

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
KEMATANGAN EMOSI SISWA KELAS XI IPS D
SMA NEGERI 06 KOTA BENGKULU**

Bayu Anggara Saputra, Hadiwinarto, Syahruman
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu
b.anggara42@yahoo.com, hadiwin@unib.ac.id, syahruman@unib.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperimen dengan *one- group pre-test post-test desain*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 10 orang siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kematangan emosi. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok dengan peningkatan kematangan emosi. Hal ini ditunjukkan dari hasil uji perbedaan tingkat kematangan emosi ($Z=-2.805$, maka $p<0,05$), sehingga ditarik kesimpulan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok berpengaruh dalam kematangan emosi siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu.

Kata kunci: kematangan emosi, bimbingan kelompok

**THE EFFECT OF GROUP COUNSELING SERVICES ON
MATURITY EMOTIONS STUDENT CLASS XI IPS D
SMA NEGERI 06 BENGKULU CITY**

ABSTRACT

This study aimed to describe the effect of group counseling services on maturity emotions student class XI IPS D SMA Negeri 06 Bengkulu city. The method in this study is a quasi experimental method with one group pre-test and post-test desain. Sample of this study were 10 students from class XI IPS D SMA Negeri 06 Bengkulu city. Taken by technique purposive sampling. Data collection technique in this study using a scale of maturity emotions . the results obtained in the study indicate there is a significant effect of group counseling guidance in improve maturity emotions. This is indicate from the test results of different levels of maturity emotions ($Z= -2.805$, then $p <0,05$), so it is concluded that the implementation of group guidance influential in maturity emotions SMA Negeri 06 Bengkulu City.

Keywords: maturity emotions, group counseling

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk anak-anak di Indonesia, seperti yang tertera dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 tahun 2003 dalam bab II pasal 3 bahwa:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis

serta bertanggung jawab. (<http://sindikker.dikti.go.id/dok/UU/UU20-2003-Sisdiknas.pdf>)

Pendidikan juga dipercaya sebagai wadah yang dapat membangun kecerdasan peserta didik serta membantu proses perkembangan peserta didik, salah satu proses perkembangan peserta didik yaitu dalam perkembangan emosi. Tugas perkembangan pada masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku seperti anak-anak dan berusaha mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kedewasaan seseorang itu dapat dilihat dari kematangan emosinya. Menurut Kartono (dalam Purwanti 2010: 4) kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional Menurut Chaplin (dalam Darmawanti dan Nashuka 2013: 94), kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, sehingga individu tidak lagi menampilkan pola emosional seperti pada anak-anak. Kematangan emosi remaja usia sekolah diharapkan dengan kemampuannya mengatur waktu belajar, waktu menyelesaikan tugas, waktu menikmati liburan, mengatur hubungan dengan teman dan segala sesuatu yang berkaitan dengan mengelola dan mengendalikan emosi kearah positif.

Sehubungan dengan aspek perkembangan remaja, pada saat ini ditemukan banyak permasalahan emosional remaja berupa gejala-gejala tekanan perasaan, dan frustrasi. Hal inilah yang menjadi masalah bagi individu yang masih dalam proses perkembangannya.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang sesuai untuk mengatasi masalah tentang kematangan emosi siswa, salah satunya adalah dengan kegiatan

layanan bimbingan kelompok. menurut Prayitno (2004: 1) Bimbingan Kelompok yaitu mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan, pribadi dan pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Salah satu tujuan dari bimbingan kelompok menurut Prayitno (1995: 178) mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif).

Sejalan dengan pengertian dan tujuan dari bimbingan kelompok, dapat kita simpulkan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok sangat cocok dalam mengentaskan masalah siswa mengenai kematangan emosi siswa khususnya bagi siswa yang belum mampu mengontrol atau mengendalikan emosi, karena dapat dilihat dari tujuan bimbingan kelompok yaitu untuk mengendalikan diri dan menahan emosi siswa dan dengan melakukan layanan bimbingan kelompok siswa akan terlatih dalam mengendalikan diri serta mengontrol emosinya.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan cara memberikan layanan bimbingan kelompok kepada kelompok eksperimen. Proses penelitian yang

dilakukan dalam penelitian ini adalah *pre eksperimental design* dengan jenis desain *one group pre-test and post-test design* karena tidak ada perbandingan dengan kelompok kontrol, sehingga satu kelompok tes diberikan satu perlakuan yang sama sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu (Emzir, 2015: 96).

Penelitian ini melakukan dua kali pengukuran, pengukuran yang pertama dilakukan sebelum memberikan layanan bimbingan kelompok dan pengukuran yang kedua dilakukan setelah layanan bimbingan kelompok diberikan kepada responden atau sampel penelitian. Berdasarkan pendapat diatas, penelitian ini menjelaskan antara variabel (X) dan variabel (Y) yang merupakan variabel bebas (X) yaitu Bimbingan kelompok dan variabel terikat (Y) yaitu kematangan emosi. penelitian ini menjelaskan Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kematangan Emosi Siswa Di SMA Negeri 06 Kota Bengkulu.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok yang diberikan kepada sampel penelitian yang berjumlah 10 orang. Peneliti terlebih dahulu mengklasifikasikan skor sampel dalam pengisian instrument angket. Angket yang diberikan adalah angket skala *likert* yang

memiliki 5 jawaban yaitu sangat setuju, setuju, kurang setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju. Jenis angket juga ada 2 yaitu angket pernyataan positif dan angket pernyataan negatif. Untuk memperoleh sampel penelitian sebanyak 10 orang yang memiliki kematangan emosi yang rendah peneliti melakukan *pre-test* terlebih dahulu.

Berikut ini deskripsi data kematangan emosi siswa yang memiliki skor rendah berdasarkan pada hasil skor *pre-test*.

Tabel 1.
Skor Total *Pre-test*

	Responden	Skor	Kategori
Jumlah	10 orang	1000	
Mean		100	Rendah

Skor *pre-test* kematangan emosi berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 10 orang siswa, semuanya memiliki skor *pre-test* rendah. Rata-rata skor *pre-test* sebesar 100 menunjukkan bahwa skor rata-rata termasuk pada kategori rendah.

Setelah diberikan bimbingan kelompok, angket untuk menilai kematangan emosi siswa yang diberikan saat mengukur *pre-test* diberikan lagi kepada siswa guna mengukur kemampuan kematangan emosi. Angket *post-test* yang digunakan sama seperti angket saat

diberikannya *pre-test*. Berdasarkan angket yang telah diberikan diperoleh skor total *post-test* sebagai berikut :

Tabel 2.
Skor Total *Post-Test*

	Responden	Skor	Kategori
Jumlah	10 orang	1617	
Mean		161,7	Tinggi

Berdasarkan tabel skor *post-test* kematangan emosi pada siswa yang diperoleh dari 10 orang siswa, terdiri dari 7 orang siswa yang memiliki skor *post-test* dengan kategori tinggi, Kemudian 3 orang siswa memiliki skor *post-test* sedang. Rata-rata skor *post-test* sebesar 161,7 menunjukkan bahwa skor rata-rata termasuk pada kategori tinggi.

Uji validitas angket untuk penelitian ini dilakukan oleh tiga orang ahli. Untuk menguji validitas angket menggunakan rumus *Content Validity Ratio* (CVR) dimana rumus ini sangat cocok digunakan karena pengukuran validitas dapat mengukur aspek-aspek yang mewakili apa yang hendak diukur, Penelitian ini menggunakan validitas isi, yaitu mengukur sejauh mana alat isi pengukur tersebut mewakili seluruh aspek yang dianggap sebagai kerangka konsep yang akan diukur (Martono, 2014: 100).

Uji Reliabilitas Menurut Sukardi (2003: 127) reliabilitas sama dengan konsistensi atau keajekan. Suatu instrumen penelitian dikatakan mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi, apabila tes yang dibuat mempunyai hasil yang konsisten dalam mengukur yang hendak diukur. Uji pengumpulan data akan diuji reabilitasnya menggunakan program komputer paket statistical packages for sosial science (SPSS) for window release 16. Untuk mengukur reliabilitas digunakan rumus Alpha Cronbach.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah menguji pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu. Maka untuk menguji hipotesis tersebut penelitian menggunakan metode analisis data yang *statisticnon parametric*. Cara mengambil keputusan hipotesis diterima atau ditolak adalah jika nilai z bernilai negative dan uji nilai Sig. (2tailed) $< 0,05$ berarti adanya peningkatan dari sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.

Pengajuan hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *Uji Wilcoxon* yaitu:

H_a : Terdapat pengaruh bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu.

H_0 : Tidak terdapat pengaruh bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu.

Hasil analisis uji Wilcoxon dapat dilihat dalam perhitungan pada table di bawah ini :

Tabel 3.
Kerja Uji Wilcoxon

	Postest- pretest
Z	-2.805
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

Berdasarkan hasil perhitungan pada table 4.9 untuk uji Wilcoxon, dapat dilihat bahwa nilai z , yaitu -2,805 dengan signifikan adalah 0,005 yang berarti nilai signifikan $0,005 < 0,05$. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan dari sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa yang memiliki kematangan emosi yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap kematangan emosi siswa.

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa SMA Negeri 06 Kota Bengkulu didapatkan hasil bahwa kematangan emosi siswa berpengaruh terhadap layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok rencana dilakukan pada 15 orang siswa dimana 10 orang sebagai sampel sedangkan 5 orang lainnya sebagai pembentuk dinamika kelompok.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan 10 orang siswa tergolong efektif. Hal ini diperkuat oleh Prayitno (2004: 36) bahwa “jumlah anggota dalam bimbingan kelompok dibatasi 10-15 orang”.

Keberhasilan anggota kelompok ditunjukkan perubahan perilaku pada setiap proses kegiatan bimbingan kelompok, hal ini dikarenakan pada saat proses pelaksanaan anggota kelompok antusias dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, anggota kelompok juga memahami materi-materi yang diberikan selama proses kegiatan bimbingan kelompok. Peningkatan kemampuan kematangan emosi siswa terdiri dari 5 sub variabel, yaitu kontrol diri dan emosi, pengambilan keputusan, penerimaan diri, tanggung jawab, mampu menyelesaikan masalah.

Menurut Hurlock (dalam Ningsih dan Praktiko, 2012 : 595), ciri orang yang memiliki kematangan emosi yaitu dapat melakukan kontrol diri dan emosi yang bisa diterima secara sosial. Individu yang

emosinya matang mampu mengontrol ekspresi emosi yang tidak dapat diterima secara sosial atau membebaskan diri dari energi fisik dan mental yang tertahan dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Sejalan dengan pendapat diatas memang salah satu ciri orang yang memiliki kematangan emosi itu dapat mampu mengontrol ekspresi emosinya, terlihat dari tingkah laku perubahan siswa dalam menerima dan mengeluarkan pendapat dari temanya yang dari awal belum bisa mengekspresikan emosi sehingga mampu mengekspresikan emosinya didalam melakukan bimbingan kelompok. Setiap anggota kelompok memahami bahwa pengontrolan diri dan emosi itu sangat dibutuhkan dalam kehidupan bersosial karena mereka sadar bahwa manusia itu adalah makhluk sosial dan membutuhkan orang lain. Mereka memahami bahwa kita tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. Dan juga peningkatan emosi siswa dalam mengendalikan emosinya karena materi layanan yang disampaikan sejalan dengan kriteria yang mampu membuat seseorang itu merubah sikap dan pegontrolan diri seseorang sehingga dia mampu mengontrol diri dan emosinya.

Kemudian ciri orang yang memiliki kematangan emosi juga dapat dilihat dari

seseorang menggunakan kemampuan kritis mental. Individu yang matang berusaha menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya, kemudian memutuskan bagaimana cara bereaksi terhadap situasi tersebut. Dilihat dari dinamika kelompok yang muncul, dalam pengambilan keputusan dari setiap anggota kelompok sudah mulai tampak baik, perilaku setiap anggota kelompok secara langsung dapat dilihat perubahannya ketika anggota kelompok diberikan pertanyaan sebanyak beberapa kali mengenai sebuah keputusan dan juga dapat dilihat dari anggota kelompok dalam mengembangkan pikiran dengan cara menanggapi sebuah keputusan.

Menurut Walgito (dalam Indarwati, 2011: 21) ciri kematangan emosi dapat dilihat dari seseorang itu dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti adanya, sesuai dengan keadaan obyektifnya. Hal ini disebabkan karena seseorang yang lebih matang emosinya dapat berpikir secara lebih baik, dapat berpikir secara obyektif. sejalan dengan pendapat diatas memang ada beberapa anak yang mampu berpikir secara obyektif dan dia mampu menerima dirinya dan mampu menerima orang lain. Peningkatan dalam aspek penerimaan diri dan penerimaan orang lain sudah dapat dilihat lebih baik dibandingkan pada awal

kegiatan bimbingan kelompok. Pada awal kegiatan bimbingan kelompok anggota kelompok tidak mampu menerima dirinya sebagai orang yang penting bagi orang lain.

Menurut Walgito (dalam Indarwati, 2011: 21) kematangan emosi dapat dilihat dari seseorang yang memiliki tanggung jawab yang baik. Pada awal bimbingan anggota kelompok hanya berbicara tanpa alasan dan tujuan yang jelas, tetapi setelah melakukan beberapa kali bimbingan kelompok anggota kelompok sudah mulai terlihat berani mengungkapkan pendapat mereka serta mereka berani bertanggung jawab dari apa yang sudah dikatakannya dan berani memberi alasan yang jelas dari jawaban anggota kelompok berdasarkan pertanyaan yang diberikan pemimpin kelompok. Para anggota kelompok sudah berani bertanggung jawab atas apa yang dikatakannya.

Menurut Walgito (dalam Indarwati, 2011: 21) seseorang dapat dikatakan matang dalam emosi apabila mampu menyelesaikan masalah serta mengekspresikan emosinya dengan baik. Pada proses bimbingan kelompok, anggota kelompok menunjukkan sikap positif dalam memberikan pendapat, tanggapan, dan lain-lain, Juga anggota kelompok sudah sangat baik dalam melihat serta berpikir melalui sudut pandang yang lain. Anggota

kelompok sudah bisa mengekspresikan emosinya serta sudah dapat menanggapi emosinya dengan cara melakukan hal-hal yang positif. Hal ini terlihat dari diskusi mereka mengenai cara mereka dalam mengekspresikan emosinya kearah yang positif dan juga terlihat dari tingkah laku mereka yang mulai bisa mengontrol keadaan emosinya.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok yang diberikan menggunakan kelompok tugas, hal inilah yang paling utama sehingga terarah apa yang menjadi tujuan pada penelitian ini. Dari topik-topik yang dibahas merupakan pengembangan dari aspek-aspek kematangan emosi, dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir merupakan rangkaian satu kesatuan yang saling berkaitan dari setiap topik yang dibahas, sehingga ketika mengikuti kegiatan yaitu layanan bimbingan kelompok dengan baik.

Dapat disimpulkan bahwa semakin sering memberikan bimbingan kelompok maka akan semakin baik kematangan emosi siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. Maka hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan "Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu" dapat diterima.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan telah diperolehnya kesimpulan, yaitu:

Kematangan emosi siswa SMA Negeri 06 Kota Bengkulu kelas XI IPS D sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok menunjukkan pada kategori rendah. Jumlah rata-rata skor pre-test siswa adalah 100. Hal tersebut bermakna bahwa kematangan emosi siswa masih kurang menjalani pengendalian emosi di dalam kehidupannya sehari-hari.

Kematangan emosi siswa SMA Negeri 06 Kota Bengkulu kelas XI IPS D setelah diberikan layanan bimbingan kelompok kematangan emosi 10 orang siswa yang memiliki kategori kematangan emosi yang rendah tersebut meningkat menjadi sedang dan tinggi dengan jumlah skor pretest yaitu 1000 dan jumlah skor post-test yaitu 1617, dengan begitu skor peningkatan pada 10 orang siswa yaitu 617, yang berarti terjadi peningkatan yang signifikan.

Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa di SMA Negeri 06 Kota Bengkulu setelah siswa diberikan layanan bimbingan kelompok sebanyak 5 kali pertemuan. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis data yang menunjukkan bahwa nilai

$p=0,005 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kematangan emosi siswa di SMA Negeri06 Kota Bengkulu.

Daftar Pustaka

Emzir. (2015). *Metodologi penelitian pendidikan*. Jakarta: PT. Raja grafindo persada.

Indarwati. (2011). "Hubungan antara tingkat keharmonisan keluarga dan kematangan emosi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bergas". *Skripsi*. Semarang: Universitas Semarang.

Martono, Nanang. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif (*analisis isi dan analisis data skunder*). Jakarta: PT.Rajagrafindo Persadah

Martono, Nanang. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif (*analisis isi dan analisis data skunder*). Jakarta: PT.Rajagrafindo Persadah

Nashuka, Farokhatin dan Darmawanti. (2013). "Perbedaan kematangan emosi remaja ditinjau dari struktur keluarga". *Jurnal psikologi*. Universitas Negeri Semarang. Vol 3. No 2. 94.

Ningsih, R. Praktiko, H. (2011). Konsep diri, kematangan emosi, dan kecenderungan menyontek. *Jurnal psikologi*. Universitas PGRI kediri dan Universitas 17 Agustus 1945. Surabaya. Vol 07. No 02. 595.

Prayitno. (2014). *Seri kegiatan pendukung konseling*. Padang: Fkip UNP.

Purwanti, Ika. (2010). Hubungan antara pola asuh demokratis dengan

kematangan emosi pada siswa SMA Negeri 9 Samarinda. *Jurnal Psikologi*. Samarinda : Vol 01. NO 1

Sukardi. (2003). *Metode penelitian pendidikan*. Jakarta: Bumi aksara.

Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 tentang Pendidikan Nasional