaja cenderung berubah-ubah, mudah meledak dan berlangsung lebih sering sebagai akibat dari perubahan dan pertumbuhan fisik. Santrock (2007: 201) mengatakan sesungguhnya, emosi dilibatkan di berbagai aspek kehidupan remaja, mulai dari fluktuasi hormonal dari masa pubertas hingga kesedihan dari depresi remaja. Hal tersebut menyebabkan perkembangan emosi remaja menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi social, sehingga mudah marah atau teringgung dan mudah sedih atau murung, sementara kontrol diri yang dimiliki belum sempurna. Untuk itu kecerdasan emosi remaja perlu dikembangkan agar remaja dapat mengontrol diri dalam setiap emosi yang muncul agar tidak merusak hubungan atau interaksi dirinya dengan orang lain.

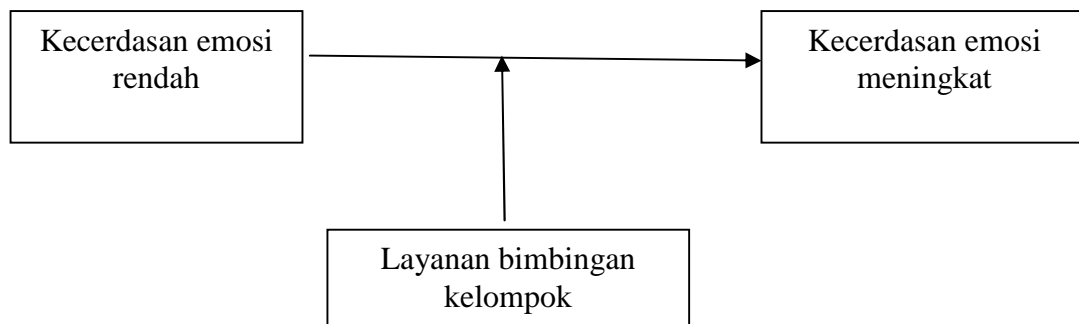
Secara empiris, siswa SMP biasanya memasuki remaja awal. Menurut Makmun (2004: 78-79), perilaku dan pribadi siswa MTS/SMP sudah memasuki masa remaja. Pada masa ini, siswa biasanya merasa” kebingungan”, karena siswa SMP baru memasuki lingkungan tingkat pendidikan yang baru dan berbeda dari sebelumnya yaitu Sekolah Dasar (SD), ditambah lagi dari kondisi siswa yang sebelumnya belum mendapatkan bimbingan yang optimal pada pendidikan sebelumnya. Sehingga muncul berbagai macam masalah pada diri siswa sehubungan dengan pendidikan dan perkembangannya. Adapun macam-macam masalah yang muncul pada diri siswa yaitu terdapat siswa yang kesadaran dirinya kurang berkembang sehingga sulit menerima kritik dan saran dari orang lain, ada siswa yang sulit mengendalikan diri sehingga ketika marah tidak segan untuk merusak barang-barang disekitarnya, ada siswa yang sulit bergaul dengan karena kurang dapat berkomunikasi dengan orang lain, ada siswa yang sulit memahami perasaan orang lain sehingga tidak peduli ketika temannya sedang bersedih, terdapat siswa yang sulit bekerjasama dengan orang lain sehingga cenderung terlihat egois ketika mengerjakan tugas kelompok, terdapat siswa yang memiliki motivasi rendah sehingga malas dalam mengerjakan tugas sekolah, ada siswa yang menghindari dari masalah karena merasa cemas dan ketakutan.

Berdasarkan permasalahan yang sedang dialami oleh siswa, peneliti mencoba untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa. Seperti kita ketahui bahwa menurut Goleman (2015: 56-57), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk

membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain. Sehingga upaya yang dilakukan oleh peneliti dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa adalah dengan memberikan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan pelajar (Hartinah, 2009:104).

Melalui dinamika kelompok, seluruh anggota akan berinteraksi satu sama lain dan juga mereka diharuskan untuk memberikan pendapat dan ide-ide yang mereka pikirkan. Pada kegiatan bimbingan kelompok akan membahas suatu topik yang akan menjadi bahan pembicaraan. Topik ini dapat dipilih oleh konselor atau pemimpin kelompok yang disebut dengan topik tugas, dan ada juga topik yang ditentukan oleh anggota kelompok kegiatan atau yang biasa disebut topik bebas. Materi-materi yang dapat disampaikan dalam kegiatan akan berhubungan dengan emosi agar mereka bisa mengelola dan mengasah emosi dengan baik. Tanggapan-tanggapan yang mereka dapat nantinya akan membantu mereka dalam memahami tentang emosi yang mereka alami. Adanya interaksi dan komunikasi antar anggota satu dengan yang lainnya dalam kegiatan ini yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi atau EQ siswa yang rendah.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Berikut dapat digambarkan alur kerangka pikir dalam penelitian nya yaitu :



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian

Dapat dijelaskan alur pikir dalam penelitian ini adalah peneliti akan mengelompokkan siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah, kemudian akan diberikan bimbingan berupa layanan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok dengan topik yang berkenaan tentang emosi yang dibahas secara bersama-sama. Adapun dalam kegiatan ini siswa diharuskan untuk mengeluarkan pendapat, ide, pemahaman, dan pengalaman mereka terkait dengan emosi. Sehingga dengan layanan bimbingan kelompok ini kecerdasan emosional siswa dapat meningkat.

E. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2012: 96), hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Berdasarkan pengertian di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional dapat

ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016. Sedangkan hipotesis statistiknya adalah :

Ha1 : Terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang berarti pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

Ho1 : Tidak terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang berarti pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

Ha2 : Terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang berarti pada kelompok kontrol tanpa diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

Ho2 : Tidak terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang berarti pada kelompok kontrol tanpa diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Negeri 03 Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun pelajaran 2015/2016.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecerdasan Emosi dalam Bidang Bimbingan Sosial

1. Kecerdasan Emosi dalam Bidang Bimbingan Sosial

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang memiliki peran penting dalam membentuk pribadi siswa, baik sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat. Sekolah merupakan suatu sistem yang komponen-komponen didalamnya terintegrasi dengan baik. Bimbingan dan konseling adalah salah satu komponen sekolah yang bertugas untuk mencegah dan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi komponen sekolah yang lain terutama siswa.

Siswa SMP merupakan remaja awal yang perkembangannya sangat pesat, untuk itu siswa SMP sebagai remaja perlu mengetahui tugas-tugas perkembangannya agar ia dapat menjadi remaja yang sehat. Menurut Hurlock (Ali & Asrori, 2012:10) ,tugas-tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut :

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya;
- b. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis;
- c. Mencapai kemandirian emosional;
- d. Mencapai kemandirian ekonomi;
- e. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat;

- f. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orangtua;
- g. Mengembangkan perilaku dan tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa;
- h. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan;
- i. Memahami dan mempersiapkan berbagi tanggung jawab kehidupan keluarga.

Agar peserta didik dapat mencapai tugas perkembangannya, maka bimbingan konseling sebagai bagian integral sekolah, berusaha memberikan layanan yang didasarkan pada standar kompetensi peserta didik pada sekolah menengah pertama. Seperti kita ketahui bahwa pelayanan bimbingan dan konseling merupakan usaha membantu siswa dalam mengembangkan kehidupan pribadi, sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karier. Untuk itu bimbingan konseling mutlak dibutuhkan dalam rangka menunjang keberhasilan siswa yang salah satunya yaitu dalam aspek kematangan emosi. Agar siswa dapat mencapai kematangan emosi maka perlu adanya pengembangan dan peningkatan kecerdasan emosi. Menurut Ali & Asrori (2012: 62), emosi banyak berpengaruh terhadap fungsi-fungsi psikis lainnya, yaitu pengamatan, tanggapan, pemikiran, dan kehendak.

Karakteristik emosi remaja awal biasanya berkobar-kobar sehingga kontrol terhadap dirinya bertambah sulit dan mereka menjadi cepat marah. Akibat sulitnya remaja dalam mengontrol emosi dan diri, remaja sering mengalami masalah dalam lingkungan sosialnya seperti sering mengamuk, bertengkar, acuh dan bahkan terkadang menghindar dari situasi sosial. Untuk mencegah munculnya masalah akibat rendahnya emosi yang dimiliki siswa di sekolah, maka bimbingan konseling melalui layanannya dapat mengembangkan dan meningkatkan kecerdasan emosi agar mereka dapat bertingkah laku dan

berhubungan sosial dengan baik terhadap teman sebaya, guru dan masyarakat yang sesuai dengan tugas perkembangan dan standar kompetensi peserta didik di sekolah menengah pertama.

Layanan bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan yang diberikan untuk membantu peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang perkembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar dan perencanaan karier, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat.

Dalam bimbingan dan konseling disekolah terdapat berbagai bidang bimbingan dan konseling yang salah satunya adalah bidang bimbingan sosial. Menurut Hikmawati (2010: 4), bidang bimbingan sosial adalah layanan pengembangan kemampuan dan mengatasi masalah sosial, dalam kehidupan keluarga, sekolah dan masyarakat, dalam bekerja sama dan berinteraksi dengan teman sebaya (*peer group*), dengan orang dewasa ataupun dengan peserta didik yang lebih muda.

Adapun tujuan bimbingan sosial yaitu membantu siswa agar mampu mengembangkan kompetensi diri yang mereka miliki agar memiliki kesadaran diri, mengembangkan sikap positif, seperti menggambarkan orang-orang yang mereka senangi, menghargai orang lain, memiliki rasa tanggung jawab, mengembangkan keterampilan hubungan antar pribadi, menyelesaikan konflik, dan membuat keputusan secara efektif (Yusuf, 2006: 108-110). Sehingga dalam hal ini bimbingan sosial akan membantu siswa dalam hidup rukun

dengan orang lain, dapat memahami orang lain, dapat mengelola perasaan dan emosi secara baik sehingga dapat diterima dengan baik pula oleh masyarakat maupun orang-orang terdekatnya.

Menurut Sukardi, (2008:35) bidang bimbingan sosial dapat dirincikan menjadi pokok-pokok sebagai berikut.

- a. Pemantapan kemampuan berkomunikasi baik melalui ragam lisan maupun tulisan secara efektif.
- b. Pemantapan kemampuan menerima dan menyampaikan pendapat serta berargumentasi secara dinamis, kreatif, dan produktif.
- c. Pemantapan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial baik dirumah, disekolah maupun dimasyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun, serta nilai-nilai agama, adat, hukum, ilmu, kebiasaan yang berlaku.
- d. Pemantapan hubungan yang dinamis, harmonis, dan produktif, dengan teman sebaya, baik disekolah yang sama, disekolah orang lain, maupun dimasyarakat.
- e. Pemantapan pemahaman kondisi dan peraturan sekolah serta upaya pelaksanaannya secara dinamis dan bertanggung jawab.
- f. Orientasi tentang hidup berkeluarga.

Berdasarkan pengertian, tujuan dan rincian diatas, maka kecerdasan emosi siswa dalam bidang bimbingan sosial arah pengembangannya terdapat pada poin pemantapan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial baik dirumah, disekolah maupun dimasyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun, serta nilai-nilai agama, adat, hukum, ilmu, kebiasaan yang berlaku. Hal ini karena dengan membantu siswa dalam mengelola, mengontrol dan meningkatkan dengan baik kecerdasan emosi, mereka dapat mempunyai kemampuan dalam bertingkah laku dan berhubungan sosial yang baik dengan orang lain agar mereka nantinya menjadi pribadi yang bisa menghargai dan dihargai dalam masyarakat.

2. Pengertian Kecerdasan Emosi

Istilah “Kecerdasan emosi” pertama kali muncul pada tahun 1990-an Salovy dan Harvard of New Hampshire untuk menerangkan emosi yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Istilah kecerdasan emosi tidak sepopuler dengan kecerdasan intelektual yang telah dikenal oleh masyarakat luas. Meskipun begitu kecerdasan emosi memiliki cakupan yang lebih luas yang mampu mengantarkan seseorang memiliki peluang besar untuk bisa menuju puncak prestasi atau bintang kerja dibanding kecerdasan intelektual yang hanya merujuk pada kemampuan kognitif saja.

Menurut Hills (Agustin, 2006 : 102) *Emotional Quotient* merupakan kekuatan berfikir alam bawah sadar yang berfungsi sebagai tali kendali atau pendorong. Hills juga menganjurkan untuk setiap orang untuk melatih mengendalikan emosi mereka sehingga menjadi suatu kebiasaan. Dengan melatih kebiasaan untuk mengendalikan emosi dan mengungkapkan emosi secara tepat, seseorang akan lebih mudah untuk mempelajari dan menguasai kecakapan emosi. Kecakapan emosi yang dimaksud yaitu kemampuan mengelola emosi diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain.

Menurut Gardner (Goleman 2015:50) memberikan ringkasan pendek tentang kecerdasan pribadi.

“Kecerdasan antarpribadi adalah kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi mereka, bagaimana mereka bekerja, bagaimana mereka bahu-membahu dengan mereka. Tenaga-tenaga penjualan yang sukses, politisi, guru, dokter, dan pemimpin keagamaan, semuanya cenderung orang-orang yang mempunyai tingkat kecerdasan antarpribadi yang tinggi. Kecerdasan antar pribadi adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta

kemampuan untuk menggunakan model tadi sebagai alat menempuh kehidupan secara efektif.”

Sedangkan Goleman (2015:43) mengatakan bahwa kecerdasan emosi, yaitu:

“Kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati, dan berdo’a.”

Pengelolaan kecerdasan emosi yang baik dapat menempatkan seseorang pada porsi yang tepat memilih kekuasaan dan mengatur suasana hati. Kondisi ini akan sangat menguntungkan bagi mereka dalam berhubungan baik dengan orang lain. Kondisi dari suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang pandai menyesuaikan dengan suasana hati orang lain atau dapat berempati dengan baik, maka orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Sejalan dengan definisi diatas, Robert dan Cooper (Agustian, 2001:44), mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, emosi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi. Seseorang yang mampu memahami emosi orang lain, dapat bersikap dan mengambil keputusan yang tepat tanpa menimbulkan dampak yang merugikan kedua belah pihak. Emosi dapat timbul setiap kali individu mendapat rangsangan yang dapat mempengaruhi kondisi jiwa dan menimbulkan gejala emosi dari dalam. Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung

keberhasilan dalam berbagai bidang khususnya bidang sosial, karena saat emosi muncul, ia dapat mengekspresikannya dengan wajar dan tepat, sehingga ia dapat berinteraksi dengan baik kepada lingkungan sosialnya.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan individu untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) sehingga dapat membina hubungan yang baik dengan orang lain.

3. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosi Siswa

Ada beberapa ciri-ciri anak yang memiliki kecerdasan emosi menurut Rachman (2005:43-75) yaitu sebagai berikut.

- a. Sadar diri, pandai mengendalikan diri, bisa dipercaya, bisa beradaptasi dan kreatif.
- b. Bisa berempati, memahami perasaan orang lain, menyelesaikan konflik dan bisa bekerjasama dalam tim.
- c. Bisa bergaul dan membangun persahabatan.
- d. Bisa mempengaruhi orang lain.
- e. Berani bercita-cita.
- f. Bisa berkomunikasi.
- g. Percaya diri.
- h. Bermotivasi tinggi, menyambut tantangan, mempunyai dorongan untuk maju, berinisiatif dan optimis.
- i. Bisa berekspresi dan berbahasa lancar.
- j. Menyukai gambar dan cerita.
- k. Menyukai pengalaman baru.
- l. Teliti dan perfeksionis.
- m. Suka membaca tanpa didorong-dorong.
- n. Mengingat kejadian dan pengalaman dengan mudah.
- o. Suka belajar.
- p. Rasa ingin tahu yang besar.
- q. Rasa humor tinggi.
- r. Aktif berfantasi dan kreatif dalam memecahkan masalah.
- s. Senang mengatur dan mengorganisasikan aktivitas.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa anak yang memiliki ciri-ciri kecerdasan emosional akan dapat berinteraksi dengan baik dilingkungan sosialnya karena ia memiliki kesadaran diri, pandai mengendalikan diri, bisa dipercaya, bisa beradaptasi, berempati, memahami perasaan orang lain, dapat menyelesaikan konflik , dapat bekerjasama dengan orang lain dan lain sebagainya.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi Siswa

Kecerdasan emosi tidak ditentukan sejak kelahiran tetapi didapat melalui pembelajaran. Didalam penelitian-penelitian ditemukan bahwa menurut (Saphiro, 1997:4), keterampilan sosial dan emosional lebih penting bagi keberhasilan hidup ketimbang kemampuan intelektual.

a. Faktor Fisik

Kecerdasan emosi akan berkembang sejalan dengan perkembangan fisik dan mental anak. Menurut Le Dove (Goleman, 2015:20-32) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu fisik. Secara fisik bagian yang paling menentukan atau paling berpengaruh terhadap kecerdasan emosi seseorang adalah anatomi saraf emosinya. Bagian otak yang digunakan untuk berfikir yaitu korteks (kadang kadang disebut juga neo korteks). Sebagai bagian yang berada dibagian otak yang mengurus emosi yaitu system limbic, tetapi sesungguhnya antara kedua bagian inilah yang menentukan kecerdasan emosi seseorang.

1) Korteks. Bagian ini berupa bagian berlipat-lipat kira kira 3

milimeter yang membungkus hemisfer serebral dalam otak. Konteks berperan penting dalam memahami sesuatu secara mendalam, menganalisis mengapa mengalami perasaan tertentu dan selanjutnya berbuat sesuatu untuk mengatasinya. Korteks khusus lobus prefrontal, dapat bertindak sebagai saklar peredam yang memberi arti terhadap situasi emosi sebelum berbuat sesuatu.

2) Sistem limbik. Bagian ini sering disebut sebagai emosi otak yang letaknya jauh didalam hemisfer otak besar dan terutama bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan impuls. Sistem limbik meliputi hippocampus, tempat berlangsungnya proses pembelajaran emosi dan tempat disimpannya emosi. Selain itu ada amygdala yang dipandang sebagai pusat pengendalian emosi pada otak.

b. Faktor Psikis

Kecerdasan emosi selain dipengaruhi oleh faktor fisik, dapat dipengaruhi oleh kepribadian individu, dimana kepribadian individu ini terbentuk karena adanya faktor lingkungan keluarga dan sekolah.

1) Lingkungan Keluarga

Kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. peran serta orang tua sangat dibutuhkan karena orang tua adalah subyek pertama yang perilakunya diidentifikasi, diinternalisasi yang pada akhirnya akan menjadi kepribadian dari kepribadian anak. Kecerdasan emosi ini dapat diajarkan pada saat anak masih bayi dengan contoh-contoh ekspresi. Menurut penelitian Hooven (Goleman, 2015: 269), orangtua yang terampil secara emosional memiliki anak-anak dengan pergaulan yang lebih baik dan memperlihatkan lebih banyak kasih sayang kepada

orangtuanya, serta lebih sedikit bentrok dengan orang tuanya. Selain itu, anak-anak ini juga lebih pintar menangani emosi, lebih efektif menenangkan diri saat marah, dan tidak sering marah.

Keluarga yang bahagia merupakan suatu hal yang sangat penting bagi perkembangan emosi para anggotanya (terutama anak). Kebahagiaan ini diperoleh apabila keluarga dapat memerankan fungsinya dengan baik. Fungsi dasar keluarga adalah memberikan rasa memiliki, rasa aman, kasih sayang dan mengembangkan hubungan yang baik diantara anggota keluarga.

Menurut Yusuf (2000: 39) secara psikologis keluarga berfungsi sebagai:

1. Pemberi rasa aman bagi anak dan anggota keluarga lainnya.
2. Sumber pemenuhan kebutuhan, baik fisik maupun psikis.
3. Sumber kasih sayang dan penerimaan.
4. Model pola prilaku yang tepat bagi anak untuk belajar menjadi anggota masyarakat yang baik.
5. Pemberi bimbingan bagi pengembangan prilaku yang sosial dianggap tepat.
6. Pembentuk anak dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya dalam rangka menyesuaikan dirinya terhadap kehidupan.
7. Pemberi bimbingan dalam belajar ketrampilan motorik, verbal dan sosial dibutuhkan untuk menyesuaikan diri.
8. Stimulator bagi pengembangan kemampuan anak untuk mencapai prestasi, baik disekolah maupun dimasyarakat.
9. Pembimbing dalam mengembangkan aspirasi.
10. Sumber persahabatan/teman bermain bagi anak sampai cukup usia untuk mendapatkan teman diluar rumah, atau apabila persahabatan diluar rumah tidak memungkinkan.

Menurut Goleman (Hardiwinoto, 2002: 43) peran keluarga sangat penting dalam pendidikan emosi anak. Bagaimana cara orang tua memperlakukan anaknya sejak kecil dengan baik, maka akan berakibat mendalam dan permanen bagi kehidupan emosional anak.

Keluarga mempunyai peran yang sangat bagi pertumbuhan pribadi anak. Perawatan atau kasih sayang orang tua yang diberikan kepada anak baik itu bersifat sosial atau agama merupakan jalan yang terbaik untuk memunculkan pribadi anak yang baik, faktor yang lain seperti lingkungan sekolah, lingkungan sekolah merupakan lembaga pendidikan yang bisa membentuk kepribadian anak. Di lembaga ini anak akan mulai memperoleh pengetahuan dan mengetahui kelemahannya, di lembaga ini pula anak akan mulai memahami bagaimana pentingnya menjalankan tanggung jawab yang diberikan oleh guru serta bagaimana memilih teman yang baik.

2) Lingkungan Sekolah

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya, baik menyangkut aspek moral spritual, intelektual, emosional maupun sosial.

Sekolah menurut Etzioni (Goleman, 2015:403), berperan sentral dalam membina karakter dengan menanamkan disiplin diri dan empati, yang pada gilirannya memungkinkan keterlibatan tulus terhadap nilai peradaban dan moral. Selain itu, menurut Hurlock (1997), sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan pribadi anak (siswa). Ada beberapa alasan, mengapa sekolah

memainkan peranan yang berarti bagi perkembangan kepribadian anak, yaitu:

1. Para siswa harus hadir di sekolah.
2. Sekolah memberi pengaruh kepada anak secara dini, seiring dengan perkembangan konsep dirinya.
3. Anak-anak banyak menghabiskan waktunya di sekolah dari pada ditempat lain diluar rumah.
4. Sekolah memberikan kesempatan kepada siswa untuk meraih sukses.
5. Sekolah memberikan kesempatan pertama kepada anak untuk menilai dirinya dan kemampuannya secara realistis.

Ketika kehidupan keluarga semakin banyak anak, bukan lagi merupakan landasan kokoh dalam kehidupan, maka lembaga sekolah sebagai salah satu tempat dimana masyarakat dapat memperoleh pengetahuan dan mencari pembetulan terhadap cacat anak dibidang ketrampilan emosional dalam pergaulan. Ini bukan berarti sekolah yang dapat menggantikan lembaga sosial yang sering kali berada dalam ambang keruntuhan. Tetapi, karena setiap anak masuk sekolah, anak dapat diberi pelajaran dasar untuk hidup, yang barang kali tak pernah akan mereka dapatkan dengan cara lain.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang yaitu secara fisik dan psikis. Secara fisik terletak dibagian otak yaitu korteks dan sistem limbik, secara psikis diantaranya meliputi lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah.

5. Komponen Kecerdasan Emosional

Bar-On (Granacher, 2007:344) mengemukakan tentang lima kelas komponen kecerdasan emosional, yaitu (a) kesadaran diri, (b) ketegasan, (c) kehormatan diri, (d) aktualisasi diri, (e) kemandirian, (f) empati, (g) hubungan interpersonal, (h) kepekaan sosial, (i) penyelesaian masalah, (j) tes kebenaran, (k) fleksibel, (l) toleransi, (m) *impulse control*, (n) kesenangan, (o) optimis. Empati merupakan hal yang tidak terlepas dari kehidupan sosial. Telah dikemukakan diatas, bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan perasaan sosial..

Selain kecerdasan sosial, aspek lain yang juga terdapat dalam kecerdasan emosional ialah kecerdasan pribadi. Kedua komponen ini sangat berhubungan. Salovey (Goleman, 2015:55) menempatkan kecerdasan pribadi dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskanya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima komponen utama dalam kecerdasan emosional yaitu :

a. Mengenali emosi diri (Kesadaran Diri)

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran seseorang akan emosinya sendiri sebagai *metamood*, yang oleh Goleman (2015:61) disebut kesadaran diri. Menurut Mayer (Goleman, 2015 : 62) kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kesadaran diri

memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi. Untuk itu, mengenali emosi diri penting bagi siswa, karena siswa yang tidak mampu mengungkapkan dan menamai perasaannya dengan tepat akan mengalami kerugian dalam pergaulan dan sekolah. Ketika siswa salah dalam menamai emosinya, maka ia pun cenderung akan menarik diri dan ini akan berpengaruh pada interaksi sosial dengan teman dan guru di sekolahnya.

b. Mengelola emosi (Pengaturan Diri)

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan individu (Goleman, 2015 :75). Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya, serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

c. Memotivasi diri sendiri

emosi berhubungandengan motivasi. Apabila seseorang termotivasi maka akan terangsang secara emosional untuk melakukan suatu kegiatan dengan intensitas tinggi. (Ali danAsrori, 2009: 67). Prestasi harus dilalui dengan

dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Empati

Empati disebut juga kemampuan untuk mengenali emosi orang lain. Menurut Goleman (2015 :56-57), kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

e. Membina hubungan (Keterampilan Sosial)

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2015 : 57). Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Kelima komponen diatas sesuai dengan pernyataan Dr. S. Chamundeswari (2013:179) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang secara sah dengan emosi dan menggunakan emosi untuk

meningkatkan pemikiran. Kecerdasan emosional meliputi lima karakteristik atau kemampuan :

- a. Kesadaran Diri : mengetahui emosi diri, mengakui perasaan yang terjadi, dan dapat membedakan diantara keduanya.
- b. Mengelola Emosi : dapat menangani perasaan menjadi lebih relevan dan situasi yang sedang terjadi dan dapat bereaksi dengan tepat.
- c. Motivasi Diri : Mengumpulkan perasaan dan mengarahkan diri ke arah tujuan, tanpa keraguan diri, inersia, dan impulsif.
- d. Empati : mengenali perasaan orang lain dan dapat mengartikan isyarat verbal dan nonverbal orang lain.
- e. Membina hubungan : dapat berinteraksi interpersonal, meresolusi konflik dan negosiasi.

Kelima komponen diatas sangat berkaitan dengan kecerdasan pribadi dan juga kecerdasan sosial. Kecerdasan pribadi dan kecerdasan sosial merupakan aspek penting yang ada dalam kecerdasan emosional.

Dari lima belas yang diungkapkan oleh Bar-On, lima komponen yang diaungkapkan oleh Salovey serta Dr. S. Chamundeswari dapat disimpulkan dalam penelitian ini bahwa komponen dalam kecerdasan emosional ialah kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri, empati dan membina hubungan dengan orang lain. Kelima komponen inilah yang akan menjadi indikator untuk mengembangkan instrumen penelitian kecerdasan emosional.

Dari komponen-komponen utama kecerdasan emosi diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang dituntut untuk selalu mengasah kecakapan mereka dalam

memperkaya kecakapan emosionalnya baik dalam hubungannya dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan Rosenthal (Goleman, 2002) bahwa orang-orang yang mampu membaca perasaan dan isyarat non verbal lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional, lebih populer, lebih mudah bergaul dan lebih peka. selain itu menurut Brackett & Berrocal (2006) “kecerdasan emosi berperan penting bagi remaja dalam membangun, mengatur dan menjaga kualitas hubungan interpersonal yang baik, meningkatkan kemampuan problem solving dengan menggunakan *coping strategy*, meningkatkan akademik, membuat seseorang untuk beradaptasi dengan sehat, serta menghindarkan dari perilaku-perilaku yang mengganggu. Sehingga ketika mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ia dapat menjadi petunjuk positif bagi siswa lain untuk membina hubungan dengan orang lain. Mengingat pentingnya kecerdasan emosional bagi diri dan orang lain, maka perlu bagi kita untuk memelajarinya karena keterampilan dasar emosional manusia tidak didapat secara tiba-tiba, tetapi membutuhkan proses dan lingkungan yang membentuk kecerdasan emosi tersebut besar pengaruhnya.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Dalam bimbingan dan konseling terdapat beberapa layanan yang disediakan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalah dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Salah satu layanannya adalah bimbingan kelompok. Prayitno (2004:61) mengartikan ” bimbingan kelompok sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar,

kuat dan mandiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan konseling”.

Bimbingan kelompok dapat diartikan suatu upaya untuk membina sejumlah siswa untuk menjadi kelompok besar, kuat dan mandiri. Kegiatan dilakukan secara bersama-sama oleh peserta didik melalui kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan konseling.

Menurut Prayitno (2001:86) layanan bimbingan kelompok adalah :

“Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan/ atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan/atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan tertentu.”

Semua peserta didik akan mendapatkan bimbingan dari pemimpin kelompok atau konselor sekolah yang berperan sebagai narasumber. Pada pelaksanaan kegiatan narasumber/pemimpin kelompok akan membahas suatu tema atau topik tertentu yang telah disepakati bersama yang akan berguna untuk menunjang pemahaman mereka dalam kehidupan sehari-hari dan untuk perkembangan diri peserta didik.

Menurut Prayitno (2004) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya semua peserta didik akan saling berinteraksi, bebas mengeluarkan

pendapat, menanggapi, memberikan saran dan lainnya, sehingga apa yang dibicarakan itu semua bermanfaat untuk pribadi dan lainnya. Sedangkan menurut Gazda (Prayitno, 2004:309) bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada kelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Informasi yang telah diberikan oleh pemimpin kelompok dan juga berbagai pendapat yang telah disampaikan oleh semua peserta didik dapat menjadi suatu pertimbangan dalam perencanaan apa yang dilakukan sehingga dapat membuat keputusan yang tepat.

Dari pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang membahas tentang topik tertentu secara bersama-sama dengan dipandu oleh pemimpin kelompok melalui dinamika kelompok yang digunakan untuk membantu siswa dalam mengembangkan dirinya termasuk dalam merencanakan dan mengambil keputusan yang tepat.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Bimbingan dan konseling telah mengalami banyak perubahan dari awal masuknya di indonesia hingga saat ini, mulai dari yang sederhana yang paling komprehensif. Ada beberapa tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh beberapa ahli, yaitu sebagai berikut

Tujuan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari konselor sekolah sebagai

narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun pelajar, anggota dan masyarakat (Mugiarso, 2009).

Prayitno (2004) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus.

- a. Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.
- b. Tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat)

Menurut Bennet (Romlah, 2001) tujuan bimbingan kelompok yaitu :

1. Memberikan kesempatan pada siswa belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.
2. Memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan:
 - a. Mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya.
 - b. Menghilangkan ketegangan emosi, menambah pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah tersebut dalam suasana yang permisif.
 - c. Untuk mencapai tujuan bimbingan secara ekonomis dan efektif daripada melalui kegiatan bimbingan individual.
 - d. Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif.

Menurut Winkel (Nursalim dan Suradi : 2001) tujuan bimbingan kelompok adalah :

- a. Supaya orang yang dilayani dapat mengatur kehidupannya sendiri,.
- b. Memiliki pandangan sendiri dan tidak sekedar mengikuti pendapat orang lain.
- c. Mengambil sikap sendiri dan berani menanggung sendiri konsekuensi-konsekuensi dari tindakannya.

Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok juga bertujuan untuk menemukan dirinya sendiri, mengarahkan diri dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Secara singkat dapat dikatakan bahwa hal yang paling penting dalam kegiatan bimbingan kelompok merupakan proses belajar dan manfaat dalam kegiatan tersebut, baik bagi petugas bimbingan atau bagi individu yang dibimbing.

3. Komponen Bimbingan Kelompok

Prayitno, (2004:7) menjelaskan bahwa dalam bimbingan kelompok terdapat pihak yang berperan, yaitu :

a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Dalam bimbingan kelompok seorang pemimpin kelompok mempunyai peran yaitu sebagai pemberi bantuan melalui pengarahan kepada seluruh anggota kelompok agar kegiatan dalam bimbingan dapat mencapai tujuan yang telah disepakati bersama-sama. Agar kegiatan berjalan lancar seorang pemimpin harus merencanakan dan mengelola kelompok dengan kondusif dan aktif, sehingga diperlukannya aturan yang jelas dalam pelaksanaan kegiatan tersebut. Selain itu pemimpin kelompok juga berperan dalam :

1. Pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri atas 8-10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu :
 - a) Terjadinya hubungan antara-anggota kelompok, menuju keakraban

diantara mereka.

- b) Tumbuhnya tujuan bersama di antara anggota kelompok, dalam suasana kebersamaan
- c) Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok
- d) Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara dan tidak menjadi *yes-man*
- e) Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok ini berusaha dan mampu “tampil beda” dari kelompok lain.

Berbagai keterampilan, termasuk penggunaan permainan kelompok, perlu diterapkan pemimpin kelompok dalam pembentukan kelompok.

2. Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok apa, mengapa dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dilaksanakan.
3. Pentahapan kegiatan bimbingan kelompok
4. Penilaian segera (*laiseg*) hasil layanan bimbingan kelompok.
5. Tindak lanjut layanan.

b. Anggota Kelompok

Seorang pemimpin kelompok akan membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki tujuan yang sama. Bimbingan kelompok dikatakan hidup apabila di dalam kegiatan kelompok aktif dalam interaksi dengan yang lainnya, saling mengerti dan menghargai anatar anggota lainnya. Pada umumnya menurut Nurihsan (2009:23) bimbingan kelompok

dilaksanakan dalam 3 kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang). Kegiatan layanan bimbingan kelompok sebagian besar juga didasarkan atas peranan anggotanya, maka peran yang dimainkan yaitu :

- a. Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok.
- b. Mencerahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok.
- c. Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama.
- d. Membantu tersusunya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik.
- e. Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam keseluruhan kegiatan kelompok.
- f. Mampu berkomunikasi secara terbuka.
- g. Berusaha membantu anggota lain.
- h. Memberi kesempatan anggota lain untuk juga menjalankan peranannya.
- i. Menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu.

Anggota kelompok menurut Hartinah (2009) dibentuk dalam dua jenis yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Anggota-anggota kelompok bebas memasuki kegiatan kelompok tanpa ada perispan tertentu dan dalam prosesnya sama sekali tidak dipersiapkan sebelumnya. Perkembangan yang terjadi dalam kegiatan yang akan menjadi isi dan mewarnai proses kegiatan. Dalam hal ini pemimpin kelompok memberikan kesempatan yang seluas-

luasnya bagi para anggota untuk menentukan arah dan isi kegiatan kelompok tersebut. Sedangkan kelompok tugas memiliki arah dan isi kegiatan yang telah ditetapkan sebelumnya. Pada dasarnya kelompok tugas diberikan tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, baik yang telah diberikan dari luar kelompok maupun tumbuh dari kelompok itu sendiri yang nantinya sebagai hasil dari kegiatan kelompok tersebut. Dalam kelompok tugas, perhatian diarahkan kepada satu titik pusat yaitu penyelesaian tugas. Seluruh anggota kelompok hendaknya mencurahkan perhatian untuk tugas. Semua pendapat, tanggapan, reaksi dan saling hubungan antar semua anggota hendaknya menjurus kepada penyelesaian tugas tersebut setuntas mungkin.

4. Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok sangat penting dalam berjalannya kegiatan bimbingan kelompok, karena setiap anggota kelompok ikut berpartisipasi aktif dalam kegiatan, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan pendapat sesuai, menjunjung tinggi kerahasiaan tentang apa yang dibahas dan terjadi selama kegiatan berlangsung, dan bertindak sesuai dengan aturan-aturan dalam kegiatan yang telah disepakati sebelumnya secara bersama-sama.

Dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok, artinya merupakan pengarahannya secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dalam kelompok itu. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok (Prayitno,1995).

Dinamika kelompok dimaksudkan untuk menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan. Dinamika kelompok yang baik terdapat dalam kelompok yang dinamis bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan.

Manfaat yang didapat oleh anggota kelompok dalam dinamika kelompok seperti dapat mengembangkan diri, yaitu mengembangkan kemampuan sosial dengan baik, keterampilan berkomunikasi secara efektif, punya sikap tenggang rasa, memberi dan menerima toleransi, mementingkan musyawarah untuk mencapai mufakat dengan sikap demokratis, dan memiliki rasa tanggung jawab dan lainnya.

Dalam dinamika kelompok diharapkan mampu mengembangkan dirinya secara optimal. Dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut benar-benar hidup, mengarah pada tujuan dan memiliki manfaat bagi setiap anggota.

5. Asas-Asas dalam Bimbingan Kelompok

Asas merupakan ketentuan-ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan pelayanan bimbingan kelompok (Prayitno,2001). Penggunaan asas-asas ini akan mengarah pada pencapaian tujuan yang optimal dalam pelaksanaannya. Asas-asas tersebut yaitu :

a. Asas Kesukarelaan

Asas kesukarelaan yaitu asas yang menghendaki adanya kesukaan dan

kerelaan anggota untuk mengikuti/ mnejalani layanan / kegiatan yang diperuntukkan baginya. Dalam asas ini setiap anggota dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok harus berdasarkan kesukarelaan dalam diri, baik dari pemimpin kelompok yang secara sukarela meluangkan waktu untuk memberikan informasi bagi setiap anggota kelompok maupun dari setiap anggota kelompok yang dengan sukarela mengikuti kegiatan ini. Tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun, sehingga kan lebih leluasa dalam menyampaikan pendapat atau masalah yang sedang dialaminya.

b. Asas Kenormatifan

Asas kenormatifan yaitu asas yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan didasarkan pada dan tidak boleh bertentangan dengan nilai dan norma-norma yang ada, yaitu norma-norma agama, hukum dan peraturan adat istiadat, ilmu pengetahuan dan kebiasaan yang berlaku. Tidak hanya dalam pelaksanaan kegiatan yang mengindahkan asas ini tetapi juga materi yang akan diinformasikan juga harus didasarkan norma-norma yang berlangsung. Dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok harus dapat meningkatkan dan menerapkan kemampuan anggota dalam memahami dan mengamalkan norma-norma tersebut.

c. Asas Kegiatan

Asas kegiatan yaitu asas yang menghendaki agar anggota yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif di dalam penyelenggaraan layanan/ kegiatan bimbingan. Untuk pencapaian tujuan dalam kegiatan

bimbingan kelompok maka pemimpin kelompok harus mendorong anggota kelompok untuk aktif dalam melakukan tindakan atau penerapan dari terselesainya kegiatan bimbingan kelompok.

d. Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan yaitu asas yang menghendaki agar anggota yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya. Didalam kegiatan bimbingan kelompok sangat diperlukannya suasana keterbukaan baik dari konselor (pemimpin kelompok) maupun dari anggota kelompok. Keterbukaan konselor berarti mau menjawab atau menanggapi permasalahan atau saran yang diungkapkan oleh anggota kelompok atau konseli, sedangkan keterbukaan oleh seorang anggota kelompok berarti jujur dalam mengungkapkan masalahnya di dalam dinamika kelompok. Bukan berdasarkan asas kerahasiaan dan kesukarelaan seorang anggota mau menyampaikan permasalahan atau pendapat yang ingin disampaikan tetapi perasaan percaya karena seorang konselor dan benar-benar ingin meminta bantuan dalam memecahkan masalah yang dialaminya.

e. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan yaitu asas yang menghendaki setiap anggota kelompok dan juga pemimpin kelompok mampu menjaga segala kegiatan yang dilaksanakan saat bimbingan berlangsung. Sehingga kepercayaan antar

anggota dan juga pemimpin kelompok tetap terjalin dengan baik.

Dapat disimpulkan bahwa asas merupakan ketentuan yang harus diterapkan oleh individu dalam kegiatan bimbingan dan konseling, dan juga berdasarkan aturan yang berlaku dalam masyarakat. Asas-asas yang menjadi pedoman konselor dalam kegiatan bimbingan kelompok sama halnya dengan asas-asas yang digunakan pada kegiatan bimbingan dan konseling lainnya.

6. Materi dalam Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat materi-materi yang memungkinkan untuk diberikan atau disampaikan pada anggota kelompok.

Menurut Mugiarto dkk (2004:66) materi layanan bimbingan kelompok dapat dibahas berbagai hal yang amat beragam yang berguna bagi siswa. Materi layanan bimbingan kelompok secara umum meliputi :

- a. Pemahaman dan pemantapan kehidupan beragama dan hidup sehat.
- b. Pemahaman dan penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya (termasuk perbedaan individu, sosial, budaya serta permasalahannya).
- c. Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik, dan peristiwa yang terjadi di masyarakat serta pengendalian/pemecahannya.
- d. Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif untuk belajar, kegiatan sehari-hari, dan waktu senggang.
- e. Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan keputusan dan berbagai konsekuensinya.
- f. Pengembangan sikap kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar, timbulnya kegagalan belajar, dan cara penanggulangannya.
- g. Pengembangan hubungan sosial yang efektif dan produktif.
- h. Pemahaman tentang dunia kerja, pilihan dan pengembangan karier serta perencanaan masa depan.
- i. Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan/ program studi dan pendidikan lanjutan.

Sedangkan menurut Prayitno (1995) materi layanan bimbingan konseling kelompok dalam bidang-bidang bimbingan antara lain :

- a. Layanan bimbingan dan konseling kelompok dalam bidang pribadi
 - 1) Kebiasaan dan sikap dalam beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
 - 2) Pengenalan dan penerimaan perubahan, pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis yang terjadi pada diri sendiri.
 - 3) Pengenalan tentang kekuatan diri, bakat dan minat serta penyaluran dan pengembangannya.
 - 4) Kemampuan mengambil keputusan dan pengarahan diri sendiri.
 - 5) Perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat.
- b. Layanan bimbingan konseling kelompok dalam bidang sosial
 - 1) Kemampuan berkomunikasi, serta menerima dan menyampaikn pendapat secara logis, efektif dan produktif.
 - 2) Kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial dengan menjunjung tinggi tata krama, norma dan nilai-nilai agama, dan adat-istiadat dan kebiasaan yang berlaku.
 - 3) Hubungan dengan teman sebaya.
 - 4) Pemahaman dan pelaksanaan disiplin dan peraturan lembaga pendidikan.
 - 5) Pengenalan dan pengamalan pola hidup sederhana yang sehat.
- c. Layanan bimbingan konseling kelompok dalam bidang belajar
 - 1) Motivasi, tujuan belajar, dan latihan.
 - 2) Sikap dan kebiasaan belajar.
 - 3) Kegiatan dan disiplin belajar serta berlatih secara efektif, efisien, dan produktif.
 - 4) Penguasaan materi pelajaran dan latihan/keterampilan.
 - 5) Keterampilan tekhnis belajar.
 - 6) Pengenalan dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial dan budaya di sekolah dan lingkungan sekitar.
 - 7) Orientasi belajar di sekolah yang lebih tinggi.
- d. Layanan bimbingan konseling kelompok dalam bidang karier
 - 1) Pilihan dan latihan keterampilan.
 - 2) Orientasi dan informasi lembaga-lembaga keterampilan sosial dengan pilihan pekerjaan dan arah pengembangan karier.
 - 3) Orientasi dan informasi lembaga-lembaga keterampilan sesuai dengan pilihan pekerjaan dan arah pengemabnagan karier.
 - 4) Pilihan, orientasi dan informasi perguruan/sekolah yang lebih tinggi sesuai dengan arah pengembangan karier.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok materi sangat penting diberikan guna pencapaian optimal dari tujuan kegiatan ini diberlangsungkan.

7. Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Sebelum kegiatan layanan bimbingan kelompok dimulai hendaknya seorang pemimpin kelompok menguasai dengan benar-benar pelaksanaan kegiatan ini akan berlangsung. Prayitno (1995) menyatakan bahwa dalam kegiatan kelompok (baik layanan bimbingan kelompok maupun konseling kelompok) Terdapat hal yang harus mampu dilakukan oleh anggota kelompok dengan baik seperti mampu membina keakraban dengan yang lain, bersama-sama mencapai tujuan kelompok, mematuhi aturan yang telah disepakati bersama, ikut serta dalam kegiatan secara aktif, dan memberi kesempatan dalam berpendapat, dan menyadari pentingnya kegiatan kelompok ini. Adanya dinamika kelompok semua anggota ikut aktif dalam membicarakan topik yang telah disepakati atau yang telah diberikan. Seorang pemimpin sebagai fasilitator oleh anggota kelompok harus mampu menciptakan suasana kondusif, menarik, dan menyenangkan sehingga mendorong seluruh anggota untuk berinteraksi penuh dan menanggapi segala yang diungkapkan oleh anggota lainnya.

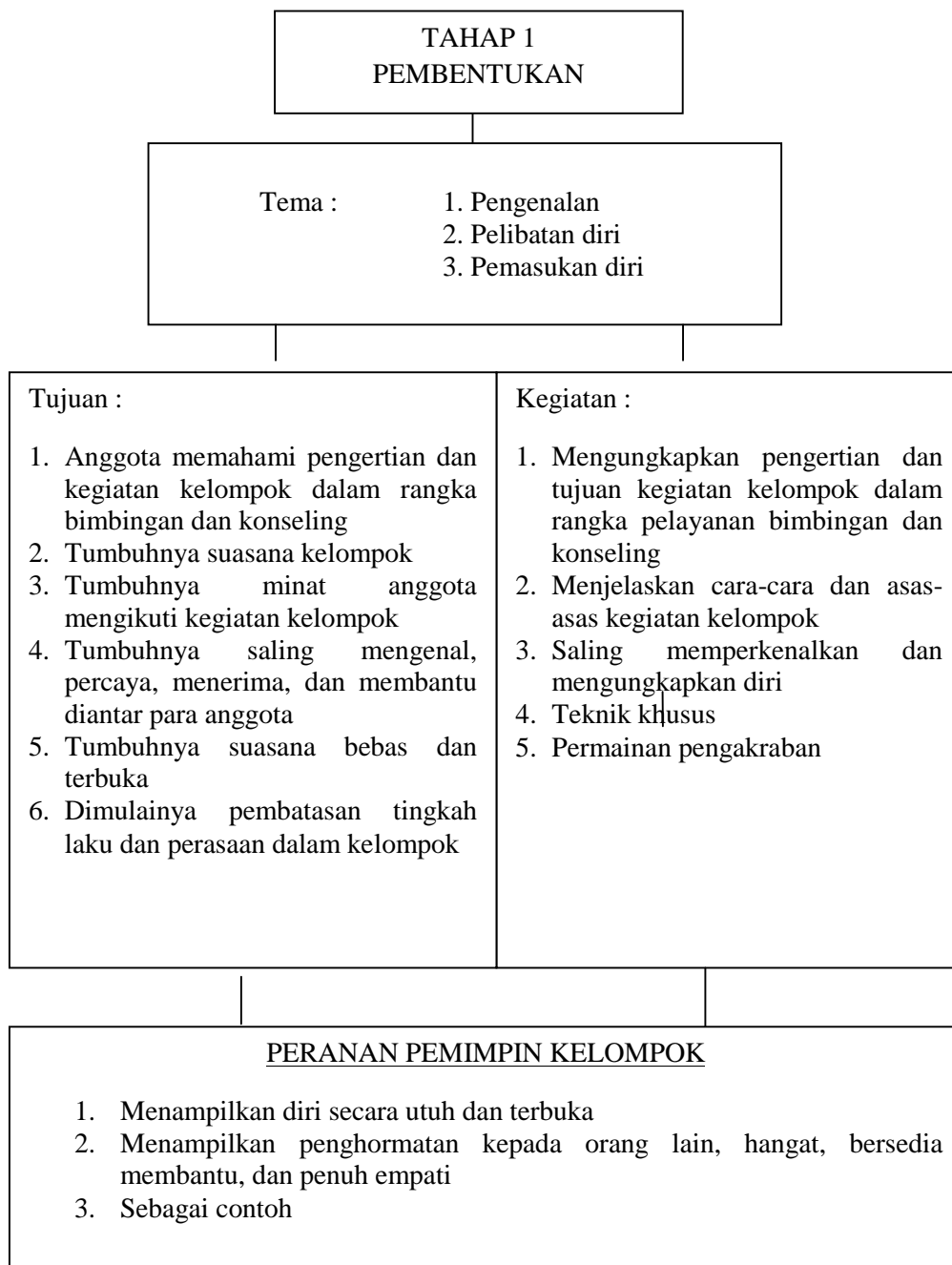
Dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam kegiatan layanan baik pemimpin maupun anggota kelompok untuk dapat melibatkan diri secara sukarela sehingga bimbingan kelompok dapat terlaksana dengan baik.

8. Tahapan dalam Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat 4 tahap. Yaitu : tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Tahapan-Tahapan yang terdapat dalam bimbingan kelompok menurut Prayitno (2004:18-25) yaitu :

a. Tahap Pembentukan

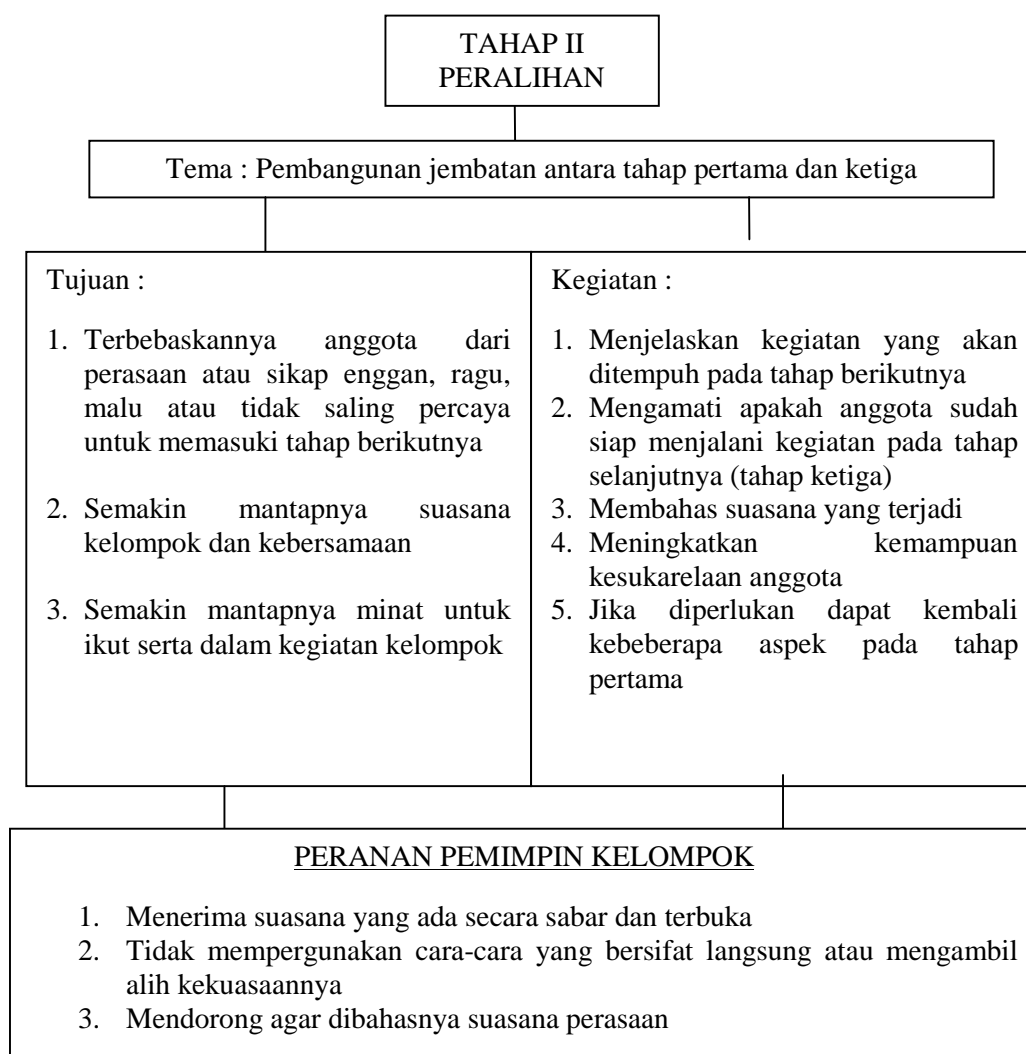
Tahap pembukaan merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan masing-masing anggota. Pemimpin kelompok menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing-masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh empati.



Gambar 2.1. Tahap Pembentukan

b. Tahap Peralihan

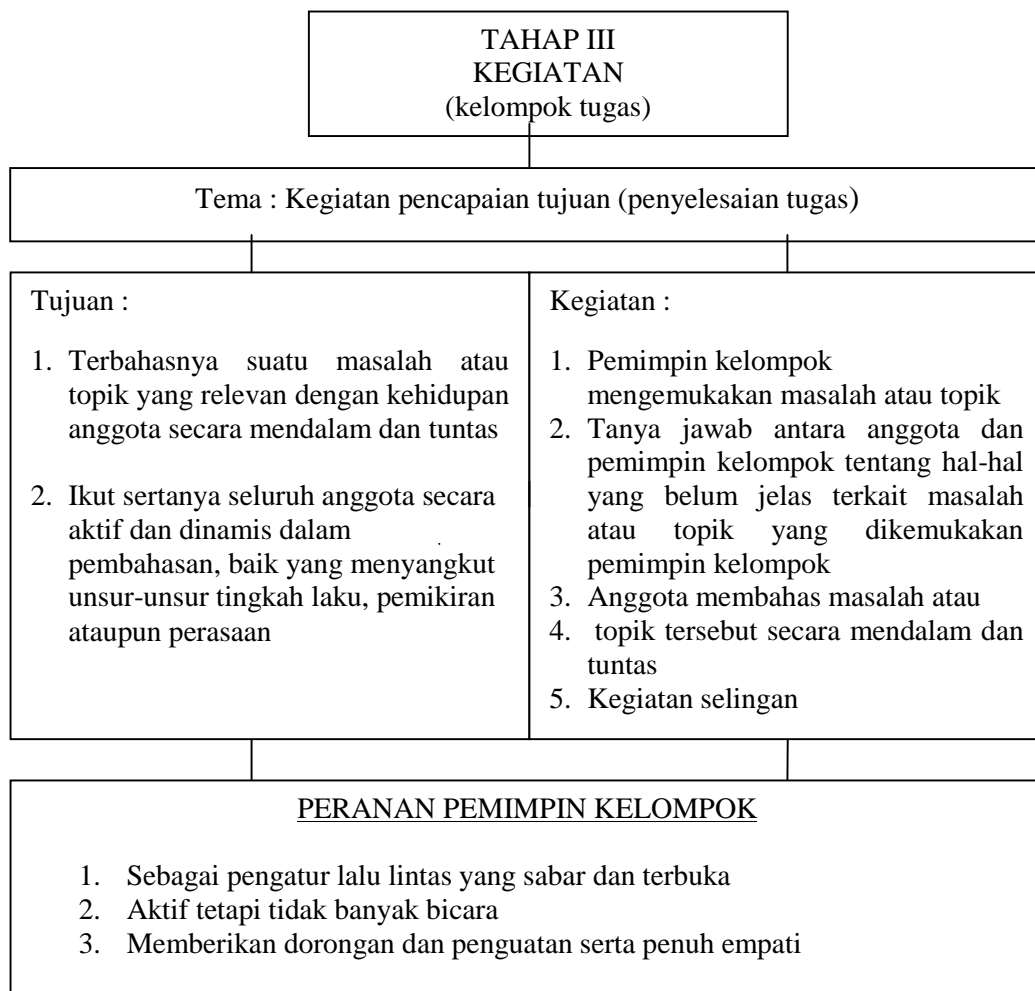
Tahap peralihan merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan ketiga. Pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan, kemudian menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Beberapa hal pokok yang telah diuraikan pada tahap pertama seperti tujuan dan asas-asas kegiatan kelompok ditegaskan dan dimantapkan kembali, sehingga anggota kelompok telah benar benar siap melaksanakan tahap bimbingan kelompok selanjutnya.



Gambar 2.2. Tahap Peralihan

c. Tahap Kegiatan

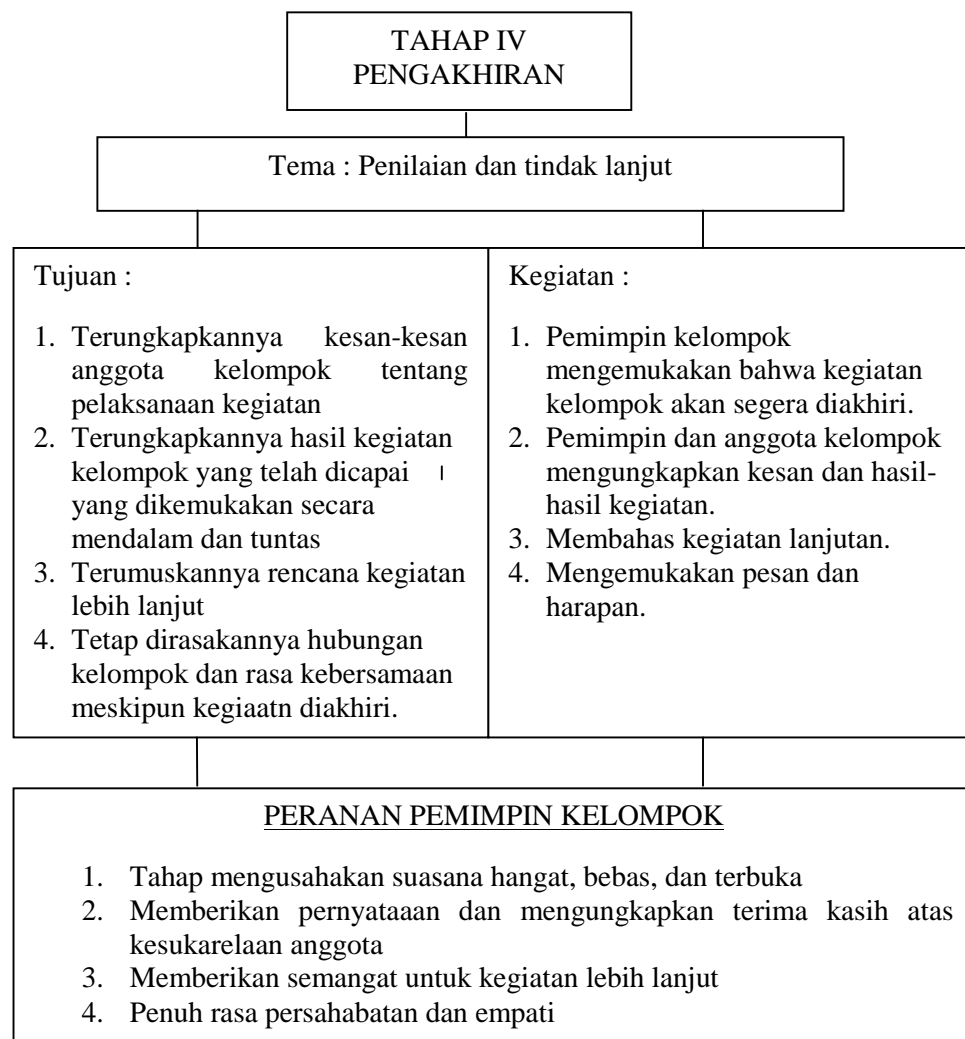
Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Jika dua tahap sebelumnya berlangsung dengan baik, maka tahap ketiga ini akan berhasil. Layanan bimbingan kelompok ini dijalankan dengan kegiatan “kelompok tugas”. Sebagaimana dijelaskan oleh Prayitno (1995:56) bahwa kegiatan kelompok “tugas” pada umumnya membahas permasalahan atau topik-topik umum yang tidak menyangkut pribadi-pribadi tertentu.



Gambar 2.3. Tahap Kegiatan

d. Tahap Pengakhiran

Tahap Pengakhiran merupakan tahap penghujung atau akhir dari kegiatan. Pemimpin kelompok mengingatkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera di akhiri. Dalam tahap pengakhiran ini terdapat kesepakatan antara anggota kelompok apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan atau tidak, jika akan dilanjutkan kapan dan dimana tempat bertemu kembali untuk melakukan kegiatan. Para anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan kelompok.



Gambar 2.4. Tahap Pengakhiran

9. Teknik dalam Bimbingan Kelompok

Penggunaan teknik dalam bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang terbangun dalam kegiatan bimbingan kelompok agar bergairah dan tidak cepat membuat siswa jenuh mengikutinya, seperti yang dikemukakan oleh Romlah (2006:86), bahwa teknik bukan merupakan tujuan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan.

Beberapa teknik yang biasa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok menurut Romlah (2006:87-125) antara lain : teknik pemberian informasi (ekspositori techniques), diskusi kelompok, teknik pemecahan masalah (problem-solving techniques), permainan peran (role playing), karyawisata (Field trip) dan teknik penciptaan suasana keluarga (homeroom).

a. Teknik Pemberian Informasi

Teknik pemberian informasi disebut juga dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Namun tidak menutup kemungkinan bahwa di dalam anggota kelompok bisa saling memberikan informasi satu sama lain dengan optimalkan dinamika kelompok.

Menurut Romlah (2006:87) teknik pemberian informasi memiliki keuntungan dan keuntungan teknik pemberian informasi adalah :

- Dapat melayani banyak orang.
- Tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien.
- Tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas.

- Mudah dilaksanakan dibandingkan dengan teknik lain.

Sedangkan kelemahan dari teknik pemberian informasi antara lain adalah :

- Sering dilaksanakan secara monolog, sehingga membosankan
- Individu yang mendengarkan kurang aktif.
- Memerlukan keterampilan berbicara, supaya penjelasan menjadi menarik.

Berbagai kelemahan dalam teknik pemberian informasi tersebut hendaknya konselor dapat mensiasati hal ini. Tentunya akan berguna untuk optimisasi layanan bimbingan kelompok yang akan dilakukan sehingga berjalan sesuai dengan tujuan awal. Menurut Romlah (2006:87) untuk mengatasi kelemahan-kelemahan tersebut, pada waktu memberikan informasi, ada beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu :

- Sebelum memilih tehnik pemberian informasi, perlu dipertimbangkan apakah cara tersebut meruakan cara yang paling tepat untuk memenuhi kebutuhan individu yang dibimbing.
- Mempersiapkan bahan informasi dengan sebaik-baiknya.
- Usahakan untuk menyiapkan bahan yang dapat dipelajari sendiri oleh pendengar atau siswa.
- Usahakan berbagai variasi penyampian agar pendengar menjadi lebih aktif.
- Gunakan alat bantu yang dapat memperjelas penegrtian pendengar terhadap layanan yang disampaikan.

b. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan. Diskusi kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan kelompok yang sangat penting karena dalam kegiatan akan menggunakan diskusi.

Dinkmeyer dan Muno (Romlah 2006:89) menyebutkan tiga macam tujuan diskusi kelompok yaitu : untuk mengembangkan terhadap diri sendiri, untuk mengembangkkn kesadaran tentang diri, dan untuk mengembangkan pandangan baru menegnai hubungan antar manusia.

Menurut Romlah (2006:88) penggunaan diskusi kelompok adalah bimbingan kelompok memiliki berbagai kelebihan, dianatranya adalah sebagai berikut :

- a) Membuat anggota kelompok lebih aktif karena setiap anggota mendapatkan kesempatan untuk berbicara.
- b) Anggota kelompok dapat saling bertukar pengalaman, pikiran, perasaan, dan nilai-nilai yanga kan membuat persoalan yang dibicarakan menjadi jelas.
- c) Memberi kesempatan para anggota untuk belajar menjadi pemimpin, baik menjadi pemimpin kelompok maupun mengamati perilaku pemimpin kelompok.

c. Teknik Pemecahan Masalah (Problem Solving)

Tekhnik pemecahan masalah (problem solving techniques) merupakan suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai kehidupannya. Tekhnik pemecahan masalah mengajarkan pada individu bagaimana pemecahan masalah secara sistematis, sehingga adanya teknik pemecahan masalah terutama tentang emosi dalam layanan bimbingan kelompok, dapat meningkatkan pemahaman mereka dalam memecahkan masalah yang berkaitan dengan emosi.

Langkah-langkah pemecahan masalah secara sistematis menurut Zastrouw (Romlah, 2006 :89) adalah :

- a) Mengidentifikasi dan merumuskan masalah.
- b) Mencari sumber dan memperkirakan sebab-sebab masalah.
- c) Mencari alternatif pemecahan masalah.
- d) Menguji masing-masing alternatif
- e) Memilih dan melaksanakan alternatif yang paling menguntungkan
- f) Mengadakan penilaian terhadap hasil yang dicapai.

d. Permainan Peran (Roleplaying)

Permainan peranan adalah satu alat belajar yang menggambarkan keterampilan-keterampilan dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Ada dua macam permainan peranan, yaitu pertama, sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Kedua, psikodrama adalah permainan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksi terhadap tekanan-tekanan pada dirinya.

e. Teknik Penciptaan Kekeluargaan (Homeroom)

Teknik penciptaan kekeluargaan adalah teknik untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa diluar jam-jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor, yang ditekankan dalam pertemuan homeroom adalah terciptanya suasana yang penuh kekeluargaan seperti suasanarumah yang menyenangkan, sehingga

siswa merasa aman dan diharapkan dapat mengungkapkan masalah-masalah yang tidak dapat dibicarakan dalam kelas.

f. Karyawisata (Field trip)

Karyawisata adalah kegiatan yang diprogramkan oleh sekolah untuk mengunjungi objek-objek yang akan ada kaitannya dengan bidang study yang dipelajari siswa, dan dilaksanakan untuk tujuan belajar secara khusus.

Dari penjelasan teknik bimbingan kelompok diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam peneliti akan menggunakan teknik pemberian informasi. dan diskusi Kelompok. Hal ini dikarenakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi, banyak siswa yang belum paham masalah ini, sehingga teknik ini dirasa cocok diberikan agar nantinya informasi-informasi yang didapatkan akan bermanfaat. Selain itu dengan teknik diskusi kelompok akan membuat mereka cara berfiki mereka dapat lebih berkembang.

C. Peningkatan Kecerdasan Emosional dengan Layanan Bimbingan Kelompok

Sekolah merupakan tempat pendidikan kedua bagi remaja. Untuk itu, dalam pelayanannya sekolah hendaknya harus memperhatikan tugas perkembangan remaja. Hal ini karena dengan memperhatikan tugas-tugas perkembangan remaja, sekolah dapat mengoptimalkan semua aspek perkembangan siswa nya yang salah satunya yaitu aspek kematangan emosi.

Mengacu pada standar kompetensi peserta didik SMP pada poin mencapai kematangan emosi, peningkatan kecerdasan emosi dapat dilakukan melalui layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling yaitu bimbingan kelompok. Hal ini karena menurut Yusuf dan Nurihsan (2006) bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya berbagai permasalahan atau kesulitan pada diri konseli. Sehingga dengan adanya bimbingan kelompok, dapat menegah berbagai masalah akibat rendahnya kecerdasan emosi yang dimiliki.

Menurut Goleman (2015), kecerdasan emosi diindikasikan dengan adanya kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri, kemampuan berempati dan kemampuan membina hubungan dengan orang lain. Ketika seorang individu belum sepenuhnya memiliki kemampuan seperti dipaparkan diatas, maka perlu bagi individu tersebut untuk meningkatkan kecerdasan emosionalnya melalui berbagai upaya yang salah satunya yaitu bimbingan kelompok.

Hal ini karena di bimbingan kelompok melalui dinamika kelompok, para anggota dapat mengembangkan diri secara bersama-sama karena mereka mempunyai hubungan psikologis yang jelas. Hal ini sejalan dengan Hartinah (2009:12) yang mengatakan “ suasana kelompok adalah antar hubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok, dapat menjadi wahana dimana masing-masing anggota tersebut secara perorangan dapat memanfaatkan informasi, tanggapan kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan masalah tersebut”. Adanya teknik pemberian informasi yang disampaikan oleh

pemimpin kelompok secara positif dan konstruktif mengenai emosi dalam bimbingan kelompok, membuat pengetahuan dan pemahaman anggota kelompok mengenai kecerdasan emosi menjadi lebih berkembang sehingga kecerdasan emosi mereka dapat meningkat (Nurnainingsih, 2011). Hal ini sesuai pula dengan Hartinah (2009:104), bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya, baik sebagai individu, pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan pelajar.

Melalui bimbingan kelompok setiap anggota akan diberikan informasi berkenaan dengan emosi untuk kemudian dibicarakan bersama-sama anggota lainnya untuk mencari solusi yang tepat. Hal ini sejalan dengan pendapat Prayitno (1995) yang menyatakan isi dan materi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas informasi yang berkaitan dengan masalah pribadi, sosial, belajar, dan karir yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran. Melalui dinamika kelompok sebagai media dalam kegiatan bimbingan kelompok diharapkan setiap anggota dapat menyumbangkan pendapat, gagasan dan masukan serta pengalamannya secara terbuka mengenai bagaimana seharusnya bersikap ketika emosi tertentu muncul, mengelola dan memanfaatkan emosi secara efektif.

Selanjutnya melalui diskusi kelompok, peningkatan kecerdasan emosi anggota dapat meningkat karena anggota kelompok mendapatkan kesempatan untuk mengungkapkan masalah secara bersama-sama, sehingga akan membuat mereka belajar untuk mengekspresikan perasaan dan emosi, menunjukkan perhatian, dan berbagi pengalaman (Devi, 2014). Sehingga dapat menghilangkan ketegangan emosi, menambah pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah tersebut dalam suasana yang permisif (Romlah, 2001).

Selain itu adanya permainan kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok membuat anggota kelompok merasa senang, penuh keakraban, dapat memahami topik dan menerapkan semua materi kedalam setiap layanan yang hampir semua materi di tiap pertemuan terdapat permainan tentang peningkatan kecerdasan emosi. Hal ini sesuai dengan pendapat Goleman (1995) bahwa kecerdasan emosi seseorang kan lebih cepat terangsang apabila di stimulus dengan layanan yang berupa permainan-permainan kelompok.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa untuk mencegah berbagai masalah konseli maka setiap individu harus mampu melatih kecerdasan emosional dengan baik. Sehingga layanan bimbingan kelompok dirasa efektif untuk dapat digunakan karena mampu menjangkau beberapa orang sekaligus secara tepat dan cepat.

III. METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 03 Tulang Bawang dengan waktu penelitiannya tahun ajaran 2015/2016.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian juga merupakan cara ilmiah yang di gunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu (Sugiyono,2010:2). Penggunaan metode ini dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

Metode yang digunakan pada penelitian adalah eksperimen semu (*quasy experimental design*). Metode ini memiliki kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang diambil secara tidak random (Sugiyono, 2006:14).

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Non-equivalent Control Group Design* (Sugiyono, 2006:16), dimana subjek penelitian ada yang

diberi perlakuan (kelas eksperimen) dan ada yang tidak diberikan perlakuan (kelas kontrol). Pada penelitian ini akan diberikan *pretest* dan *posttest*. Secara umum desain penelitian yang akan digunakan dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 3.1 *Nonequivalent Pre-Test and Post-Test Control Group Design*

Kelompok	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Eksperimen	O ₁	X	O ₂
Kontrol	O ₃		O ₄

Keterangan :

- O₁ : Pengukuran awal berupa penyebaran skala *kecerdasan emosi* yang diberikan kepada kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan
- X : Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terhadap kelompok eksperimen siswa kelas VII SMP N 3 Tulang bawang tengah.
- O₂ : Pengukuran akhir berupa penyebaran kecerdasan emosi untuk mengukur tingkat kecerdasan emosi pada siswa sesudah diberi perlakuan terhadap kelompok eksperimen, dalam pengukuran akhir akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana *kecerdasan emosi* siswa di sekolah mengalami peningkatan.
- O₃ : Pengukuran awal berupa penyebaran skala *kecerdasan emosi* terhadap kelompok kontrol
- O₄ : Pengukuran akhir berupa penyebaran skala *kecerdasan emosi* untuk mengukur tingkat kecerdasan emosi pada siswa terhadap kelompok kontrol tanpa diberi perlakuan.

Pretest dan posttest pada kelas eksperimen dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui peningkatan (gain) siswa setelah mendapatkan perlakuan, yakni bimbingan kelompok.

C. Subjek Penelitian

Subyek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Subyek penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek penelitian diperoleh melalui *purposive sampling*. *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel yang dilakukan dengan mengambil orang-orang yang terpilih betul oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu (Nasution, 2008:98). Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah, sedang dan tinggi.

Untuk menjangkau subjek penelitian, peneliti memberikan skala kecerdasan emosional pada siswa kelas VII SMP. Skala kecerdasan emosional berfungsi sebagai penjarangan siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah, sedang dan tinggi, sekaligus sebagai *pretest* bagi siswa yang menjadi subyek penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada guru BK untuk mendapatkan informasi mengenai siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, sedang dan tinggi pada siswa kelas VII. Sehingga di dalam wawancara peneliti mendapatkan informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, sedang maupun tinggi pada kelas VII SMP. Kemudian setelah mendapatkan subyek, peneliti membaginya kedalam dua kelompok (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol), selanjutnya kelompok eksperimen akan diberikan bimbingan kelompok sebagai perlakuan, namun kelompok kontrol tidak diberikan

perlakuan dan terakhir diberikan *posttest* pada kedua kelompok (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol).

Subyek penelitian yang terpilih dari penjarangan subjek menggunakan skala kecerdasan emosional adalah sebanyak 14 siswa yaitu 3 siswa dari kelas VII A, 2 siswa dari kelas VII B, dan 2 siswa dari kelas VII C sebagai kelompok eksperimen. Serta 2 siswa dari kelas VII A, 2 siswa dari kelas VII B dan 3 siswa dari kelas VII C.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu objek penelitian atau apa yang menjadi perhatian dalam suatu penelitian (Arikunto:2006). Sedangkan menurut Sugiyono (2014), variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari untuk ditarik kesimpulannya. Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*), yaitu :

- a. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional.
- b. Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan dan dapat diamati (observasi).

a. Kecerdasan emosi

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya kepekaan emosi sebagai sumber energi, emosi, koneksi dan pengaruh manusiawi yang meliputi :

1. Kesadaran diri/ mengenali emosi diri
2. Mengelola emosi
3. Memotivasi diri sendiri
4. Empati
5. Membina hubungan dengan orang lain.

b. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah proses bantuan yang digunakan dalam membantu siswa untuk mengembangkan dan mengoptimalkan potensi yang ada dalam dirinya melalui dinamika kelompok yang akan membahas tentang suatu topik secara bersama-sama dengan dipandu oleh pemimpin kelompok

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan, guna mencapai objektivitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala Kecerdasan Emosional

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala kecerdasan emosi model *likert*. Skala Likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2014). Alasan peneliti menggunakan skala *Likert* adalah skala ini akan membantu dalam menilai perkembangan sikap siswa mengenai tingkat kecerdasan emosi mereka.

Nazir (2005) mengemukakan bahwa prosedur dalam pembuatan skala model *Likert* adalah sebagai berikut.

- a. Peneliti mengumpulkan item-item yang cukup banyak dan relevan dengan masalah yang sedang diteliti.
- b. Item-item tersebut diujikan kepada sekelompok responden yang cukup representatif dari populasi yang ingin diteliti.
- c. Responden kemudian diminta untuk mengisi item pernyataan sesuai dengan keadaan yang paling mewakili dirinya. Alternatif jawaban berupa sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).
- d. Total skor dari masing-masing responden adalah penjumlahan dari skor masing-masing item responden tersebut.
- e. Respon dianalisa untuk mengetahui item-item mana yang sangat nyata batasan antara skor tinggi dan skor rendah dalam skala total untuk respon *upper* dan *lower* dianalisa untuk melihat sampai berapa jauh tiap item ini berbeda.
- f. Item-item yang tidak menunjukkan korelasi dengan skor total di bunag atau tidak dipakai.

Seperti telah dijelaskan diatas bahwa skala model *Likert* memiliki lima alternatif respon pernyataan yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (R), tidak sesuai (ST), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala ini juga terdiri dari pernyataan yang menyenangkan (*favorable*) dan tidak menyenangkan (*unfavorable*). Bobot nilai untuk kelima respon

pernyataan memiliki nilai yang berbeda antara pernyataan *favorable* dengan *unfavorable* yaitu sebagai berikut.

Tabel 3.2 Kriteria Bobot Nilai

<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
SS	5	SS	1
S	4	S	2
RR	3	RR	3
ST	2	ST	4
STS	1	STS	5

Alasan peneliti memberi simbol angka 1, 2, 3 dan 4 pada angket yang disusun oleh peneliti karena *Likert* (Abdurrahman dan Muhidin, 2007) menyatakan bahwa berdasarkan kajian terhadap sifat/ciri-ciri dari data ordinal dan interval serta untuk kepentingan pengolahan data, maka angka-angka 1, 2, 3 dan 4 yang diberikan pada alternatif jawaban pada jenis skala pengukuran *Likert* tidak menunjukkan skala *Likert* termasuk pada data interval, melainkan angka-angka 1, 2, 3 dan 4 tadi hanyalah kode atau simbol yang berbentuk angka untuk mengkuantifikasikan alternatif jawaban pada skala *Likert* yang berbentuk kata/kalimat (kualitatif), dengan tujuan agar peneliti dapat dengan mudah melakukan pengolahan data, terutama pada penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif, dimana skala *Likert* merupakan jenis skala pengukuran yang menyediakan data berbentuk ordinal. Berikut ini merupakan kisi-kisi skala kecerdasan emosional yang akan digunakan sebagai instrumen pengumpulan data:

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kecerdasan Emosional

Variabel	Indikator	Deskriptor	No. Item		
			Favorable	Unfavorable	
Kecerdasan emosi	1. Mengenal perasaan kita sendiri	1.1 Mengenal dan merasakan emosi sendiri.	1,10, 17	6, 13	
		1.2 Memahami faktor penyebab perasaan yang timbul	36	32	
	2. Mengelola emosi dengan baik	2.1 Mampu mengekspresikan emosi	25,37	28	
		2.2 Mampu mengendalikan amarah dan agresif secara lebih baik	18	22	
		2.3 Memiliki kemampuan untuk mengatasi stress.	2,	7	
	3. Memotivasi diri sendiri	3.1 Memiliki rasa tanggung jawab	8,11	14,19	
		3.2 Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan	33	3,38	
		3.3 Kemampuan bersikap sportif dan optimis	23	26,29	
	4. Empati	4.1 Mampu menerima sudut pandang orang lain.	4	12	
		4.2 Memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain.	15,24	20	
		4.3 Mampu mendengarkan orang lain.	30,39	34	
	5. Membina hubungan dengan orang lain	5.1 Memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain.	35	40	
		5.2 Dapat menyelesaikan konflik dengan orang lain.	31	27	
		5.3 Memiliki kemampuan komunikasi dengan orang lain.	21	42	
		5.4 Memiliki perhatian tentang kepentingan orang lain.	16	41	
		5.5 Bersikap senang berbagai rasa dan bekerjasama	9	5	
				22	20
	TOTAL			42	

Kriteria skala kecerdasan emosi siswa dikategorikan menjadi 3 yaitu: rendah, sedang dan tinggi. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT-NR}{K}$$

Keterangan:

i : interval
 $2NT$: nilai tertinggi
 NR : nilai terendah
 K : jumlah kategori

$$i = \frac{(42 \times 5) - (42 \times 1)}{3} = \frac{211 - 42}{3} = 56$$

Tabel 3.4 Kriteria Kecerdasan Emosi

Interval	Kriteria
>155	Tinggi
98-154	Sedang
41 – 97	Rendah

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat kecerdasan emosi dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan kecerdasan emosi yang rendah pada siswa.

F. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosi

Validitas merupakan kepercayaan terhadap instrumen penelitian. Validitas mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen

pengukuran (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Suatu tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan diadakannya pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan validitas isi atau *content validity*. Menurut Azwar (2014 : 132), menguji validitas isi dapat digunakan pendapat para ahli (*judgment experts*). Untuk menguji validitas isi setelah instrumen disesuaikan tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgments experts*).

Uji validitas dilakukan terhadap skala kecerdasan emosi dalam pengembangan aspek-aspek kecerdasan emosi. Item-item pernyataan yang terdapat dalam skala akan diujikan (*judgement expert*) dengan beberapa dosen-dosen bimbingan dan konseling di Universitas Lampung untuk mendapatkan ketepatan item yang tepat digunakan. Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu bapak Drs. Syaifudin Latif, M.Pd, ibu Yohana Oktarina, S.Pd., M.Pd dan ibu Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons. Berdasarkan hasil uji ahli terdapat 50 item yang dinyatakan sesuai dan layak untuk uji coba.

Setelah dilakukan uji ahli terhadap terhadap instrumen skala kemudian dilakukan uji coba dan analisis aitem yang dilakukan dengan analisis faktor,

yaitu dengan mengkorelasikan antar skor aitem instrumen dalam suatu faktor dan megkorelasikan skor faktor dengan skor total. Untuk mengukur validitas peneliti menggunakan rumus korelasi *pearson product moment* (Arikunto, 2011: 170 sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi antara x dan y

N = jumlah subjek

X = skor item

Y = skor total

$\sum X$ = jumlah skor item

$\sum Y$ = jumlah skor total

$\sum X^2$ = jumlah kuadrat skor item

$\sum Y^2$ = jumlah kuadrat skor total

Uji coba skala kecerdasan emosi disebar ke sebanyak 30 siswa untuk dijadikan sample penguji validitas. Hasil uji coba yang didapatkan dari perhitungan *product moment* menggunakan SPSS 16 adalah dari 50 butir pernyataan, terdapat 8 item yang dinyatakan tidak valid. Hal ini diperoleh dari perhitungan $r_{tabel} < r_{hitung}$. Berdasarkan hasil pengolahan data tersebut terdapat 42 item yang valid dan angka validitas berkisar dari 0,380 hingga 0,739.

2. Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosi

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Uji reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut adalah baik. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya pula. Uji reliabilitas dihitung dan dianalisis dengan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 16 menggunakan rumus Alpha cronbach.

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Jumlah butir pernyataan

Menurut Basrowi dan Kasinu (2006:244), untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria sebagai berikut :

Tabel 3.5 Kriteria Reliabilitas

Koefisien r	Kategori
0,8 – 1,000	Sangat tinggi
0,6 – 0,799	Tinggi
0,4 – 0,599	Cukup
0,2- 0,399	Rendah
0,0-0,199	Sangat rendah

Hasil perhitungan skala *kecerdasan emosi* menunjukkan bahwa skala yang digunakan memiliki reliabilitas sebesar 0,737. Berdasarkan kriteria reliabilitas pada tabel 3.5 diatas, maka realibilitas termasuk kriteria tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa instrumen dalam penelitian ini dapat digunakan dalam penelitian.

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data-data yang berkaitan dengan penelitian diperoleh, maka langkah selanjutnya yang harus dilakukan adalah pengolahan data dan analisa data.

Menurut Arikunto (2002) , analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar, sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus *uji wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Uji *Wilcoxon* merupakan perbaikan dari uji tanda.

Karena subjek penelitian kurang dari 25, maka distribusi datanya dianggap tidak normal (Sudjana, 2002:93) dan data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka statistik yang digunakan adalah *nonparametrik* (Sugiyono, 2012:210) dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Penelitian ini akan menguji *Pretest* dan *posttest*. Dengan demikian peneliti dapat

melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Sudjana, 2002:96):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*
 T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*
 N : Jumlah data sampel

Sedangkan kaidah pengambilan keputusan terhadap hipotesis dengan analisis data uji *wilcoxon* ini dilakukan dengan berdasarkan nilai Z hitung, dasar pengambilan keputusan yakni:

Jika Z hitung < Z tabel, maka Ha diterima

Jika Z hitung > Z tabel, maka Ha ditolak

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen diperoleh nilai Z hitung adalah -2,371, kemudian dibandingkan dengan Z tabel, dengan nilai $\alpha = 5\%$ adalah $0,05 = 1,645$. Hal ini menunjukkan bahwa Z hitung < Z tabel (-2,371 < 1.645). Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai Z sebesar -1,890, hal ini menunjukkan bahwa Z hitung < Z tabel (-1,890 < 1.645).

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah tahun ajaran 2015/2016, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

1. Kesimpulan Statistik

Kecerdasan emosional dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah tahun ajaran 2015/2016. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan kaidah keputusan berdasarkan nilai Z hitung sebesar -2.371 pada kelompok eksperimen yang artinya lebih kecil dari Z tabel ($-2.371 < 1.645$) sehingga H_{a1} diterima dan H_{o1} ditolak, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh Z hitung $< Z$ tabel ($-1.890 < 1.645$) dan jika dilihat dari persentase peningkatan, kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen rata-rata peningkatan sebesar $40,02\%$ lebih besar dibandingkan kelompok kontrol $1,23\%$ sehingga dapat dinyatakan bahwa H_{a2} ditolak dan H_{o2} diterima.

2. Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan penelitian adalah terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang berarti pada kelompok eksperimen melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah tahun ajaran 2015/2016. Hal ini ditunjukkan dari adanya peningkatan skor kecerdasan emosional secara berarti serta perubahan sikap positif yang ditandai adanya mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri, empati dan membina hubungan dengan orang lain dalam kecerdasan emosional pada anggota kelompok eksperimen setelah diberi layanan bimbingan kelompok.

B. Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada siswa SMP Negeri 3 Tulang Bawang Tengah hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosi yang penting dan bermanfaat kehidupan mereka sehari-hari.
2. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya menggunakan layanan bimbingan kelompok secara rutin untuk membantu kecerdasan emosional siswa.
3. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan kecerdasan emosi melalaui layanan bimbingan kelompok hendaknya

dapat menggunakan subjek anak-anak dan meneliti variabel lain yaitu play therapy dengan mengontrol aspek mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, empati dan membina hubungan dengan orang lain yang sudah diteliti sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abin Syamsuddin Makmun. 2004. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Agustian, Ari Ginanjar. 2001. *ESQ (Emotional Spiritual Quotient)*. Jakarta: Arga Publishing
- _____. 2010. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual (ESQ)*. Jakarta: Arga
- Alder, Harry. 2001. *Boost Your Intelligence*. Jakarta : Erlangga
- Ali, M & Mohammad Asrori. 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis (Revisi IV)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Rineka Cipta
- Basrowi dan Kasinu. 2006. *Metodologi Penelitian Sosial*. Kediri : Jenggala Pustaka Utama
- Creswell, John W. 2012. *Reseach Design*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Elias, Maurice J. 2003. *Cara-cara Efektif Mengasah IQ Remaja (Mengasah dengan Cinta, Canda dan Disiplin)*. Bandung: Bandung Kaifa.
- Fikri. 2016. *Merdeka*. Rebutan Pacar, Siswa SMP dikroyok. 15 Maret, hlm. 7, vol. 25.
- Gardner, H. 2003. *Multiple Intelegences (Kecerdasan Majemuk teori dan Praktik Terjemahan)*. Batam : PT. Intel Aksara.

- Goleman, Daniel. 1995. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama
- _____. 2000. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama
- _____. 2015. *Emotional intelligence (kecerdasan emosional) mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hurlock E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Hartinah, Siti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama
- Hikmawati, Fenti. 2010. *Bimbingan Konseling*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2000. *Psikologi Agama*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Margono, S. 1996. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Pt. Asdi Mahasatya
- Mashar, Riana. 2011. *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta : Kencana
- Mugiarso, H. 2007. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang : UPT Unnes Press.
- Nazir, M. 2005. *Metodelogi Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nurnainingsih. 2011. *Efektifitas Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi siswa SMP Negeri 2 Cicalengka*. (Tesis). Universitas Negeri Bandung. Bandung
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2007. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan konseling kelompok (dasar dan Profil)*. Padang: Ghalia Indonesia.
- _____. 2001. *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Rachman, Eillen. 2005. *Mengoptimalkan Kecerdasan Anak dengan Mengasah IQ dan EQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Ramli, M. 2007. *Model Konseling Melalui Permainan Simulasi Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emotional Siswa Sekolah Menengah Pertama (Studi Pengembangan pada siswa SMP di Kota Malang)*. Disertasi. Universitas Pendidikan Bandung. Bandung
- Republik Indonesia. 2003. *Undang-Undang No.23 Tentang Sistim Pendidikan Nasional*. Lembaran Negara RI Tahun 2003, No. 5. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta.
- Rizal. 2015. *Kompas*. Tak Tahan Diejek, Siswa SMP Bacok Teman. 12 Mei, hlm. 7, Vol 31.
- Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Konseling*. Malang : Universitas Malang.
- _____. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Malang.
- Chamundeswari, S. (2013). “*Emotional Intelligence and Academic Achievement among Students at the Higher Secondary Level*”. *Journal of Academic Research in Economics and Management Science*. 2 (4), 178-186.
- Santrock, John W. 2011. *Masa Perkembangan Anak (Buku 2)*. Jakarta : Salemba Humanika
- Simanjuntak. 2016. *Liputan6*. Pembunuhan Sadis Eno. 17, Mei 2016.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuntitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sunar, P, Dwi. 2010. *Edisi Lengkap Tes IQ, EQ, dan SQ*. Yogyakarta: FreshBooks Winkel. W.S dan Hastuti, MM.S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : Unnes Press.
- Yusuf, Syamsu. 2000. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____. 2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosdakarya