

**MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA  
MELALUI TEKNIK DISKUSI KELOMPOK  
DI MTsN 2 BANDA ACEH**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh**

**PUTRA FAJRILLAH**

**NIM. 150213086**

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
Prodi Bimbingan dan Konseling**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING  
BANDA ACEH  
2019 M/1440 H**

**MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA  
MELALUI TEKNIK DISKUSI KELOMPOK  
DI MTsN 2 BANDA ACEH**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)  
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh  
Sebagai Beban Studi Untuk memperoleh Gelar Sarjana  
Prodi Bimbingan dan Konseling

**Diajukan Oleh**

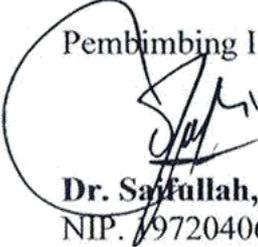
**PUTRA FAJRILLAH**

**NIM. 150213086**

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
Prodi Bimbingan dan Konseling

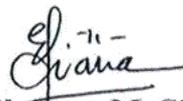
Disetujui oleh:

Pembimbing I

  
**Dr. Saifulah, M. Ag**

NIP. 197204062001121001

Pembimbing II

  
**Elviana, M. Si**

NIP. 197806242014112001

**MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA  
MELALUI TEKNIK DISKUSI KELOMPOK  
DI MTsN 2 BANDA ACEH**

**SKRIPSI**

Telah Diujikan oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus  
serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)  
Dalam Ilmu Pendidikan

Pada Hari/Tanggal :

Selasa, 07 Januari 2020 M  
11 Jumadil Awal 1441 H

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

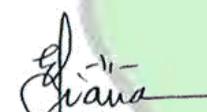
Ketua,

  
**Dr. Saifullah, M. Ag**  
NIP. 197204062001121001

Sekretaris

  
**Irman Siswanto, S. Pd. I**

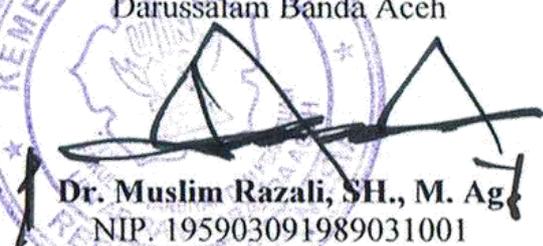
Penguji I,

  
**Elviana, M. Si**  
NIP. 197806242014112001

Penguji II,

  
**Nuzliah, M. Pd**  
NIDN. 2013049001

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry  
Darussalam Banda Aceh

  
**Dr. Muslim Razali, SH., M. Ag**  
NIP. 195903091989031001

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putra Fajrillah  
NIM : 150213086  
Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan  
Judul Skripsi : Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Melalui Teknik Diskusi Kelompok di MTsN 2 Banda Aceh

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggungjawabkan;
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain;
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya;
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data;
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini.

Bila di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat bertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Banda Aceh, 3 Januari 2020

Yang menyatakan,



  
Putra Fajrillah  
NIM. 150213086

## ABSTRAK

Nama : Putra Fajrillah  
NIM : 150213086  
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan dan Konseling  
Judul : Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa melalui Teknik Diskusi Kelompok di MTsN 2 Banda Aceh  
Tanggal Sidang : 7 Januari 2020  
Tebal Skripsi : 74  
Pembimbing I : Dr. Saifullah, M.Ag  
Pembimbing II : Elviana, M.Si

Kata Kunci : Teknik Diskusi Kelompok, Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan seseorang dalam mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi atau kemampuan seseorang dalam mengaplikasikan tindakannya. Apabila siswa tidak memiliki emosional yang matang dalam arti kecerdasan emosional tersebut masih rendah maka akan menghambat perkembangannya baik dalam bidang pribadi maupun sosial. Namun kenyataan yang terjadi di MTsN 2 Banda Aceh terdapat beberapa siswa yang belum memahami tentang kecerdasan emosional sehingga perlu upaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional tersebut dengan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah kecerdasan emosional siswa meningkat dengan pemberian teknik diskusi kelompok dan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecerdasan emosional siswa meningkat dengan pemberian teknik diskusi kelompok. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dengan *desain one group pre-test post-test*. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa dari kelas VIII-3 dan VIII-4 dengan jumlah 62 siswa MTsN 2 Banda Aceh. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non random probability sampling* dengan jenis *purposive sampling* dengan total sampel berjumlah 9 siswa yang memiliki skor nilai terendah, teknik pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosional. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan kecerdasan emosional yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan *treatment* hal ini dibuktikan melalui skor rata-rata *pretest* dan *posttest*. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa di MTsN 2 Banda Aceh.

Kata Kunci : Teknik Diskusi Kelompok, Kecerdasan Emosional

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, Puji Syukur Penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat dan karunia-Nya serta taufik dan hidayah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan para pengikut sampai hari kiamat nanti. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada perguruan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Judul yang penulis ajukan adalah **“Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Melalui Teknik Diskusi Kelompok di MTsN 2 Banda Aceh”**.

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Saifullah, M.Ag, Selaku pembimbing I yang selalu bijaksana memberikan bimbingan, nasehat serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi ini.
2. Ibu Elviana, S.Ag., M.Si, Selaku pembimbing II yang telah memberikan nasehat, mencurahkan perhatian, serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis hingga selesainya skripsi ini. Terimakasih tak terhingga atas kesabaran serta motivasi yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh dosen beserta Staf Prodi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.

4. Bapak Drs. Ihsan, M.A, Selaku kepala sekolah MTsN 2 Banda Aceh yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di MTsN 2 Banda Aceh.
5. Teristimewa ayahanda Abdullah Ismail dan Ibunda tercinta Yusridha yang selama ini telah membantu peneliti dalam bentuk perhatian, kasih sayang, motivasi, dukungan serta do'a yang tiada henti-hentinya mengalir demi kelancaran dan kesuksesan peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Semoga karya yang sederhana ini dapat menjadi salah satu wujud bukti dan ungkapan rasa terimakasih yang tak terhingga.
6. Yang tercinta kakak Nurul Huda dan Sri Waidah serta abang Yudi al Rahmat, Faisal dan Haikal Saputra yang selama ini telah memberikan dorongan, motivasi dan semangat kepada peneliti.
7. Keluarga besarku yang selalu memberikan dukungan, yang selalu menanti-nanti kelulusanku untuk menjadi sarjana, serta memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
8. Teman-teman tersayang Kintana, Zarul Raisa, Siti Safura, Rina Ridara, Humaira, Devi Maulidia, dan seluruh teman-teman bimbingan dan konseling angkatan 2015 khususnya unit 03, terima kasih untuk kebersamaannya selama ini, yang sudah memberikan motivasi dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan baik dalam isi maupun penyusunannya, untuk itu masukan berupa kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kesempurnaan dan kemajuan dimasa akan datang. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis serahkan segalanya mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan semua pihak serta dapat menjadi amal ibadah.

Banda Aceh, 3 Januari 2020

Penulis,

## DAFTAR ISI

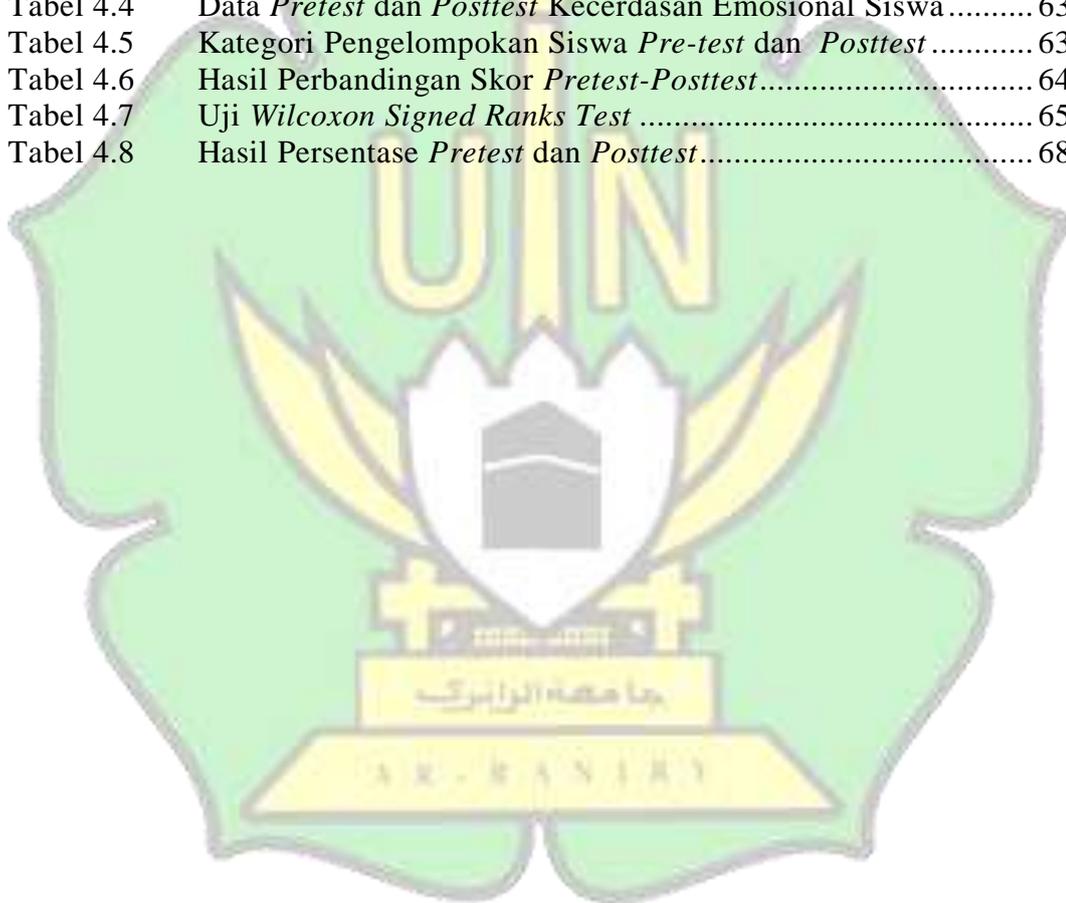
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>PENGESAHAN</b>	
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Hipotesis Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	9
F. Definisi Operasional.....	11
<b>BAB II LANDASAN TEORETIS</b>	
A. Pengertian dan Tujuan Bimbingan Kelompok .....	13
B. Tahapan dan Teknik Bimbingan Kelompok .....	17
C. Pengertian dan Manfaat Diskusi Kelompo.....	22
D. Tahap-tahap Diskusi Kelompok.....	26
E. Kecerdasan Emosional .....	27
1. Pengertian Kecerdasan Emosional .....	27
2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....	30
3. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional.....	34
4. Ciri-ciri Kecerdasan Emosional .....	37
5. Komponen-Komponen Kecerdasan Emosional.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	41
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
C. Instrumen Pengumpulan Data .....	45
1. Validitas .....	47
2. Reliabilitas.....	51
D. Teknik Pengumpulan Data .....	52
E. Teknik Analisis Data .....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	55
B. Hasil Penelitian .....	57
C. Penerapan Teknik Diskusi Kelompok dalam Meningkatkan Kecerdasaan emosional.....	67
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan.....	70
B. Saran.....	71

DAFTAR PUSTAKA .....	72
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	75
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	114



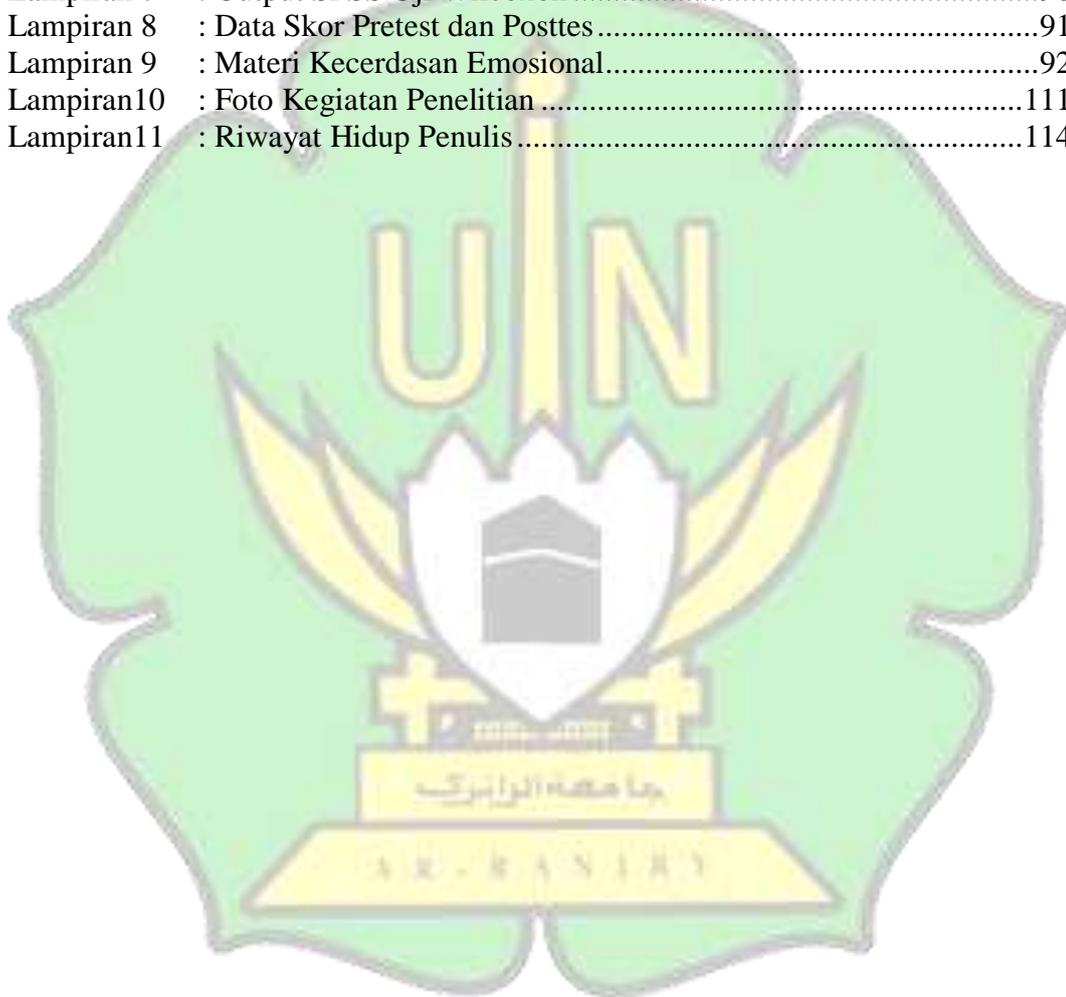
## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>One Group Pretest-Posttest Design</i> .....	42
Tabel 3.2	Kisi-kisi Skala Kecerdasan Emosional.....	46
Tabel 3.3	Kategori Pemberian Skor .....	47
Tabel 3.4	Hasil Perhitungan Skala Kecerdasan Emosional Setelah di Uji .....	48
Tabel 3.5	Hasil Validitas dan Non Validitas .....	51
Tabel 3.6	<i>Reliabilitas Statistics</i> .....	52
Tabel 4.1	Data Siswa MTsN 2 Banda Aceh .....	57
Tabel 4.2	Skor <i>Pre-test</i> Siswa.....	59
Tabel 4.3	Skor <i>Posttest</i> Siswa MTsN 2 Banda Aceh .....	62
Tabel 4.4	Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecerdasan Emosional Siswa .....	63
Tabel 4.5	Kategori Pengelompokan Siswa <i>Pre-test</i> dan <i>Posttest</i> .....	63
Tabel 4.6	Hasil Perbandingan Skor <i>Pretest-Posttest</i> .....	64
Tabel 4.7	Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> .....	65
Tabel 4.8	Hasil Persentase <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	68



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Surat Keputusan (SK) Penunjukan Pembimbing .....	75
Lampiran 2	: Surat Izin Penelitian .....	76
Lampiran 3	: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Kepala Sekolah MTsN 2 Banda Aceh.....	77
Lampiran 4	: Hasil Judgment Instrument.....	78
Lampiran 5	: Skala Kecerdasan Emosional .....	80
Lampiran 6	: Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	84
Lampiran 7	: Output SPSS Uji Wilcoxon .....	90
Lampiran 8	: Data Skor Pretest dan Posttes .....	91
Lampiran 9	: Materi Kecerdasan Emosional.....	92
Lampiran10	: Foto Kegiatan Penelitian .....	111
Lampiran11	: Riwayat Hidup Penulis .....	114



## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Madrasah Tsanawiyah (MTs) merupakan salah satu bentuk satuan pendidikan dasar formal dimana penyelenggaraan pendidikan dalam jangka 3 tahun. Pendidikan MTs dilandaskan untuk tercapainya fungsi pendidikan bagi pengembangan pengetahuan dan pembentukan watak, dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa yang bertujuan untuk perkembangan siswa. Pendidikan sebagai pembentukan pribadi diartikan sebagai salah satu kegiatan yang sistematis terarah pada terbentuknya kepribadian pribadi. Dalam masa ini, siswa yang berada pada masa perkembangan remaja dikatakan dalam usia rentan, dimana remaja harus meninggalkan kebiasaannya ketika masa kanak-kanak, dan dituntut untuk memenuhi tugas perkembangan yang tidak mudah. Ada beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh siswa, diantaranya kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual. Pada umumnya tugas perkembangan yang rentan terjadi pada usia remaja yaitu kecerdasan emosional.

Kecerdasan Emosional (EQ) adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi, dan pengaruh yang manusiawi.<sup>1</sup> Kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang besar terhadap kesuksesan siswa, Seseorang dengan EQ yang tinggi dapat mempengaruhi perilaku orang lain baik secara positif maupun negatif. Kemampuan ini tentu dapat sangat menguntungkan bagi seseorang dalam

---

<sup>1</sup> Darmansyah, *Strategi Pembelajaran Menyenangkan dengan Humor*, (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2010), h. 123.

kehidupan sehari-hari, dengan kecerdasan emosional yang tinggi memudahkan siswa untuk bekerja sama dengan orang lain, *fleksibel*, dan mudah beradaptasi dengan lingkungan baru. Meskipun seseorang memiliki IQ yang tinggi dan memiliki kualitas pemikiran yang baik, tanpa EQ yang tinggi, sulit bagi orang tersebut untuk menjadi sukses. Sangat diharapkan setiap siswa bisa menanamkan kecerdasan emosionalnya dengan baik agar mempermudah siswa tersebut dalam berkembang dan meraih kesuksesan.

Berdasarkan hasil observasi pada *media sosial whatsapp*, ditemukan banyak siswa yang membuat status marah, berkata kasar, meluapkan kekecewaannya, serta berbalas status *whatsapp*.<sup>2</sup> Hal itu juga diperkuat dengan hasil informasi yang peneliti dapatkan dari guru BK dimana siswa merasa puas telah melakukan tindakan seperti hal di atas. Seperti diketahui akhir-akhir ini terjadi peristiwa yang memilukan yaitu siswa SMPN 17 Pontianak yang dianiaya karena berawal dari sindiran di *whatsapp* dan asmara.<sup>3</sup> Beberapa peristiwa di atas merupakan kasus tindak kekerasan yang dilakukan oleh remaja yang tidak mampu dalam mengendalikan emosi dengan baik. Sehingga, berdampak buruk baik bagi dirinya maupun orang lain. Dimana masa remaja merupakan masa "*storm and drang*" (topan dan badai), masa penuh emosi dan ada kalanya emosiya meledak-ledak, yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai. Emosi yang menggebu-gebu ini ada kalanya menyulitkan, baik bagi si remaja maupun bagi orang tua atau

---

<sup>2</sup> Hasil Pengamatan Media Sosial whatsapp, 16 Juli 2019, Pukul 09.30 Banda Aceh.

<sup>3</sup> Dazen Vrilla, *Kasus Penganiyaan Audrey*, Liputan 6, Diakses 16 Juli 2019 Pukul 13.00 Banda Aceh

orang di sekitarnya.<sup>4</sup> Terlihat jelas bahwa pada masa remaja sangat rentan dengan kecerdasan emosional, karena kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan prestasi belajar pada remaja.

“Masa remaja yaitu masa perkembangan emosi yang tinggi, dimana pada masa remaja ini remaja tidak mampu untuk mengendalikan perasaan dan emosi pada dirinya. Dengan pengendalian emosi yang rendah dapat merugikan diri sendiri bahkan dalam berinteraksi sosial”.<sup>5</sup>

Remaja adalah makhluk sosial dimana selalu dihadapkan pada kenyataan bahwa remaja selalu hidup berdampingan dengan orang lain. remaja haruslah berbaur dengan lingkungan disekitarnya, remaja harus dapat diterima oleh lingkungan, salah satu yang mendukung keberhasilan ini adalah kecerdasan emosi. Kecerdasan emosional sangat mempengaruhi kehidupan seseorang terutama remaja, hal ini dikarenakan remaja memiliki emosi yang tidak dapat dikontrol, terlebih remaja dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan sosial.

Mengendalikan emosi penting bagi kita agar emosi yang kita miliki tidak merugikan diri sendiri dan orang lain. Orang yang paling sabar adalah orang yang paling tinggi kecerdasan emosionalnya. Selain itu kecerdasan emosional penting bagi kita terutama dalam mengembangkan kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri dan orang lain. Sebagian siswa tidak memahami kecerdasan emosional ini sebagai sesuatu yang harus dipelajari, mereka beranggapan bahwa kecerdasan emosional akan terbentuk dengan sendirinya. Namun pada

---

<sup>4</sup> Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2011), h. 13.

<sup>5</sup> Syamsu Yusuf, *Psikologi perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011), h. 42.

kenyataannya, tidak banyak yang mengerti tentang kecerdasan emosional. Semakin rendahnya kecerdasan emosional yang dimiliki siswa maka siswa tidak dapat mengontrol emosional pada dirinya sehingga interaksi sosial terhadap lingkungan sekitar dan prestasi belajarnya juga ikut terganggu.

Berkaitan dengan permasalahan yang terjadi, kecerdasan emosional sangat penting agar siswa dapat mengendalikan emosinya dengan tepat. Cara agar siswa dapat mengendalikan emosinya dapat dilakukan dengan memberikan layanan Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu-individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk membantu menyelesaikan masalah pada siswa dan mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa.<sup>6</sup>

Bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman, melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. Bimbingan kelompok juga salah satu layanan yang diberikan oleh seseorang yang ahli kepada sekumpulan kelompok siswa yang ditujukan untuk mencegah masalah pada siswa dan mengembangkannya. Bimbingan kelompok adalah salah satu upaya untuk mengubah sikap individu yang tidak dapat mengontrol emosionalnya. Dengan layanan bimbingan kelompok siswa dapat secara langsung melatih emosional yang ada pada dirinya. Terdapat beberapa teknik dalam layanan bimbingan

---

<sup>6</sup> Tatiek Romlah, *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), h. 3.

kelompok untuk dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa, salah satunya teknik diskusi kelompok.

Diskusi kelompok merupakan percakapan yang terencana antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan yang terpimpin.<sup>7</sup> Diskusi kelompok dilakukan dengan tujuan yang jelas dan terencana. Pelaksanaan diskusi kelompok terdapat seorang pemimpin yang bertugas mengatur jalannya diskusi agar tujuan dari diskusi kelompok dapat tercapai.

Menurut penelitian yang sudah dilakukan Sri Mulyani dengan judul Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Bimbingan Kelompok SMA Cinde Semarang Tahun Ajaran 2014/2015, dimana dalam penelitian ini medeskripsikan bahwa adanya peningkatan yang siswa dapatkan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa.<sup>8</sup> Penelitian lainnya juga telah dilakukan oleh Aji Khaerudin dengan judul penelitian Meningkatkan Kecerdasan Emosi melalui Bimbigan Kelompok dengan Menggunakan *Role Playing* pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Haq Tahun Ajaran 2014/2015, dimana dalam penelitian ini menyatakan bahwa bimbingan kelompok sangat membawa peningkatan terhadap kecerdasan emosional setelah pemberian post-test, dari rata-rata pre-test dari 123,63 menjadi 167,75 berdasarkan hasil penelitian bahwasanya bimbingan kelompok sangat efektif

---

<sup>7</sup> Tatiek Romlah, *Teori dan...*, h. 89.

<sup>8</sup> Sri Mulyani, *Upaya meningkatkan kecerdasan Emosi melalui bimbingan Kelompok pada siswa*, file:///D:/semester%206/seminar%20bk/Jurnal%20seminar/ipi251690.pdf, diakses tanggal 16 juli 2019.

dalam kecerdasan emosional siswa.<sup>9</sup> Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Desi Susilowati yang berjudul *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 01 Tanjung Sari Kabupaten Lampung Selatan Tahun Ajaran 2015/2016*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.<sup>10</sup>

Dari penelitian di atas menunjukkan bahwa layanan Bimbingan kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian-penelitian yang sudah dilakukan tersebut, maka membuktikan bahwa penelitian yang sudah dilakukan berhasil, dan mendapatkan peningkatan yang signifikan.

Menurut observasi yang peneliti lakukan pada magang III di MTsN 2 Banda Aceh. Peneliti melihat bahwasanya masih banyak siswa yang kurang dalam kecerdasan emosional, seperti tidak mengikuti peraturan sekolah, terlambat sekolah, tidak mengikuti upacara sekolah, tidak mau menerima kritik dan saran orang lain, sering menghabiskan waktu di kantin, sulit bekerja sama dengan kelompok, berkelahi, mengolok-ngolok teman, kedapatan merokok dan malas dalam belajar.<sup>11</sup> Peneliti juga melakukan konseling individual dengan siswa yang berkelahi dengan teman kelasnya, dimana permasalahannya adalah mengejek dan

---

<sup>9</sup> Aji Khaerudin, *Meningkatkan Kecerdasan emosi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan menggunakan Roll Playing*, file://D:/ semester % 206 / semina r%20bk/ Jurna l%20seminar /Skripsi%20Aji%20Khaerudin%20(1).pdf, diakses tanggal 16 juli 2019.

<sup>10</sup> Desi Susilowati, *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 01 Tanjung Sari Kabupaten Lampung Selatan*, <http://digilipb.unila.ac.id/23630/2/SKRIPSI%20TANPA%20BAB%20PEMBAHASAN.pdf>, diakses tanggal 16 juli 2019.

<sup>11</sup> Observasi MTsN 2 Banda Aceh, Tanggal 10 Oktober 2018.

berkata kasar sehingga menimbulkan masalah. Dari konseling individual tersebut timbullah inisiatif peneliti untuk mewawancarai siswa, dari hasil wawancara peneliti juga berkonsultasi dengan guru BK MTsN 2 Banda Aceh, guru Bk juga menyampaikan bahwasanya masih banyak siswa yang kecerdasan emosionalnya rendah. Sangat disayangkan jika rendah kecerdasan emosional berlarut-larut dalam perkembangan diri siswa. Karena rendahnya kecerdasan emosional pada siswa dapat membuat siswa cenderung tidak memiliki teman dan pada akhirnya mengganggu proses belajar siswa, secara tidak langsung itu mempengaruhi prestasi akademik atau belajar siswa baik dilingkungan sekolah maupun di lingkungan sekitar.

Permasalahan lainnya yang sering terjadi yaitu siswa memiliki permasalahan batin dalam artian siswa tidak berani untuk mengungkapkannya justru siswa lebih memilih diam, dimana seharusnya suatu permasalahan yang ada harus diceritakan agar siswa tidak jatuh ke penyakit stress, depresi, frustrasi dan sampai dengan ke bunuh diri, permasalahan lainnya siswa masih mengalami kesulitan untuk melakukan penyesuaian dengan lingkungan sekolah termasuk dalam penyesuaian pertemanan, mereka juga banyak yang tidak dapat mengatur suasana hati yang berlebihan seperti melebih-lebihkan kesenangan dan kesedihan yang baru saja mereka alami seperti sering berteriak-teriak dan tidak dapat mengontrol emosi saat marah. Kecerdasan emosional yang rendah dapat membuat siswa dijauhi teman cenderung tidak mampu membina hubungan dengan lingkungan sosialnya.

Dari Fenomena di atas peneliti dapat melihat bahwa benar masih banyak siswa pada sekolah tersebut kurang dalam kecerdasan emosional dan peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut. Penelitian yang akan peneliti lakukan berbeda dengan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan, yang mana penelitian yang akan peneliti gunakan yaitu menggunakan bimbingan kelompok untuk melihat adanya peningkatan kecerdasan emosional melalui teknik diskusi kelompok.

### **B. Rumusan masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Apakah kecerdasan emosional siswa meningkat dengan pemberian teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh” ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini “Untuk mengetahui kecerdasan emosional siswa meningkat dengan pemberian teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh”

### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan suatu dugaan yang kuat atau jawaban yang bersifat sementara.<sup>12</sup> Sesuai dengan judul penelitian, maka penulis mengajukan hipotesis yaitu:

$H_0$  = Tidak ada perbedaan peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diterapkannya teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.

---

<sup>12</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Prenadamedia, 2014), h. 136.

Ha = Ada perbedaan peningkatan kecerdasan emosional sebelum dan sesudah diterapkannya teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.

## E. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoretis

- Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dan memberikan masukan bagi ilmu bimbingan konseling, khususnya bagi guru BK di sekolah dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa di sekolah serta dapat memberikan teori yang berkaitan dengan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok.
- Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan literatur dalam pelaksanaan penelitian yang relevan di masa yang akan datang.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi sekolah

- Memberikan dampak positif terhadap meningkatkan kecerdasan emosional siswa di MTsN 2 Banda Aceh.
- Dapat menjadi masukan dalam peningkatan pengembangan peserta didik.

#### b. Bagi Guru

- Dapat dijadikan acuan bagi guru, umumnya dalam kegiatan pembelajaran di kelas dalam meningkatkan kecerdasan emosional.
- Mengembangkan kemampuan guru dalam mengelola proses pembelajaran yang bermutu.

c. Bagi Penulis

- Dapat menambah pengetahuan, memberikan pengalaman yang sangat besar berupa pengalaman yang menjadi bekal untuk menjadi konselor yang profesional serta dapat menambah pengalaman secara langsung bagaimana penggunaan teknik diskusi kelompok yang baik dan menyenangkan.
- Dapat pemahaman tentang ilmu pendidikan

d. Bagi Siswa

- Dapat menambahkan aktivitas dan kreativitas siswa secara optimal dalam pelaksanaan proses belajar sehingga lebih bermakna dan dengan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok ini kecerdasan emosional siswa akan meningkat dengan baik.
- Meningkatkan kecerdasan emosional yang baik dengan menggunakan diskusi kelompok
- Menjadi masukan agar siswa menerapkan kecerdasan emosional dalam sehari-hari
- Agar mempermudah peserta didik dalam melakukan segala kegiatan dalam lingkungannya
- Siswa dilatih agar dapat berfikir kreatif dan inovatif
- Hasil penelitian dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

## F. Definisi Operasional

### 1. Teknik

Teknik adalah cara, langkah atau metode yang dilakukan untuk mencapai untuk suatu tujuan.<sup>13</sup>

Berdasarkan pengertian di atas peneliti menyimpulkan bahwa teknik adalah suatu alat untuk memandu atau mengelola sebuah kegiatan yang dilakukan agar lebih terarah serta kegiatan dapat berjalan dengan baik guna mencapai tujuan bersama.

### 2. Diskusi Kelompok

Menurut Tatiek Romlah diskusi kelompok merupakan percakapan yang terencana antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan, yang dipimpin. Diskusi kelompok dilakukan dengan tujuan yang jelas dan terencana. Pelaksanaan diskusi kelompok terdapat seorang pemimpin yang bertugas mengatur jalannya diskusi agar tujuan dari diskusi kelompok dapat tercapai.<sup>14</sup>

Diskusi kelompok merupakan suatu penetasan masalah dalam melibatkan interaksi aktif dua orang atau lebih dan dipimpin oleh seorang pemimpin untuk saling bertukar informasi, pengalaman, pendapat, memecahkan suatu masalah.

Berdasarkan dari pengertian-pengertian di atas peneliti menyimpulkan bahwasanya teknik diskusi kelompok suatu usaha pemecahan masalah yang didasari dengan bahan-bahan dan informasi yang dikupas secara rinci dan ideal

---

<sup>13</sup> Prayitno & Amti Erman, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (PT. Rineka Cipta Jakarta, 2009), h. 5

<sup>14</sup> Tatiek Romlah, *Teori...*, h. 89.

serta diharapkan setiap siswa aktif dan kooperatif dalam mengemukakan pendapat. Teknik diskusi kelompok dilaksanakan dalam bentuk kelompok, yang akan dipimpin oleh seorang ketua kelompok yang ditugaskan untuk memusatkan masalah dari hal yang umum, mendalam, menyelesaikan masalah bersama dan mengambil manfaat dan pengalaman yang dibahas dalam teknik diskusi.

### 3. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan beretahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, serta kesadaran diri, melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa.<sup>15</sup> Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain di sekitarnya.

Menurut peneliti yang dimaksud kecerdasan emosional merupakan komponen penting dalam perkembangan siswa sebagai suatu landasan sebelum siswa bertindak, dimana kecerdasan emosional suatu kemampuan dalam diri individu untuk mengatur diri, mengelola emosi dengan baik, memiliki pikiran yang luas tentang diri sendiri atau pun orang lain, mampu mampu membangun kehidupan yang selaras dengan lingkungan sekitar.

---

<sup>15</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Umum, 2006), h.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORETIS**

#### **A. Pengertian dan Tujuan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan dapat didefinisikan sebagai suatu proses pemberian bantuan atau informasi kepada peserta didik, agar peserta didik dapat mengendalikan serta mengarahkan dirinya dengan baik, pemberian bantuan ini juga harus dilakukan oleh tenaga ahli yang telah mendapatkan latihan khusus, sedangkan kata “kelompok” berarti kumpulan orang-orang

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan konseling sebagai upaya memberikan bantuan kepada peserta didik dalam menyelesaikan permasalahan sosiopsikologi peserta didik agar dapat mencapai perkembangan diri yang baik dikemudian hari, pemecahan masalah dalam bimbingan kelompok dapat dilakukan serentak pada 8-12 peserta didik. Bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.<sup>16</sup> Maka dapat disimpulkan bahwasannya pemecahan masalah dalam bimbingan kelompok dapat diberikan dalam bentuk informasi atau melakukan aktivitas kelompok.

Menurut Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka

---

<sup>16</sup> Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), h. 275.

menyusun rencana dan keputusan yang tepat.<sup>17</sup> Bimbingan kelompok dalam rumusan sederhananya ialah suatu bentuk layanan yang membantu individu untuk mendapatkan pemahaman atau informasi yang dapat digunakan untuk menyelesaikan sebuah permasalahan, dapat membuat sebuah keputusan yang bijak melalui dinamika kelompok.

Dewi Ketut Sukardi mengemukakan Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh beberapa bahan dari narasumber tertentu yang berguna menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga dan Masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.<sup>18</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwasannya bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang dilakukan dengan menggunakan metode berfikir secara bersama, dimana peserta didik dituntut untuk mencari informasi, data atau memperoleh bahan dari narasumber guna untuk menunjang perkembangan yang baik pada peserta didik dalam lingkungan masyarakat.

Bimbingan kelompok merupakan suatu proses kognitif individual yang dituangkan dalam diskusi kelompok dalam usaha mengarahkan diri untuk mengidentifikasi atau menemukan pemecahan masalah yang berkaitan dengan pencapaian tujuan namun diarahkan atau dipimpin oleh pemimpin kelompok sesuai dengan pendapat Wibowo yang memaparkan bahwa :

Bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan

---

<sup>17</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar...*, h. 309.

<sup>18</sup> Dewi Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusumawati, *Proses Bimbingan dan Koseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 78.

diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.<sup>19</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwasannya bimbingan kelompok merupakan suatu cara pemberian kepada siswa melalui kegiatan. Dalam layanan bimbingan kelompok diharapkan kepada siswa agar mampu menyerap informasi-informasi sehingga membantu siswa menyelesaikan masalah dan mencapai tujuan kelompok bersama.

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan siswa. Secara lebih khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.<sup>20</sup>

Kesuksesan Bimbingan kelompok sangat dipengaruhi oleh tercapainya suatu tujuan di dalam bimbingan kelompok tersebut, adapun tujuan dari bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

1. Mampu berbicara di muka orang banyak
2. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak
3. Belajar menghargai pendapat orang lain
4. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya
5. Mampu mengendalikan diri dalam menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif)
6. Dapat bertenggang rasa
7. Menjadi akrab satu sama lainnya

---

<sup>19</sup> Wibowo M.E, *Konseling Kelompok Perkembangan*, (Semarang: UNNES Press, 2005), h. 17.

<sup>20</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta:Raja Grafindo Persada, 2007), h. 170.

8. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.<sup>21</sup>

Dapat disimpulkan bahwasannya tujuan dari bimbingan kelompok ialah membuka perkembangan pikiran, perasaan, persepsi bahkan wawas siswa dalam diri, yang dapat digunakan sebagai landasan siswa dalam bertindak atau melakukan suatu aktivitas, adapun pendapat lain menurut beberapa para ahli .

Amit dan Merjohan mengemukakan bahwasannya tujuan bimbingan kelompok memiliki dua pembagian yaitu tujuan umum dan khusus, dimana tujuan umum dari bimbingan kelompok ialah membantu setiap peserta didik yang mengalami masalah melalui proses kelompok, setiap suasana dalam bimbingan kelompok harus benar-benar dapat dinikmati oleh setiap peserta didik sehingga peserta didik dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan berbagai reaksi dari teman kelompok untuk dapat memecahkan masalah, bimbingan kelompok juga bertujuan untuk mengembangkan pribadi masing-masing dari setiap anggota kelompok.<sup>22</sup> Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok membimbing siswa dalam mengatasi atau menyelesaikan permasalahan yang ia miliki.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok memiliki berbagai macam tujuan untuk mencapai target dari kegiatan yang dilakukan. Prayitno mengemukakan tujuan dari bimbingan kelompok di bagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus, adapun tujuan dari bimbingan kelompok sendiri ialah:

---

<sup>21</sup> Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2005), h. 178.

<sup>22</sup> Amit dan Marjohan, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: Rineka Aditama, 2006), h. 59.

- a. Tujuan umum  
Layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.
- b. Tujuan khusus  
Layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan hangat dan menjadi perhatian peserta<sup>23</sup>

Menurut definisi dari beberapa ahli tersebut penulis menyimpulkan bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok yaitu membantu individu dalam bersosialisasi dengan baik di lingkungan sekitarnya, peserta didik dapat mengembangkan diri dengan baik serta dapat bertingkah laku sesuai dengan norma-norma yang telah ditetapkan.

## **B. Tahapan dan Teknik Bimbingan Kelompok**

Proses bimbingan kelompok memiliki beberapa tahapan yang dapat digunakan untuk membuat kegiatan yang dilakukan lebih terarah dan memiliki pondasi untuk lebih mudah mencapai target yang ingin diselesaikan, kegiatan bimbingan kelompok yang efektif sangat ditentukan pada tahapan-tahapan yang harus dilalui agar tepat pada sarana yang ingin dituju.

Paryitno mengemukakan tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok dibagi menjadi empat tahapan yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan dan tahap pengakhiran.<sup>24</sup> Dimasing-masing tahapan memiliki sub-sub tahap dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, seperti:

---

<sup>23</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar...*h. 2.

<sup>24</sup> Prayitno, *Layanan Bimbingan...*, h. 40.

a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan yaitu tahap pengenalan atau penglibatan diri, pada tahap ini merupakan tahap dalam membentuk kerumunan individu dalam satu forum atau kelompok untuk mencapai tujuan serta harapan bersama, kegiatan yang dilakukan pada tahap pembentukan setiap anggota saling memperkenalkan diri serta mengungkapkan tujuan dari masing-masing anggota, dalam tahap ini pemimpin kelompok harus mampu menciptakan suasana yang menyenangkan dengan maksud selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung setiap anggota aktif dalam berdiskusi dan setiap anggota mulai belajar untuk terlibat dalam interaksi sosial. Pemimpin kelompok juga berperan dalam tahap pembentukan, seperti:

1. Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok serta menjelaskan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok.
2. Menjelaskan cara serta asas-asas bimbingan kelompok.
3. Menampilkan tingkah laku dan komunikasi yang mengandung unsur-unsur penghormatan kepada orang lain.

b. Tahap peralihan

Tahap peralihan merupakan tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan, pada tahap ini suasana kelompok mulai terbentuk dan dinamika kelompok sudah mulai tumbuh, pemimpin kelompok menegaskan bahwa bimbingan kelompok ini tegas dan bebas, tahap ini juga bertujuan untuk menciptakan suasana yang lebih akrab pada setiap anggota kelompok, pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh, dan

menanyakan kepada setiap anggota kelompok kesiapan mereka dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok di tahap selanjutnya.

Tahap ini merupakan tahap pematapan sebelum dilakukannya kegiatan bimbingan kelompok, ketika semua anggota kelompok sudah merasa siap maka dimulailah transisi tahap peralihan ke tahap kegiatan

Menurut Prayitno tahap peralihan bertujuan untuk membebaskan anggota kelompok dari perasaan ragu menjadi percaya untuk mengikuti atau memasuki tahap berikutnya. Pemimpin kelompok bertugas menanyakan kesiapan setiap anggota kelompok.<sup>25</sup>

Dapat disimpulkan bahwasannya tahap peralihan yaitu memiliki kebebasan antar kelompok untuk mengemukakan pendapat sehingga anggota kelompok dapat memasuki kegiatan dengan leluasa dan percaya diri.

#### c. Tahapan Kegiatan

Tahap kegiatan ini merupakan tahapan ini dalam layanan bimbingan kelompok, pada tahap ini anggota kelompok mulai membahas sebuah topik permasalahan baik itu permasalahan dari pribadi anggota kelompok mengenai pribadinya, sosial, karir, belajar serta keluarga, namun keberhasilan tahap ini tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya, kegiatan yang berlangsung pada tahap ini setiap anggota kelompok saling berinteraksi satu sama lain mengemukakan pendapat, bertukar pikiran serta pengalaman. Pada tahap inilah setiap anggota kelompok mengarahkan diri untuk mencapai tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok.

---

<sup>25</sup> Prayitno, *Layanan Bimbingan...*, h. 47.

d. Tahap pengakhiran

Tahap ini merupakan tahap akhir dari kegiatan bimbingan kelompok, pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian dan tindak lanjut, pada tahap ini pemimpin kelompok menyimpulkan hasil pembahasan kepada setiap anggota kelompok sekaligus melaksanakan evaluasi dalam tercapai atau tidaknya tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok.

Berdasarkan tahapan-tahapan yang ada dalam bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa setiap tahapan tersebut memiliki kegiatan yang berbeda yang telah dirancang sedemikian rupa agar mencapai tujuan kegiatan yang maksimal,

Adapun tahapan bimbingan kelompok di dalam layanan bimbingan kelompok terdapat empat tahapan diantaranya yaitu:

- a. Tahap pembentukan  
Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri, penjelasan pengertian dan tujuan yang ingin di capai dalam kelompok oleh pemimpin kelompok
- b. Tahap peralihan  
Pada tahap ini peralihan pemimpin kelompok harus berperan aktif membawa suasana, keseriusan dan keyakinan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok
- c. Tahap inti  
Tahap inti merupakan tahap pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok
- d. Tahap pengakhiran  
Dalam tahap pengakhiran merupakan akhir dari seluruh kegiatan bimbingan kelompok.<sup>26</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok merupakan layanan yang terarah dan teratur dengan mengikuti beberapa tahapan yang ada ketika melakukan pelaksanaan bimbingan kelompok, tahap yang perlu dilalui ketika pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu tahap

---

<sup>26</sup> A, Hallen, *Bimbingan dan Kelompok, Edisi Revisi*, (Jakarta: Quantum teaching, 2005), h. 132.

pembentukan yaitu tahap pengenalan setiap anggota, tahap peralihan yaitu tahap transisi dari pembentukan ke tahap kegiatan, dalam tahap ini suasana kelompok lebih terasa dan anggota kelompok sudah saling berinteraksi secara bebas, tahap kegiatan yaitu tahap inti, pada tahap mulai membahas sebuah topik dan anggota kelompok saling bertukar pikiran, tahap pengakhiran yaitu tahap menilai serta menindaklanjuti kegiatan.

Tercapainya tujuan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan menggunakan tahapan-tahapan yang ada, tahapan tersebut merupakan hal yang harus diperhatikan untuk menunjang kegiatan yang dilakukan lebih terarah, namun selain memperhatikan tahap tersebut, perlu adanya sebuah teknik yang dilakukan sebagai suatu alat atau cara dalam membuat suasana kelompok lebih semangat serta membantu menghilangkan rasa jenuh pada setiap anggota kelompok.

Romlah mengemukakan terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, seperti:

Beberapa teknik yang biasa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu, antara lain: pemberian informasi, diskusi kelompok, pemecahan masalah (*problem solving*), Permainan peran (*role playing*), permainan simulasi (*situation games*), Karya swasta (*Field trip*) dan penciptaan suasana keluarga (*home room*).<sup>27</sup>

Sedangkan menurut Tohirin Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok seperti *home room*, karya wisata, diskusi kelompok, kegiatan kelompok, organisasi murid, sosiodrama. beberapa teknik yang bisa digunakan dalam bimbingan kelompok antara lain:

---

<sup>27</sup> Romlah, *Teori...*, h. 87.

- a. *Home room* merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan menciptakan suasana yang nyaman layaknya seperti di rumah.
- b. Karya wisata merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan mengunjungi tempat-tempat atau objek-objek tertentu yang berkaitan dengan pembelajaran.
- c. Diskusi kelompok merupakan suatu kegiatan dimana setiap anggota kelompok memperoleh kesempatan yang sama dalam mengemukakan pendapat, bertukar pikiran sehingga menemukan sebuah alternatif dalam penyelesaian masalah.
- d. Kegiatan Kelompok merupakan suatu kegiatan yang mengembangkan bakat-bakat kepada setiap siswa.
- e. Organisasi Murid merupakan suatu kegiatan yang mengharapkan setiap siswa mampu membangun hubungan sosialnya dengan baik.
- f. Siodrama merupakan suatu kegiatan dimana setiap anggota kelompok memerankan suatu peran atau mendramatisasikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial sehari-hari dimasyarakat.<sup>28</sup>

Dari beberapa teknik di atas akan dipilih salah satu teknik yang sekiranya memenuhi standar yang dapat membantu meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa, yaitu teknik diskusi, teknik ini akan membuat setiap individu aktif dalam berpendapat, bebas menceritakan pengalaman serta setiap anggota kelompok dituntut berpartisipasi dengan baik dalam penyelesaian masalah, teknik diskusi juga membuat setiap anggota kelompok berinteraksi secara aktif sehingga dapat membangun hubungan sosial dari setiap masing-masing anggota kelompok yang diharapkan ketika bimbingan kelompok berakhir setiap anggota kelompok mampu membangun hubungan yang baik pula pada masyarakat sekitar.

### **C. Pengertian dan Manfaat Diskusi Kelompok**

Bimbingan kelompok memiliki berbagai macam teknik yang dapat diaplikasikan sebagai alat untuk mempermudah membantu siswa dalam menyelesaikan masalah, teknik yang digunakan akan dipilih sesuai dengan

---

<sup>28</sup> Tohirin, *Bimbingan Konseling...*, h. 209.

kebutuhan siswa, bimbingan kelompok menuntut setiap siswa dalam memperkuat interaksi seperti bertukar pendapat, bertukar informasi dalam bentuk diskusi

Diskusi adalah suatu bentuk tukar pikiran yang teratur dan terarah, baik dalam kelompok kecil maupun kelompok besar dengan tujuan untuk mendapatkan pengertian, kesepakatan dan keputusan bersama mengenai suatu masalah. Intinya diskusi diadakan untuk menemukan sebuah mufakat atas apa yang dipermasalahkan.<sup>29</sup> Diskusi juga harus mampu membangun tingkat kesadaran setiap peserta didik yang berkesinambungan atau berpartisipasi dalam menuangkan pendapat kepada orang lain, sesuai dengan pendapat Subroto yang menyatakan bahwasannya:

Diskusi kelompok adalah suatu percakapan ilmiah oleh beberapa orang yang tergabung dalam suatu kelompok untuk saling bertukar pendapat suatu masalah atau bersama-sama mencari pemecahan mendapatkan jawaban atau keberanian atas suatu masalah.<sup>30</sup>

Diskusi kelompok merupakan metode pembelajaran kooperatif yang dilakukan dengan cara mengelompokkan peserta didik yang berbeda kemampuan dalam setiap peserta didik.<sup>31</sup> Begitu pula dalam bimbingan konseling diskusi kelompok dilaksanakan dengan berkumpulnya beberapa orang untuk membahas sebuah topik yang sama dan diharapkan setiap anggota kelompok dapat menyampaikan sebuah solusi atas permasalahan kemudian diikuti dengan pengambilan keputusan secara bersama-sama,

---

<sup>29</sup> Bambang Syamsul Arifin, *Dinamika Kelompok*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2015), h. 139.

<sup>30</sup> Bambang Subroto, *Good Corporate*, (Jakarta: Elex Media, 2002), h. 140.

<sup>31</sup> Sani Abdullah Ridwan, *Inovasi Pembelajaran*, (Jakarta: Pt Bumi Aksara, 2014), h. 191.

Menurut Basyruddin Usman diskusi kelompok merupakan suatu cara mempelajari materi pembelajaran dengan memperdebatkan masalah yang timbul dan saling mengadu argumentasi secara rasional dan objektif.<sup>32</sup> Sedangkan diskusi kelompok dalam bimbingan konseling suatu proses yang melibatkan setiap anggota kelompok berintergrasi secara verbal dan saling berhadapan dan bertukar informasi, diskusi kelompok ini bertujuan agar setiap anggota kelompok dapat mencapai tujuan serta manfaat secara perorang walaupun dilakukan penyelesaiannya secara berkelompok.

Menurut Tatiek Romlah diskusi kelompok merupakan percakapan yang terencana antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan, yang dipimpin. Diskusi kelompok dilakukan dengan tujuan yang jelas dan terencana. Pelaksanaan diskusi kelompok terdapat seorang pemimpin yang bertugas mengatur jalannya diskusi agar tujuan dari diskusi kelompok dapat tercapai.<sup>33</sup>

Dapat disimpulkan bahwasannya diskusi kelompok ialah sebuah percakapan yang dilakukan oleh beberapa orang dengan membahas sebuah pemecah permasalahan yang dipimpin oleh ketua kelompok. Sedangkan Sukardi mengemukakan bahwa diskusi kelompok adalah suatu pertemuan dua orang atau lebih, yang ditujukan untuk saling tukar pengalaman, pendapat dan biasanya menghasilkan sebuah keputusan bersama.<sup>34</sup>

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa diskusi kelompok adalah suatu teknik yang dilakukan oleh beberapa orang dalam satu kelompok, teknik ini memberikan kesempatan kepada setiap anggota

---

<sup>32</sup> M. Basyiruddin Usman, *Metodelogi Pembelajaran Agama Islam*, (Jakarta: Ciputat Press, 2002), h. 36.

<sup>33</sup> Tatiek Romlah, *Teori...*, h. 89.

<sup>34</sup> Dewa ketut sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 220.

kelompok untuk saling mengemukakan pendapat, bertukar pikiran, saling menyalurkan argumen sehingga menemukannya sebuah alternatif dalam penyelesaian masalah.

Layanan bimbingan kelompok memiliki berbagai macam manfaat yang akan didapat oleh setiap anggota kelompok baik manfaat secara pribadi, sosial, karir, belajar serta keluarga. Adapun beberapa manfaat dalam diskusi kelompok ialah :

- a. Melatih seseorang untuk berpikir secara logis karena dalam diskusi ada proses adu argumen yang harus dipertanggung jawabkan secara logis (ilmiah)
- b. Meningkatkan kemampuan berpikir seseorang. Dalam diskusi, seseorang dituntut mengeluarkan pendapatnya dengan baik
- c. Dapat menjadi bahan koreksi diri. Dalam setiap diskusi tidak semua yang kita katakan benar menurut umum. Dari sana kita dapat belajar untuk menerima umpan balik dari orang lain.
- d. Melatih seseorang untuk menerima perbedaan. Dalam diskusi umumnya akan muncul berbagai pendapat.<sup>35</sup>

Sedangkan Rusman mengemukakan bahwasannya metode diskusi kelompok mempunyai beberapa manfaat bagi siswa, yaitu:

- a. Membantu murid untuk tiba kepada pengambilan keputusan yang lebih baik ketimbang ia memutuskan sendiri, karena terdapat berbagai sumbangan pikiran dari peserta lainnya yang dikemukakan dari berbagai sudut pandangan.
- b. Mereka tidak terjebak dengan jalan pikirannya sendiri yang kadang-kadang salah.
- c. Segala kegiatan belajar akan memperoleh dukungan bersama dari seluruh kelompok/kelas hingga memperoleh hasil belajar yang lebih baik.
- d. Membantu mendekatkan atau mengeratkan hubungan antar kegiatan kelas dengan tingkat perhatian dan derajat dari pada anggota kelas.
- e. Apabila dilaksanakan dengan cermat, maka diskusi merupakan cara belajar yang menyenangkan dan merangsang pengalaman, karena

<sup>35</sup> Bambang Syamsul Arifin, *Dinamika...*, h. 142.

dapat merupakan pelepasan ide-ide dan pendalaman, wawasan mengenai sesuatu.<sup>36</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwasannya manfaat dalam bimbingan kelompok akan mengarah ke setiap anggota kelompok dalam mengembangkan diri peserta didik baik itu dalam perkembangan pribadi ataupun perkembangan di lingkungan sosial. Manfaat yang akan diperoleh oleh setiap siswa ketika mengikuti kegiatan diskusi kelompok yaitu siswa mampu mandiri secara pribadi, mampu mengembangkan pikiran, dan mampu mengatasi permasalahan secara pribadi dikarenakan diskusi kelompok sendiri mengajarkan atau menuntut siswa mandiri dalam menyelesaikan masalah dengan menggunakan pola pikir siswa.

#### **D. Tahap-tahap Diskusi kelompok**

Kegiatan diskusi dalam kelompok memiliki beberapa langkah atau tahapan dalam pelaksanaannya, Sukardi mengemukakan terdapat empat tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan diskusi yang perlu dilakukan dalam kegiatan diskusi, diantaranya pendahuluan, tahap eksplorasi, tahap integrasi, dan penutup.

1. Pendahuluan

Pada tahapan ini setiap anggota melakukan pengenalan atau orientasi, menciptakan hubungan baik, dan pengarahan

2. Eksplorasi

Setiap anggota kelompok mulai mengemukakan pendapat, saling bertukar ide, memberikan saran dan masukan, serta menggali pendapat secara bersama-sama.

3. Integrasi

Setelah setiap anggota kelompok memberikan sebuah pendapat kemudian diikuti dengan pengambilan keputusan atau menyimpulkan topik pembahasan.

4. Penutup

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini pembimbing membacakan atau menyampaikan keputusan/kesimpulan yang telah dibuat dan disepakati

---

<sup>36</sup> Rusman, *Model – Model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada 2014), h. 112.

bersama termasuk rencana tindakan berikut atau diskusi bersama berikutnya.<sup>37</sup>

Adapun tahap-tahap lainnya yang dilakukan dalam diskusi kelompok menurut Rusman dalam mengindikasikan bagaimana pemecahan masalah yang dilakukan. Pada dasarnya kelompok diskusi harus melalui tahap sebagai berikut:

- 1) Mengemukakan masalah yang akan didiskusikajn dan memberikan pengarahannya seperlunya mengenai cara-cara pemecahannya.
- 2) Dengan pimpinan siswa membentuk kelompok diskusi, memilih pemimpin, mengatur tempat, ruangan dan sarana lainnya.
- 3) Para siswa berdiskusi dikelompoknya masing-masing.
- 4) Setiap kelompok melaporkan hasil diskusinya dan ditanggapi oleh teman-temannya
- 5) Siswa mencatat hasil diskusi tersebut.<sup>38</sup>

Tahapan dalam diskusi kelompok sendiri dilakukan dengan tujuan agar kegiatan yang dilakukan akan lebih terstruktur dan lebih terarah dikarenakan setiap tahapan sendiri memiliki kegiatan yang berbeda mulai dari sebuah pendahuluan yang mengarah ke sebuah pengenalan baik pengenalan diri ataupun pengenalan masalah sampai dengan penutupan yang mengarah kepada pilihan solusi yang akan dipilih oleh setiap anggota kelompok kemudian dapat dilaksanakan oleh peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. Adapun tahapan yang digunakan dalam diskusi kelompok menggunakan teori sukardi yaitu pendahuluan, eksplorasi, integrasi dan penutup

## **E. Kecerdasan Emosional**

### **1. Pengertian Kecerdasan Emosional**

Secara harfiah menurut *Oxford English Dictionary* emosi adalah serangkaian kegiatan atau pengelolaan pikiran, perasaan, nafsu serta keadaan mental yang hebat

<sup>37</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar...*, h. 244.

<sup>38</sup> Rusman, *Model-model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada), h.114.

dan meluap-luap.<sup>39</sup> Emosi sendiri merupakan sebuah kecenderungan dalam bertindak, ketika seseorang hendak bertindak maka emosi yang menjadi landasan mulanya seseorang sebelum bertindak.

Emosi dan perasaan merupakan suasana psikis atau suasana batin yang dihayati seseorang pada suatu saat. Dalam kehidupan sehari-hari keduanya sering diartikan sama, dan untuk keduanya juga digunakan istilah yang sama yaitu perasaan. Perasaan (*feeling*) merupakan suasana batin atau suasana hati yang membentuk suatu kontinum atau garis.<sup>40</sup>

Menurut L. Crow & A. Crow, emosi adalah pengalaman yang afektif yang disertai oleh penyesuaian batin secara menyeluruh, di mana keadaan mental dan fisiologis sedang dalam kondisi yang meluap-luap, juga dapat diperlihatkan dengan tingkah laku yang jelas dan nyata.<sup>41</sup>

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwasannya emosi adalah luapan yang dikeluarkan dan didasari oleh perasaan, biasanya emosi bereaksi terhadap rangsangan dari luar individu seperti ketika siswa sedang sedih dia mengaplikasikannya dengan menangis, begitupun ketika dia sedang merasa marah dia akan mengaplikasikannya dengan berteriak. Emosi dapat digolongkan kedalam beberapa kelompok seperti amarah, kesedihan, takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel dan malu.

---

<sup>39</sup> Febri Sulistia, *Pengaruh Tingkat Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan Siswa di SMP 15 Yogyakarta*, skripsi, (Yogyakarta : Tidak diterbitkan, 2016), h. 15.

<sup>40</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Remaja Rosdakarya, 2007), h. 77.

<sup>41</sup> H. Djaali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), h. 37.

Sedangkan kecerdasan sendiri merupakan kemampuan seseorang dalam berfikir ataupun yang menggambarkan kepintarannya baik itu dalam hal memecahkan masalah ataupun menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Gadner dalam Agus Efandi mendefinisikan kecerdasan adalah kemampuan untuk memecahkan masalah atau menciptakan sesuatu yang bernilai bagi budaya tertentu.<sup>42</sup> Maka disimpulkan bahwasannya kecerdasan ialah kemampuan seseorang dalam mengatur atau mengelola pikiran begitupun mengelola intelektual dan emosional.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi dan menjaga keselarasan emosi serta pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.<sup>43</sup> Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda namun saling melengkapi.

Goleman mendefinisikan dalam Agus Ngermanto kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita dan orang lain, kemampuan dalam memotivasi diri, kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam diri sendiri dan berhubungan dengan orang lain.<sup>44</sup> Kecerdasan emosional sendiri haruslah dimiliki oleh setiap siswa karena kualitas-kualitas emosional sangat penting untuk menggapai keberhasilan siswa, penulis berasumsi ketika kecerdasan emosional siswa ditingkatkan siswa akan mampu memiliki pemahaman, mampu

---

<sup>42</sup> Agus Efandi, *Revolusi Kecerdasan Abad 21*, (Bandung Alfabeta, 2005), h. 81.

<sup>43</sup> Daniel Goleman, *Emotional...*, h. 51.

<sup>44</sup> Agus Ngermanto, *Quantum Quotient Kecerdasan Quantum*, (Bandung : Nuansa, 2007), h.98.

mengelola, dan merasakan emosinya sehingga ketika ia bertindak ia akan memikirkannya terlebih dahulu.

Maka kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosi atau meletakkan emosi sesuai dengan tempatnya dan mampu menyeimbangi emosi sesuai dengan perasaan yang dimiliki tanpa harus meluapkan emosi secara berlebihan. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang bagus lebih mampu membina hubungan dengan orang yang banyak.

Kecerdasan emosional pada siswa juga dapat dilihat dari ketulenan siswa seperti ketika diberikan tugas siswa langsung menyelesaikannya, tangguh, tidak mudah putus asa dan selalu percaya diri dalam menjalankan pekerjaan, optimisme, seperti selalu mempunyai harapan yang baik, mampu memotivasi diri sendiri, dan Antusiasme yaitu memiliki minat yang besar ketika tertarik kepada suatu objek yang disukai.

## **2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional**

Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mampu mengatur dirinya serta sosialnya dengan baik pula, hal yang dapat melihat kecerdasan emosional seseorang dengan baik dapat dilihat melalui berbagai macam aspek dari kecerdasan emosional ini sendiri. Secara umum kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengelola emosi baik untuk dirinya sendiri begitupun dengan orang disekitarnya.

Adapun berbagai macam aspek dalam kecerdasan emosional menurut para ahli salah satunya seperti Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional kedalam beberapa aspek dalam mengembangkan kecerdasan emosional sendiri, yaitu :

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur dirinya secara sadar dalam melakukan suatu proses yang akan terjadi dalam dirinya, baik berupa mengatur perasaan atau pikiran dan latar belakang dari tindakannya, individu yang mampu menghubungkan pikiran-pikiran dengan emosinya maka ia telah menumbuhkan kecerdasan emosi dalam dirinya, aspek ini merupakan dasar dari keseluruhan aspek-aspek lainnya, dimana dengan berhasilnya aspek ini maka akan membantu aspek lainnya berhasil atau tercapainya tujuan dari pada apa yang akan diteliti.

b. Kemampuan mengelola emosi

Individu mampu menyeimbangkan emosi-emosi yang dialaminya dan mampu menangani perasaan-perasaan yang terungkap dalam diri atau mengelola emosinya.

c. Memotivasi diri sendiri

Menata emosi adalah sarana untuk mencapai tujuan dan berkaitan dengan memotivasi diri sendiri dan mampu mendorong siswa untuk berkreasi dan berprestasi. dengan demikian motivasi dalam diri individu, maka individu memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif.

d. Empati

Kemampuan individu dalam memahami segala perasaan, pikiran yang dimiliki oleh orang lain secara mendalam sehingga dengan adanya empati dalam

individu dia akan mampu bertanggung rasa dan mampu membaca apa yang sedang dirasakan oleh orang lain baik dengan bahasa verbal maupun non verbal.

e. Membina hubungan dengan orang lain

Individu mampu mempertahankan suatu hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya dengan baik, mampu menangani konflik-konflik interpersonal, Individu yang memiliki kemampuan ini akan lebih mudah berinteraksi dengan orang banyak.<sup>45</sup>

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwasanya kelima aspek tersebut sangat terpengaruh dalam meningkatkan kecerdasan emosional individu, maka setiap aspek harus ditanamkan kepada setiap siswa. Siswa juga harus memahami emosi yang ada pada dirinya, serta mampu mengenali dan sadar dengan situasi dirinya.

Salovey mengemukakan ada lima aspek utama dalam Kecerdasan emosional, yaitu:

a. Mengenali emosi diri

Kemampuan dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu muncul, memiliki kesadaran atau kemampuan dalam memantau perasaannya sendiri. kemampuan peserta didik dalam penggunaan emosi yaitu meluapkan emosi tidak secara berlebihan.

---

<sup>45</sup> Daniel Goleman, *Emotional...*, h. 428.

b. Mengelola emosi

Kemampuan dalam menangani emosi, perasaan atau menetralkan emosi dengan baik, memiliki kemampuan dalam menghibur diri, mengatasi kecemasan, kemurungan serta ketersinggungan yang muncul ketika kegagalan datang.

c. Memotivasi diri sendiri

Kemampuan dalam mencapai tujuan yang kreatif, mampu memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri. Kemampuan ini sendiri muncul dikarenakan adanya rasa optimis serta kemampuan berfikir positif dari peserta didik, kemampuan peserta didik dalam menghilangkan kecemasan bersikap pasrah atau depresi atau kemampuan dalam mengendalikan dorongan hati.

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan peserta didik dalam menunjukkan rasa empati dan kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap emosi orang lain. seperti peserta didik lebih pandai secara emosional, lebih populer, lebih mudah bergaul, dan lebih memiliki kepekaan terhadap orang lain,

e. Membina hubungan dengan orang lain

Kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi dengan orang lain, kemampuan berbaur atau mampu membina sebuah hubungan, membina kedekatan hubungan, meyakinkan dan mempengaruhi orang lain lebih merasa nyaman.<sup>46</sup>

Berdasarkan dari beberapa aspek di atas dapat disimpulkan bahwa setiap aspek memiliki ketentuan masing-masing seperti mengenali emosi yaitu mampu

---

<sup>46</sup> Goleman, *Emotional Intelligence, Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih Penting Dari Pada IQ*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2004), h. 58.

mengenali dan sadar dengan emosi diri, mengelola emosi yaitu mampu mengatasi emosi, memotivasi diri yaitu dapat berfikir positif dan menghilangkan perasaan-perasaan negatif, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain yaitu dapat berbaur dengan orang lain atau lingkungan.

Sedangkan menurut para ahli lain salah satunya seperti Tridhonanto mengemukakan ada 3 (tiga) aspek dalam kecerdasan emosional, seperti:

- a. Kecakapan Pribadi : kemampuan dalam mengelola diri sendiri,
- b. Kecakapan sosial : kemampuan dalam menangani suatu hubungan sosial.
- c. Keterampilan sosial : kemampuan menggugah tanggapan yang dikehendaki orang lain.<sup>47</sup>

Dari beberapa aspek di atas dapat disimpulkan bahwa setiap peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yang baik maka mampu mengembangkan dirinya dengan baik, dan dapat diterima di lingkungan sekitarnya dengan baik, secara umum peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yang baik maka ia mampu mengaplikasikan emosinya secara tidak berlebihan baik itu untuk dirinya sendiri begitupun untuk orang disekitarnya.

Berdasarkan uraian di atas mengenai teori-teori aspek kecerdasan emosional maka peneliti mengambil salah satu teori tersebut yaitu teori dari Salovey yang meliputi mengenali emosi sendiri, mengelola emosi, memotivasi emosi, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yang rendah dapat dilihat melalui adanya kelemahan-kelemahan dari berbagai aspek kecerdasan

---

<sup>47</sup> Tridhonanto, A, *Melejitkan Kecerdasan Emosi (EQ) Buah Hati*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2009), h. 5.

emosional, adapun beberapa hal atau faktor yang membuat aspek dalam kecerdasan emosional lemah ialah :

a. Kondisi fisik

Apabila keseimbangan tubuh terganggu karena kelelahan, kesehatan yang buruk, atau perubahan yang berasal dari perkembangan, seseorang akan mengalami emosionalitas yang meninggi, seperti:

1. Kesehatan yang buruk yang disebabkan oleh gizi yang buruk, gangguan pencernaan atau penyakit.
2. Setiap gangguan yang kronis, seperti asma atau kencing manis
3. Perubahan kelenjar terutama pada saat puber. Gangguan kelenjar mungkin juga disebabkan oleh stres yang kronis, misalnya kecemasan

b. Kondisi psikologis

Pengaruh psikologis yang penting antara lain tingkat kecerdasan, tingkat aspirasi dan kecemasan.

1. Kegagalan mencapai tingkat aspirasi, kegagalan yang berulang-ulang dapat mengakibatkan timbulnya kecemasan atau ketidakberdayaan.
2. Kecemasan setelah pengalaman emosional tertentu yang sangat kuat, misalnya akibat lanjutan dari pengalaman menakutkan yang akan membuat anak takut kepada setiap situasi yang dirasakan mengancam dan bila ketakutan itu berlanjut tanpa ditanggulangi, maka akan menyebabkan trauma.

c. Kondisi lingkungan

Ketegangan yang terus menerus, jadwal yang ketat, dan terlalu banyak pengalaman menggelisahkan yang merangsang anak secara berlebihan:

1. Ketegangan yang disebabkan oleh pertengkaran dan perselisihan yang terus menerus.
2. Sikap orang tua yang *over-protective*
3. Suasana otoriter di sekolah dimana guru terlalu menuntut atau tugas sekolah yang kurang sesuai dengan kemampuan anak sehingga anak akan marah dan inginnya pulang ke rumah dalam keadaan kesal.<sup>48</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa banyak hal yang akan menjadi sebuah faktor dalam mempengaruhi diri siswa salah satunya untuk menghilangkan aspek dalam kecerdasan emosional dalam diri siswa seperti dapat dipengaruhi oleh dirinya sendiri, dapat dipengaruhi oleh teman-temannya bahkan dapat dipengaruhi oleh keluarganya sendiri, atau pengaruh yang didapat bisa berasal dari lingkungan sekolah bahkan masyarakat sekitar, adapun faktor lainnya yaitu:

- a. Faktor Internal  
Faktor yang timbul dari dalam diri individu yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosional individu dan hal-hal yang berbeda pada otak emosional.
- b. Faktor eksternal

---

<sup>48</sup> Indra Soefandi, Ahmad Pramudya, *Strategi Mengembangkan Potensi Kecerdasan Anak*, (Jakarta: Bee Media, 2009), h. 47.

Faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi individu untuk mengubah sikap. Pengaruh luar yang bersifat individu dapat dipengaruhi oleh perorangan atau secara kelompok.<sup>49</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang membuat kecerdasan emosional siswa rendah tidak hanya karena dari diri sendiri melainkan bisa didapat dari lingkungan sekitarnya baik itu lingkungan keluarga, sekolah bahkan masyarakat sekitar.

#### 4. Ciri-ciri kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional memiliki beberapa ciri-ciri agar individu dapat mengetahui ada atau tidak kecerdasan emosional dalam dirinya. Dapsari dalam Casmini menyatakan ciri-ciri kecerdasan emosional yang tinggi yaitu:

- a. Optimis dan positif saat menangani situasi-situasi dalam hidup, seperti halnya saat menangani berbagai peristiwa dan tekanan atau masalah-masalah pribadi yang ada.
- b. Terampil dalam mengelola emosi, yaitu terampil dalam mengenali kesadaran emosi diri dan ekspresi emosi, juga kesadaran emosi terhadap orang lain.
- c. Memiliki kecakapan kecerdasan emosi yang tinggi
- d. Memiliki nilai-nilai belas kasih atau empati, intuisi, radius kepercayaan, daya pribadi dan integritas.

Sementara itu Slameto mengungkapkan bahwa ciri-ciri dari kecerdasan emosional pada seseorang yaitu memiliki kepercayaan diri yang kuat sampai keinginannya terpenuhi. Peka terhadap situasi di sekelilingnya dan senang dengan hal-hal yang baru. Ciri-ciri tersebut dapat pula berkembang menjadi ciri-ciri negatif, misal: cepat bosan dengan hal-hal rutin, egois dan lain-lain.<sup>50</sup>

---

<sup>49</sup> Casmini, *Emotional Parenting*, (Yogyakarta: Pilar Media, 2007), h. 23.

<sup>50</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 118.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang menjadi ciri-ciri dalam kecerdasan emosional ialah kemampuan siswa dalam memotivasi dirinya, optimis terhadap diri sendiri dan memiliki kepekaan baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, adapun ciri-ciri siswa dengan kecerdasan emosional yang rendah menurut Goleman ialah:

- a. Menarik diri dari pergaulan atau masalah sosial
- b. Cemas dan depresi
- c. Memiliki masalah dalam hal perhatian atau berfikir
- d. Nakal atau agresif.<sup>51</sup>

Kecerdasan emosional tidak hanya memiliki ciri-ciri yang tinggi melainkan memiliki ciri-ciri yang rendah pula, berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwasannya ketika siswa mulai menarik diri dalam sebuah permasalahan seperti suka menyendiri, kurang bersemangat serta kurang bahagia, mudah cemas, tidak mampu berfikir positif terhadap diri sendiri dan orang lain dan bersikap agresif merupakan ciri yang menghambat kecerdasan emosional siswa yang berpengaruh pula pada proses perkembangan siswa itu sendiri.

##### **5. Komponen-komponen Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional sendiri tidak hanya memiliki berbagai macam aspek sebagai penunjang emosional siswa, namun juga memiliki berbagai macam upaya yang dapat dijadikan sebagai sebuah ukuran dalam mengurangi atau mengatasi kecerdasan emosional yang rendah di dalam diri siswa.

Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk menetralkan kecerdasan emosional yang rendah ialah dengan belajar mengembangkan diri yaitu mampu

---

<sup>51</sup> Goleman, Kecerdasan Emosional, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005), h. 327.

mengenali dan memahami diri sendiri dan perasaan sendiri, belajar mengambil keputusan, belajar mengelola perasaan, belajar menangani, belajar berkomunikasi, berbicara tidak dengan kasar, belajar membuka diri, belajar mengembangkan, belajar menerima diri sendiri, belajar mengembangkan tanggung jawab, belajar mengembangkan ketegasan dan mempelajari dinamika kelompok yaitu dengan belajar hidup berkelompok, mampu melaraskan satu pikiran.<sup>52</sup>

Dapat disimpulkan bahwasannya yang menjadi upaya dalam meningkatkan kecerdasan emosional ialah kemauan atau motivasi yang kuat dalam diri siswa untuk belajar mengembangkan diri seperti belajar mengelola diri, mengelola emosi, membina hubungan, belajar bertanggung jawab dan mampu hidup dalam kelompok.

Menurut Goleman terdapat tujuh kemampuan penting selain dari upaya meningkatkan kecerdasan emosional diantaranya adalah:

- a. Keyakinan: perasaan kendali dan penguasaan individu terhadap tubuh, perilaku dan dunia. Perasaan mengenai berhasil tidaknya individu pada hal yang sedang dikerjakannya.
- b. Rasa ingin tahu: perasaan bahwa menyelidiki segala sesuatu bersifat positif dan menimbulkan kesenangan.
- c. Niat: hasrat dan kemampuan untuk berhasil dan bertindak berdasarkan giat dengan tekun. Hal ini berkaitan dengan perasaan terampil dan perasaan efektif.
- d. Kendali diri: kemampuan untuk menyesuaikan dan mengendalikan tindakan dengan cara yang sesuai dengan usia individu, merupakan suatu rasa kendali yang bersifat batiniah.
- e. Keterkaitan: Kemampuan untuk melibatkan diri dengan orang lain berdasarkan pada perasaan saling memahami.
- f. Kecakapan berkomunikasi: keyakinan dan kemampuan verbal untuk bertukar gagasan, perasaan dan konsep dengan orang lain.

---

<sup>52</sup> Muhammad Ali, Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja, (Perkembangan Peserta Didik)*, (Jakarta: Bumi Askara, 2010), h. 74-75.

- g. Kooperatif: kemampuan untuk menyeimbangkan kebutuhan diri sendiri dengan kebutuhan orang lain dalam kegiatan kelompok.<sup>53</sup>

Maka dapat disimpulkan ketika siswa mampu menguasai kemampuan tersebut dengan baik, maka siswa dapat dikatakan memiliki keyakinan, memiliki minat, tahu bagaimana mengendalikan keinginan untuk berbuat yang tidak baik, mampu menunggu, mengikuti petunjuk, dan mengacu pada guru untuk mencari bantuan, mengungkapkan apa yang dibutuhkannya saat bergaul bersama siswa-siswa lain. Hal ini akan mempermudah siswa untuk mengelola emosi, memotivasi diri dan membina hubungan dengan orang lain.



---

<sup>53</sup> Daniel Goleman, *Emotional...*, h. 272.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian yang akan dilakukan menggunakan penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif merupakan sebuah penilaian yang dilakukan berdasarkan jumlah sesuatu, yang mana dalam hal ini kualitas bukanlah sebagai faktor utama yang menjadi dasar penilaian. Penelitian kuantitatif dilakukan dengan menggunakan rancangan yang terstruktur dan bersifat hitung dan mengukur.<sup>54</sup> Penelitian ini juga menggunakan model penelitian *eksperimen* yaitu mengindikasikan atau menunjukkan adanya suatu pengujian (*test*), dan menggunakan *pra-eksperimental design* yaitu tanpa melakukan perbandingan dan randomisasi, perlakuan diberikan kepada kelompok yang telah terbentuk apa adanya, dengan menggunakan jenis *one group pretest-posttest design* yaitu dengan memberikan *pretest*, perlakuan dan *posttest*.<sup>55</sup> *Treatment* akan diberikan kepada kelompok yang telah dibentuk oleh peneliti, kemudian peneliti hanya melakukan pengukuran pada satu kelompok saja.

Penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah pelaksanaan diskusi kelompok yang dilakukan mampu meningkatkan kecerdasan emosional siswa di MTsN 2 Banda Aceh, maka penelitian yang dilakukan harus relevan. Adapun *Design* dari *one group pretest-posttest* sendiri ialah:

---

<sup>54</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Kencana, 2016), h. 58.

<sup>55</sup> Nyoman Dantes, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2012), h. 94.

Tabel 3.1

*Design one group pretest-posttest*

Pre-Test	Variabke Terikat	Post-Test
O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

Keterangan:

O<sub>1</sub> : *Pre-Test* (Kondisi awal sebelum diberikan teknik diskusi kelompok kelas VII MTsN 2 Banda Aceh)

X : *Treatment* (Pemberian perlakuan teknik diskusi kelompok kelas VII MTsN 2 Banda Aceh)

O<sub>2</sub> : *Pos-test* (Kondisi akhir setelah diberikan teknik diskusi kelompok kelas VII MTsN 2 Banda Aceh)<sup>56</sup>

Pada penelitian ini menggunakan tahap-tahap rancangan eksperimen untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional siswa setelah mendapatkan teknik diskusi kelompok. Ada beberapa hal yang akan dilakukan dalam pelaksanaan eksperimen ini adalah sebagai berikut.

a. Memberikan *Pretest* (O<sub>1</sub>)

*Pretest* ini menggunakan format skala atau instrumen dimana guna mengetahui tingkat kecerdasan emosional siswa serta hasilnya akan menjadi data perbandingan pada *posttest*.

b. Perlakuan (x)

Perlakuan pada penelitian ini diberikan melalui pemberian teknik diskusi kelompok yang akan diberikan selama 3 kali pertemuan dengan

<sup>56</sup> Muri Yusuf, Metodologi..., h.61

durasi 50 menit. Pada akhirnya pertemuan peneliti akan memberikan penilaian segera (Laiseg) guna mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi teknik diskusi kelompok yang diberikan.

c. Memberikan posttest (O<sub>2</sub>)

*Posttest* ini adalah pengukuran yang bertujuan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan teknik diskusi kelompok dan untuk mengetahui adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa. *Posttest* ini diberikan setiap akhir pemberian perlakuan.

## **B. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan penelitian. Apabila seorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sedangkan sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti, pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar dapat berfungsi sebagai contoh, atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya.<sup>57</sup>

Penelitian ini akan dilakukan di MTsN 2 Banda Aceh, adapun yang akan dijadikan populasi dalam penelitian ini seluruh siswa dari kelas VIII dengan berjumlah 62 siswa yang terdiri dari dua kelas.

---

<sup>57</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 174.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil untuk mendapatkan gambaran dari seluruh populasi. Jadi sampel adalah sebagian dari objek yang akan diteliti, dimana sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar mewakili.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 9 orang siswa yang diambil dari 2 kelas. Peneliti mengambil 9 orang siswa ini berdasarkan yang dijelaskan dalam buku Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell yaitu, pemecahan masalah dalam bimbingan kelompok dapat dilakukan serentak pada 8-12 siswa.<sup>58</sup> Teknik dalam pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *non probability sampling*, dimana sampel yang diambil adalah siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah dari siswa yang terdapat dari populasi. Adapun jenis *non probability sampling* yang digunakan peneliti dengan jenis *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.<sup>59</sup>

Adapun kriteria atau karakteristik siswa yang dijadikan sampel adalah:

- a. Siswa laki-laki maupun perempuan yang duduk di kelas VIII
- b. Siswa yang mengikuti *pretest* dan siswa yang memiliki kecerdasan emosional dengan skor rendah
- c. Siswa yang bersedia mengikuti proses *treatment* yang sudah dirancang peneliti

---

<sup>58</sup> Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell, *Bimbingan...*, h. 275.

<sup>59</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, CV, 2016), h. 124.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti akan memberikan *treatment* berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan. Sampel yang diperoleh sebanyak 9 siswa di MTsN 2 Banda Aceh yang memiliki skor nilai kecerdasan emosional lebih rendah dari siswa yang lain berdasarkan hasil tes.

### C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Instrumen pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian :

#### 1. Skala Kecerdasan Emosional

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *skala likert*, variabel yang akan diukur dijabarkan dalam bentuk aspek-aspek dan dijabarkan lagi menjadi sebuah indikator, kemudian indikator tersebut dioperasionalkan sehingga dapat diukur. *Skala likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang tentang variabel dalam penelitian.<sup>60</sup> Adapun aspek yang digunakan dalam skala kecerdasan emosional ini menggunakan teori Solovey

Untuk instrumen Kecerdasan Emosional terdiri dari 108 item pernyataan yang akan diuji, Adapun Kisi-kisi instrumen untuk mengungkapkan kecerdasan emosional peserta didik dikembangkan dari aspek-aspek kecerdasan emosional. Kisi-kisi dari instrumen disajikan pada Tabel 3.2 berikut :

---

<sup>60</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian...*, h.134.

**Tabel 3.2**  
**Kisi-kisi Skala Kecerdasan Emosional**

Variabel	Aspek-aspek	Indikator	Item		Jumlah
			(+)	(-)	
Kecerdasan Emosional	Mengenali emosi diri	Kesadaran emosi diri	1.2.3.4	5.6.7.8.9	9
		Penggunaan emosi	10.11.12. 13	14.15. 16.17. 18	9
	Mengelola emosi	Menetralkan emosi	19.20.21.2 2.23.24	25.26. 27.28 29.30	12
		Menghibur diri	31.32.33 .34.35	36.37. 38.39	9
		Mengatasi perasaan cemas	40.41.42. 43.44	45.46. 47.48. 49.50	11
	Memotivasi diri sendiri	Berfikir positif	51.52.53. 54	55.56. 57.58	8
		Optimis	59.60. 61.	62.63. 64.65.	7
		Mengendalikan dorongan hati	66.67.68	69.70.71	6
	Mengenali emosi orang lain	Empati	72.73.74.7 5.76	77.78.79	8
		Menyesuaikan diri terhadap emosi orang lai	80.81.82. 83.84	85.86.87. 88	9
	Membina hubungan dengan orang lain	Membina hubungan dengan orang lain	89.90.91. 92	93.94.95	7
		Mudah berbaur/bergaul	96.97.98	99.101. 101.102	7
		Mempengaruhi orang lain	103.104	105.106	4

Respon jawaban dalam penelitian ini menggunakan 5 alternatif pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan Sangat tidak setuju (STS). Skor berkisar 1-5, skor yang tinggi menunjukkan

kecerdasan emosional yang tinggi. Ketentuan dalam pemberian skor kecerdasan emosional dapat dilihat tabel 3.3

**Tabel 3.3**  
**Katagori Pemberian Skor**

No	Item	Positif	Negatif
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Kadang-kadang (KK)	3	3
4	Tidak setuju (TS)	2	4
5	Sangat tidak setuju (STS)	1	5

Pengumpulan data atau instrumen harus diukur atau diuji coba terlebih dahulu sebelum digunakan sebagai instrumen penelitian. Peneliti terlebih dahulu melakukan tahapan validitas dan reliabilitas instrument.

#### 1. Validitas

Validitas suatu instrumen yaitu seberapa jauh instrumen itu benar-benar mengukur objek yang hendak diukur. Dasar pengambilan keputusan validitas instrumen dibagi 3 yaitu nilai (r) hasil lebih besar dari (r) table, nilai signifikan dari (r) hasil lebih kecil dari 0,05 dan terdapat tanda \*\* atau \* pada nilai (r) hasil.

Validitas instrument dalam penelitian ini menggunakan validitas konstruk yang dikenal dengan istilah penilaian oleh para ahli dengan tujuan untuk memantapkan pernyataan dari setiap item, dari hasil penimbangan menunjukkan bahwa terdapat 108 item pernyataan yang dapat digunakan untuk di uji coba diluar dari kelas eksperimen dan diuji pada 30 peserta didik, setelah itu dilanjutkan dengan uji validitas secara statistik menggunakan aplikasi SPSS untuk melihat tingkat kevalidan dan kesahihan suatu instrument. Adapun hasil

instrument sendiri terdapat 40 item pernyataan yang gugur dan 68 item pernyataan yang valid, hasil uji validitas dapat dilihat pada table 3.4

**Tabel 3.4**

**Item pernyataan skala kecerdasan emosional setelah di uji coba**

No Pernyataan	r hitung	r table	Kesimpulan	Keterangan
1	0,442	0,361	Valid	Dipakai
2	0,478	0,361	Valid	Dipakai
3	0,254	0,361	Invalid	Dibuang
4	0,095	0,361	Invalid	Dibuang
5	0,390	0,361	Valid	Dipakai
6	0,381	0,361	Valid	Dipakai
7	0,150	0,361	Invalid	Dibuang
8	0,163	0,361	Invalid	Dibuang
9	0,048	0,361	Invalid	Dibuang
10	0,115	0,361	Invalid	Dibuang
11	0,457	0,361	Valid	Dipakai
12	0,442	0,361	Valid	Dipakai
13	0,154	0,361	Invalid	Dibuang
14	0,089	0,361	Invalid	Dibuang
15	0,435	0,361	Valid	Dipakai
16	0,298	0,361	Invalid	Dibuang
17	0,381	0,361	Valid	Dipakai
18	0,159	0,361	Invalid	Dibuang
19	0,254	0,361	Invalid	Dibuang
20	0,707	0,361	Valid	Dipakai
21	0,653	0,361	Valid	Dipakai
22	0,582	0,361	Valid	Dipakai
23	0,410	0,361	Valid	Dipakai
24	0,567	0,361	Valid	Dipakai
25	0,317	0,361	Invalid	Dibuang
26	0,264	0,361	Invalid	Dibuang
27	0,354	0,361	Valid	Dipakai
28	0,559	0,361	Valid	Dipakai
29	0,296	0,361	Invalid	Dibuang
30	0,452	0,361	Valid	Dipakai
31	0,387	0,361	Valid	Dipakai
32	0,331	0,361	Invalid	Dibuang
33	0,016	0,361	Invalid	Dibuang
34	0,365	0,361	Valid	Dipakai

35	0,308	0,361	Invalid	Dibuang
36	0,559	0,361	Valid	Dipakai
37	0,441	0,361	Valid	Dipakai
38	0,530	0,361	Valid	Dipakai
39	0,499	0,361	Valid	Dipakai
40	0,161	0,361	Invalid	Dibuang
41	0,058	0,361	Invalid	Dibuang
42	0,058	0,361	Invalid	Dibuang
43	0,521	0,361	Valid	Dipakai
44	0,209	0,361	Invalid	Dibuang
45	0,427	0,361	Valid	Dipakai
46	0,550	0,361	Valid	Dipakai
47	0,452	0,361	Valid	Dipakai
48	0,044	0,361	Invalid	Dibuang
49	0,581	0,361	Valid	Dipakai
50	0,334	0,361	Invalid	Dibuang
51	0,405	0,361	Valid	Dipakai
52	0,458	0,361	Valid	Dipakai
53	0,446	0,361	Valid	Dipakai
54	0,443	0,361	Valid	Dipakai
55	0,662	0,361	Valid	Dipakai
56	0,653	0,361	Valid	Dipakai
57	0,533	0,361	Valid	Dipakai
58	0,577	0,361	Valid	Dipakai
59	0,490	0,361	Valid	Dipakai
60	0,563	0,361	Valid	Dipakai
61	0,390	0,361	Valid	Dipakai
62	0,771	0,361	Valid	Dipakai
63	0,564	0,361	Valid	Dipakai
64	0,452	0,361	Valid	Dipakai
65	0,503	0,361	Valid	Dipakai
66	0,329	0,361	Valid	Dipakai
67	0,423	0,361	Valid	Dipakai
68	0,312	0,361	Invalid	Dibuang
69	0,809	0,361	Valid	Dipakai
70	0,607	0,361	Valid	Dipakai
71	0,719	0,361	Valid	Dipakai
72	0,335	0,361	Invalid	Dibuang
73	0,378	0,361	Valid	Dipakai
74	0,596	0,361	Valid	Dipakai
75	0,642	0,361	Valid	Dipakai
76	0,499	0,361	Valid	Dipakai
77	0,569	0,361	Valid	Dipakai
78	0,192	0,361	Invalid	Dibuang

79	0,286	0,361	Invalid	Dibuang
80	0,546	0,361	Valid	Dipakai
81	0,319	0,361	Invalid	Dibuang
82	0,463	0,361	Valid	Dipakai
83	0,194	0,361	Invalid	Dibuang
84	0,108	0,361	Invalid	Dibuang
85	0,510	0,361	Valid	Dipakai
86	0,628	0,361	Valid	Dipakai
87	0,406	0,361	Valid	Dipakai
88	0,309	0,361	Invalid	Dibuang
89	0,559	0,361	Valid	Dipakai
90	0,567	0,361	Valid	Dipakai
91	0,557	0,361	Valid	Dipakai
92	0,482	0,361	Valid	Dipakai
93	0,129	0,361	Invalid	Dibuang
94	0,588	0,361	Valid	Dipakai
95	0,313	0,361	Invalid	Dibuang
96	0,064	0,361	Invalid	Dibuang
97	0,592	0,361	Valid	Dipakai
98	0,361	0,361	Valid	Dipakai
99	0,534	0,361	Valid	Dipakai
100	0,418	0,361	Valid	Dipakai
101	0,534	0,361	Valid	Dipakai
102	0,672	0,361	Valid	Dipakai
103	0,488	0,361	Valid	Dipakai
104	0,232	0,361	Invalid	Dibuang
105	0,267	0,361	Invalid	Dibuang
106	0,555	0,361	Valid	Dipakai

Berdasarkan table di atas menunjukkan terdapat 68 item pernyataan yang valid yang artinya dapat dibagikan kepada siswa untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional siswa, sedangkan 38 item pernyataan yang gugur tidak dapat digunakan dalam skala kecerdasan emosional. Adapun jumlah hasil validitas dan non validitas dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut:

**Tabel 3.5**  
**Hasil validitas dan non validitas**

<b>Variabel Kecerdasan emosional</b>	<b>Favorabel</b>	<b>Unfavorabel</b>	<b>Total</b>
<b>Valid</b>	1, 2, 11, 12, 20, 21, 22, 23, 24, 31, 34, 43, 51, 52, 53, 54, 59, 60, 61, 67, 73, 74, 75, 76, 80, 82, 89, 90, 91, 92, 97, 98, 100, 103	5, 6, 15, 17, 28, 30, 36, 37, 38, 39, 45, 46, 47, 49, 55, 56, 57, 58, 62, 63, 64, 65, 69, 70, 71, 77, 85, 86, 87, 94, 99, 101, 102, 106	68
<b>Tidak Valid</b>	3, 4, 10, 13, 19, 32, 33, 35, 40, 41, 42, 44, 66, 68, 72, 81, 83, 84, 96, 104	7, 8, 9, 14, 16, 18, 25, 26, 27, 29, 48, 50, 78, 79, 88, 93, 95, 105	38

Tabel di atas menunjukkan item pernyataan *favourable* dan *unfavourable* yang valid dan tidak valid dengan hasil 34 item pernyataan *favourable* yang valid dan 34 pernyataan *unfavourable* yang valid, maka jumlah keseluruhan item yang valid ialah 68 item yang dapat digunakan, sedangkan 38 item yang gugur tidak dapat dibagikan kepada siswa.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas Instrumen menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana alat pengukur dikatakan konsisten, jika dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama. Untuk diketahui bahwa perhitungan/uji reliabilitas harus dilakukan hanya pada pertanyaan yang telah memiliki atau memenuhi uji

validitas, jika tidak memenuhi syarat uji validitas maka tidak perlu diteruskan untuk uji reliabilitas.<sup>61</sup>

Reabilitas menurut peneliti berarti dimana suatu instrumen yang dapat dipercaya dan bila di ukur kembali mendapatkan hasil yang sama. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha croncbach* yaitu:

$$r_u = \left( \frac{k}{(k-1)} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan

$r_u$  = Indeks reabilitas alat ukur

K = banyaknya butir pernyataan

$\sum \sigma b^2$  =Jumlah varians butir pernyaat yang valid

$\sigma^2 t$  =variasi total

adapun hasil analisis reliabilitas yang dilakukan menggunakan SPSS 20.0

*For Windows* dapat dilihat dalam table 3.6 berikut:

**Tabel 3.6**

***Reliabilitas Statistics***

<b><i>Variabel</i></b>	<b><i>Cronbach' Alpha</i></b>	<b><i>N of Items</i></b>
Kecerdasan Emosional	,950	106

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dapat dimaknai juga sebagai kegiatan peneliti dalam upaya mengumpulkan sejumlah data lapangan yang diperlukan untuk menjawab

<sup>61</sup> Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, disertai dan Karya Ilmiah*, (Jakarta: Kencana, 2010), h. 130.

pertanyaan penelitian (untuk penelitian kualitatif), atau menguji hipotesis (untuk penelitian kuantitatif). Teknik yang digunakan ialah

a) Skala

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket dalam bentuk *Skala Likert* untuk mengumpulkan data tentang kecerdasan emosional yang terjadi pada siswa di MTsN 2 Banda Aceh. Adapun *skala likert* yang digunakan yaitu untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.<sup>62</sup> Selanjutnya *skala likert* dalam penelitian ini dinyatakan dalam bentuk pernyataan-pernyataan yang akan memperoleh data tentang kecerdasan emosional yang terjadi pada siswa di MTsN 2 Banda Aceh.

Skala angket dibagikan kepada siswa, peneliti akan memperoleh data yang berupa jawaban dari siswa yang merupakan populasi dari penelitian ini. Selanjutnya data-data tersebut akan dianalisis untuk mendapatkan hasil sesuai yang diinginkan oleh peneliti.

### **E. Teknik Analisis Data**

Analisis data disebut juga pengolahan data yang dilakukan ketika semua data yang diperlukan dalam penelitian sudah terkumpul. Penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan. Yaitu dimana peneliti akan mengamati hasil dari pemberian perlakuan tersebut maka analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* dan diaplikasikan melalui komputersasi dengan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) menyebutkan

---

<sup>62</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian ....*, h. 134.

bahwa untuk mendapatkan nilai yang diperoleh perlu dilakukan identifikasi dengan membandingkan skor yang diperoleh dengan jumlah skor maksimal. Uji *wilcoxon rang test* digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Pada penelitian ini peneliti akan menguji *pretest* dan *post-test* yaitu melalui uji *wilcoxon*. Dengan menggunakan rumus :

$$z = \frac{T - \mu_T}{\sigma_T}$$

Keterangan :

T = jumlah rank dengan tanda paling kecil

$\mu_T = n(n+1)/4$  dan

$\sigma_T = \sqrt{n(n+1)(2n+1)/24}$

z = uji *wilcoxon*

uji *wilcoxon* dalam penelitian ini untuk melihat ada beberapa siswa yang mengalami peningkatan kecerdasan emosional (positif rank), yang mengalami penurunan kecerdasan emosional (negative rank), dan ada beberapa siswa yang tidak memiliki peningkatan serta penurunan dalam kecerdasan emosional (ties rank).

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 2 Banda Aceh. MTsN Banda Aceh merupakan salah satu lembaga pendidikan negeri yang berada dibawah kementerian Agama yang beralamat di jalan Tgk. Imeum Leung Bata, Kec. Leung Bata, Kota Banda Aceh. Lingkungan MTsN 2 Banda Aceh memiliki lokasi dan luas gedung yang strategis untuk proses kegiatan belajar. MTsN 2 Banda Aceh berdiri pada tahun 1979 dengan luas tanah 2.000 m<sup>2</sup> dan bersebelahan dengan sekolah lainnya. Pada saat ini MTsN 2 Banda Aceh dipimpin oleh Drs. Ihsan M.Pd selaku kepala sekolah dengan berakreditasi A.

MTsN 2 Banda Aceh secara umum memiliki sarana dan prasarana yang cukup memadai sehingga dapat mendukung proses belajar siswa, dan memiliki tujuan sekolah yang digambarkan melalui visi misi sekolah. Adapun visi dan misi di MTsN 2 Banda Aceh yang dapat dijadikan sebagai panduan ataupun pedoman sekolah dalam mencapai perkembangan siswa ialah:

a. Visi

Terwujudnya insan berilmu, beramal, dan berprestasi

b. Misi

MTsN 2 Banda Aceh Membentuk peserta didik yang cerdas, berkualitas dan berkarakter seperti bertaqwa kepada Allah SWT, melaksanakan bimbingan dan pengajaran secara efektif dan berkualitas, membina peserta didik melalui pengembangan diri dan life skill, terlaksananya supervise dan bimbingan terhadap

kinerja sekolah, melaksanakan manajemen yang akuntabel dan profesional, menciptakan terwujudnya prestasi akademik dan non akademik dan terwujudnya jumlah lulusan yang berkualitas dan diterima di MA/SMA.

Adapun profil identitas MTsN 2 Banda Aceh ialah:

Nama Sekolah	: MTsN 2 Banda Aceh
Alamat	: JL. Tgk Imuem Lueng Bata
Kecamatan	: Lueng Bata
Kota	: Banda Aceh
Propinsi	: Aceh
Kode Pos	: 23247
Yayasan/ Badan Penyelenggara	: -
Gedung Sendiri/Menumpang	: Gedung Sendiri
Jumlah ruang	: 21 Ruang
Gedung Asrama	: -
NPSN	:121111710002
Status	:Negeri
Nomor dan Tanggal Penegrian	: 3/16/1978
Bentuk Pendidikan	:MTs
Naungan	: Kementerian Agama.

MTsN 2 Banda Aceh memiliki 3 guru bimbingan dan konseling dan memiliki jumlah siswa sebanyak 783 yang terdiri dari 273 siswa kelas VII, 260 siswa kelas VIII dan 250 siswa kelas IX. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut :

**Tabel 4.1**  
**Data Siswa MTsN 2 Banda Aceh**

<b>NO</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Kelas</b>	<b>Jumlah</b>
1	VII	8	273
2	VIII	7	260
3	IX	7	250
	<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>783</b>

### **B. Hasil Penelitian**

Penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 7 November 2019 bertujuan untuk memperoleh data mengenai kecerdasan emosional sebelum dan sesudah diberikan *treatment*, data di peroleh dari hasil penyebaran skala pada saat *pretest* dan *posttes*. Hasil penelitian ini diuraikan berdasarkan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, dan hipotesis penelitian, adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Apakah kecerdasan emosional siswa meningkat dengan pemberian teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh”? Berdasarkan rumusan tersebut maka diambilah tujuan penelitian ini untu mengetahui kecerdasan emosional siswa meningkat dengan pemberian teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.

Dalam menjawab rumusan masalah di atas serta membuktikan hipotesis dalam penelitian ini maka peneliti menyajikan hasil uji penelitian untuk melihat keefektifan meningkatkan kecerdasan emosional melalui teknik diskusi kelompok, berikut penjelasan dari hasil penelitian yang telah di uji.

## 1. Penyajian Data

Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 2 Banda Aceh, sebelum penelitian ini dilaksanakan, maka terlebih dahulu peneliti mempersiapkan alat ukur yaitu skala kecerdasan emosional yang dijadikan sebagai sarana dalam pengumpulan data,

Skala kecerdasan emosional dibagikan kepada siswa dengan tujuan untuk melihat skor nilai kecerdasan emosional siswa, skala ini memiliki 68 item pernyataan, setelah siswa mengisi seluruh item pernyataan kemudian data diolah untuk melihat beberapa orang siswa yang masuk ke dalam kategori rendah dan akan diberikan treatment, setelah selesai diberikan *treatment* peneliti memberikan *posttest* untuk melihat perubahan dari siswa sebelum dan sesudah dilaksanakan penelitian untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di MTsN 2 Banda Aceh.

### a. *Pretest*

*Pretest* diberikan kepada 62 orang siswa kelas VIII3, VIII4, pemberian *pretes* sendiri untuk mengukur atau melihat tingkat kecerdasan emosional siswa MTsN 2 Banda Aceh, setelah dilakukan penyebaran skala kepada siswa langkah selanjutnya yaitu melakukan penilaian atau pengskoran terhadap skala kecerdasan emosional yang telah diberikan skor untuk tiap-tiap item yang dipilih responden sesuai dengan keperluan pengolahan data di *SPSS*.

Hasil setelah dilakukan pensekoran atau penilaian kepada siswa menunjukkan bahwa terdapat 9 orang siswa masuk dalam kategori tinggi dengan skor nilai rata-rata 273 keatas, terdapat 44 orang siswa masuk dalam katagori

sedang dengan skor rata-rata diatas 228 dan 9 siswa masuk ke dalam katagori rendah di skor rata-rata 227 ke bawah.

Siswa yang berada dalam katagori rendah akan menjadi sampel dalam penelitian yang akan diberikan treatmen menggunakan teknik diskusi kelompok dengan tujuan ketika siswa berpartisipasi dalam sebuah forum kecil serta aktif dalam mengemukakan pendapatnya akan lebih meningkatkan dirinya untuk memiliki kesadaran diri, mengaplikasikan emosinya dengan baik, memanfaatkan emosi secara produktif, menumbuhkan sikap empati serta mampu membina hubungan dengan orang lain. Adapun hasil skor *Pre-test* siswa yang masuk dalam kategori rendah dapat dilihat melalui table 4.2, berikut ini:

**Tabel 4.2**  
**Skor *Pre-test* siswa**

<b>No</b>	<b>Responden</b>	<b><i>Pretest</i></b>
1	AP	225
2	MA	218
3	FSI	217
4	NSC	217
5	FI	215
6	AZ	214
7	RF	209
8	DA	194
9	GF	186
	<b>Jumlah</b>	<b>1895</b>

#### **b. Pemberian *Treatment* 1**

Pemberian *treatment* 1 diberikan mulai tanggal 13 november 2019, *treatment* yang digunakan peneliti pada penelitian kali ini ialah menggunakan teknik diskusi kelompok. Diskusi kelompok merupakan suatu bentuk tukar pikiran yang teratur dan terarah, kegiatan yang dilakukan dalam *treatment* 1

berupa pemberian materi mengenai pengenalan kecerdasan emosional terhadap diri, dimana peneliti memberikan pemahaman kepada siswa tentang pengertian dari diskusi kelompok, kecerdasan emosional serta kondisi emosional remaja, dimana pemberian materi ini dilakukan dengan tujuan agar siswa memiliki gambaran mengenai emosional remaja sebelum siswa masuk kedalam tahap diskusi kelompok, kegiatan ini diawali dengan perkenalan setiap anggota kelompok dan diikuti dengan pemberian arahan agar siswa mengetahui apa saja yang harus dilakukan serta diperhatikan selama kegiatan berlangsung

Selama kegiatan berlangsung siswa sangat aktif dan mampu beradaptasi dengan materi yang disampaikan oleh peneliti, setelah penyampaian materi siswa diwajibkan memberikan kesimpulan dari hasil materi dan menutup pertemuan di sesi pertama.

### **c. Pemberian *Treatment II***

*Treatment II* diberikan pada tanggal 15 november 2019. Kegiatan yang dilakukan pada *treatment II* peneliti menggulang kesimpulan dari sesi pertama sebelum masuk ke materi berikutnya dengan tujuan untuk meliah apakah siswa benar-benar telah memahami tentang kecerdasan emosional. Materi yang diberikan pada *treatment ke II* merupakan kelanjutan materi pada *treatment pertama*, dimana pada *treatment kedua* peneliti membentuk sebuah kelompok kecil serta memberikan materi kepada setiap kelompok agar dapat didiskusikan bersama setiap anggota kelompok, adapun materi yang diberikan mengenai ciri-ciri kecerdasan emosional, pentingnya menanam kecerdasan emosional dan pengendalian diri. Setelah siswa berdiskusi di dalam kelompok barulah siswa

mempresentasikan hasil diskusinya dan diikuti dengan sesi tanya jawab antar kelompok. pada sesi ini penyampaian materi lebih melibatkan siswa sehingga siswa mampu mengaplikasikan isi materi dengan kehidupan sehari-hari.

Siswa mulai menunjukkan perubahan dalam sikap, mulai berani mengemukakan pendapat dan siswa mulai berbaur satu sama lain. Setelah pemberian *treatment* siswa menyimpulkan kembali hasil diskusi bersama-sama dan pada akhir pertemuan peneliti memberikan penguatan materi kepada siswa.

#### **d. Pemberian *Treatment* III**

*Treatment* ke III diberikan pada tanggal 18 november 2019. Pemberian *treatment* ke III berupa pengulangan materi dari *treatment* I dan *treatment* II serta pada tahap ini peneliti hanya melihat hasil dari *treatment* I dan *treatment* II apakah siswa sudah benar-benar memahami materi kecerdasan emosional tersebut dengan cara peneliti memberikan beberapa pertanyaan mengenai materi yang telah diberikan dan melihat keantusiasan siswa dalam menjawab pertanyaan. Peneliti melihat sudah ada perubahan yang ditunjukkan oleh siswa, di mana pada saat kegiatan berlangsung siswa sudah mampu memimpin pembicaraan, mengaplikasikan tindakan dengan santai dan siswa juga sudah mulai menanamkan sikap positif pada dirinya serta menerima keadaan lingkungan disekitarnya. Pada akhir pertemuan siswa dituntut untuk saling memberikan semangat satu sama lain. Maka dari hasil *treatment* III ini dapat disimpulkan bahwa setiap siswa harus menanamkan kecerdasan emosional dalam diri maupun lingkungan sosialnya. Peneliti mengharapkan siswa dapat menunjukkan kecerdasan emosionalnya dalam berbagai macam setting kehidupan siswa.

**e. *Posttest***

Setelah *treatment* dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan peneliti membagikan ulang skala kecerdasan emosional kepada 9 siswa yang memiliki skor rendah untuk melihat perubahan skor nilai yang terjadi pada siswa dengan membandingkan skor kecerdasan emosional sebelum dan sesudah diberikannya *treatment* kepada siswa dengan menggunakan pendekatan teknik diskusi kelompok. Adapun hasil *posttest* setelah diberikan *treatment* dapat dilihat pada table 4.3 berikut ini :

**Tabel 4.3**  
**Skor *Posttests* Siswa MTsN 2 Banda Aceh**

No	Responden	<i>Posttest</i>
1	AP	263
2	MA	274
3	FSI	261
4	NSC	299
5	FI	254
6	AZ	290
7	RF	284
8	DA	258
9	GF	253
	Jumlah	2436

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwasannya terdapat perubahan skor kecerdasan emosional setelah diberikan *treatment* dengan menggunakan diskusi kelompok yang artinya ada perbandingan skor antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Adapun perbandingan *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada table 4.4 berikut:

**Tabel 4.4**  
**Data *Pretest* dan *Posttest* Kecerdasan Emosional siswa**

No	Responden	<i>Pretest</i>	%	<i>Posttest</i>	%
1	AP	225	46,1	263	53,8
2	MA	218	44,3	274	55,6
3	FSI	217	45,3	261	54,6
4	NSC	217	42,0	299	57,9
5	FI	215	45,8	254	54,1
6	AZ	214	42,4	290	57,5
7	RF	209	42,3	284	57,6
8	DA	194	42,9	258	57,0
9	GF	186	42,3	253	57,9
	Jumlah	1895	43,7	2436	56,2
	Jumlah rerata	210		270	

Berdasarkan tabel di atas menggambarkan hasil *pretest* dan *posttest* kecerdasan emosional siswa yang mengalami peningkatan secara signifikan setelah diberikan *treatment*, hal ini juga dibuktikan dengan perubahan sikap yang terjadi pada siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah mengalami peningkatan setelah diterapkannya diskusi kelompok. Lebih rinci hasil pengukuran awal dan pengukuran akhir dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.5**  
**Kategori Pengelompokan Siswa *Pretest* dan *Posttest***

No	Kategori	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		F	%	F	%
1	Tinggi	0	0	4	44,4
2	Sedang	0	0	5	55,5
3	Rendah	9	100	0	0
	<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>100</b>	<b>9</b>	<b>100</b>

Tabel 4.5 menunjukkan Perbandingan kedua nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* kecerdasan emosional siswa dalam tabel di atas menunjukkan peningkatan, dimana 9 orang siswa yang berada dalam kategori rendah meningkan sebanyak 4

siswa menunjukkan peningkatan ke dalam kategori tinggi dengan persentase 44,4% dan sebanyak 5 siswa mengalami peningkatan dalam kategori sedang dengan persentase 55,5% yang artinya ada pengaruh yang efektif antara teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Diskusi kelompok yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan pengaruh yang sangat baik dan dapat dilihat melalui hasil peningkatan perubahan skor rata-rata, Adapun hasil perhitungan rata-rata antara *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.6**  
**Hasil Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest***

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRETEST	210.5556	9	12.54104	4.18035
	POSTTEST	270.6667	9	16.83746	5.61249

Pada table di atas menunjukkan bahwa skor data *pretest* sebesar 210.5556 sedangkan skor rata-rata dari data *posttest* sebesar 270.6667, maka dapat disimpulkan hasil skor *posttest* lebih tinggi dibanding skor *pretest*, artinya terjadi peningkatan kecerdasan emosional pada peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan diskusi kelompok.

## 2. Pengolahan Data

Kegiatan pada pengolahan data setelah semua nilai dijumlahkan kemudian ditabulasikan sesuai dengan keperluan pengolahan data di *SPSS*. Uji penelitian dalam pengolahan data ini menggunakan uji *wilcoxon* untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah berbeda atau tidak sebelum dan sesudah diberikan *treatment.*, adapun hasil dari perubahan skor rata-

rata *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *wilcoxon* pada siswa dapat dilihat di table 4.6 berikut ini :

**Tabel 4.7**  
***Uji Wilcoxon Signed Rank Test***

<b><i>Ranks</i></b>			
	<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>Negative Ranks</i>	0 <sup>a</sup>	.00	.00
<i>POSTTES – PRETEST Positive Ranks</i>	9 <sup>b</sup>	5.00	45.00
<i>Ties</i>	0 <sup>c</sup>		
<i>Total</i>	9		

a. *POSTTEST < PRETEST*

b. *POSTTEST > PRETEST*

c. *POSTTEST = PRETEST*

***Test Statistics<sup>a</sup>***

	<i>POSTTEST - PRETEST</i>
<i>Z</i>	-2.666 <sup>b</sup>
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.008

a. *Wilcoxon Signed Ranks Test*

b. *Based on negative ranks.*

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa perolehan nilai dari analisis uji *wilcoxon* untuk melihat perbedaan antara *pretest* dan *posttest* setelah diberikan *treatment*.

### **3. Interpretasi Data**

Hasil pengolahan data menunjukkan nilai dari *negative ranks* yang artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (*posttest*) lebih rendah dari pada nilai kelompok pertama (*pretest*) menunjukkan (N) memiliki nilai 0, *mean ranks* memiliki nilai 0, dan *sum of rank* memiliki nilai 0 yang artinya hasil *treatment* dengan menggunakan pendekatan *problem solving* antara *pretest* dan *posttest*

adalah 0 yaitu menunjukkan tidak adanya penurunan dari nilai *pretest* ke *posttest*, sedangkan untuk *positive ranks* yaitu sampel dengan nilai kelompok kedua (*posttest*) lebih tinggi dari nilai kelompok pertama (*pretest*) dimana antara *pretest* dan *posttes* dengan jumlah N 9 memiliki peningkatan pada hasil *mean ranks* dengan jumlah 5.00 dan hasil dari *sum of rank* sebesar 45.00 yang artinya terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest* setelah diberikan *treatment*. Kesamaan nilai *pretest* dan *posttest* (*ties*) menunjukkan nilai 0 yang artinya tidak ada data siswa yang menunjukkan nilai yang sama pada nilai *pretest* dan *posttest*. Uji *wilcoxon* dalam penelitian ini untuk melihat adanya peningkatan yang signifikan antara teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional dapat dibuktikan melalui hipotesis apakah  $H_a$  dan  $H_o$  diterima atau ditolak, adapun rumusan hipotesis dalam penelitian ini ialah adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.

*Ties* adalah kesamaan nilai *pretest* dan *posttest*. Data menghasilkan nilai *ties* adalah 0. Sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara nilai *pretest* *posttes*, tidak ada data siswa yang sama persis baik dilihat dari *pretest* maupun nilai *posttest*. Adapun pengujian hipotesis ialah:

$H_o$  = Tidak ada perbedaan peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diterapkannya teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.

$H_a$  = Ada perbedaan peningkatan kecerdasan emosional sebelum dan sesudah diterapkannya teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.

Pedoman pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon* berdasarkan nilai signifikansi (*sig.*) hasil *output SPSS*, adalah sebagai berikut

- a. Jika nilai *Asymp Sig*  $< 0.05$  maka hipotesis diterima
- b. Jika nilai *Asymp Sig*  $> 0.05$  maka hipotesis ditolak

Berdasarkan hasil dari perhitungan *wilcoxon signed rank test*, diketahui *Asymp. Sig (2 tailed)* ,008 karena nilai ,008 lebih kecil dari pada 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima sedangkan  $H_o$  ditolak yang berarti ada peningkatan yang signifikan setelah diberikan *treatment* menggunakan teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

### **C. Pembahasan Penerapan Teknik Diskusi Kelompok dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional**

Penelitian ini merujuk pada konsep kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Salovey. Kecerdasan emosional dapat berlangsung efektif apabila siswa dapat mencapai setiap aspek yang terkandung dalam kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi sendiri, mengelola emosi, memotivasi emosi, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain. Pada penelitian ini siswa diharapkan mampu memiliki tingkat pencapaian pada setiap aspek dikarenakan setiap aspek saling berkesinambungan dalam pencapaian perkembangan siswa.

Berdasarkan hasil data-data yang dihimpun melalui penyebaran skala, menunjukkan tingkat pencapaian yang signifikan dan dapat dikatakan bahwa teknik diskusi mampu meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengujian uji *wilcoxon* dengan nilai signifikan 0,008

karena nilai 0,008 lebih kecil dari pada 0,05 maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_a$  diterima, dalam artian teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional.

Adapun skor perbandingan *pretest* dan *posttes* yang menunjukkan peningkatan siswa dapat dilihat dalam tabel 4.7

**Tabel 4.8**  
**Hasil Persentase *Pretest* dan *Posttest***

Jumlah Item Pernyataan	Aspek	<i>Pretest</i>	Persentase <i>Pretest</i>	<i>Posttes</i>	Persentase <i>Posttes</i>
8	160%	235	146,8 %	279	174,3 %
18	360%	464	128,8 %	652	181,1 %
19	380%	501	131,8 %	657	172,8 %
10	200%	259	129,5 %	405	202,5 %
12	240%	2368	153,3 %	443	184,5 %

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa terdapat hasil perubahan atau peningkatan persentase dari keseluruhan indikator yang dilihat dari setiap aspek, dalam artian *posttes* memiliki persentase lebih tinggi dari *pretest* maka dapat diasumsikan siswa telah mencapai tingkat kecerdasan emosional yang efektif pada setiap aspeknya yaitu memiliki kesadaran diri, kemampuan dalam mengelola emosi, kemampuan dalam memanfaatkan emosi secara produktif, memiliki rasa empati serta kemampuan dalam membina hubungan walaupun ada beberapa aspek yang belum tercapai dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian pada MTsN 2 Banda Aceh menunjukkan bahwa ada peningkatan kecerdasan emosional, peningkatan tersebut dapat dilihat melalui sikap serta prilaku siswa ketika bertindak dan siswa juga mulai berbaur satu sama lain, menerima pendapat orang lain serta berani mengemukakan

pendapatnya maka dapat disimpulkan pemberian teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa di MTsN 2 Banda Aceh.



## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwasanya teknik diskusi kelompok efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa dapat dilihat melalui hasil *pretes* dengan membagikan skala kecerdasan emosional terdapat 9 siswa yang berada dalam katagori rendah dengan skor nilai rata-rata dibawah dari 277, setelah diberikan *treatment* memiliki peningkatan skor nilai terhadap 9 siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah berada pada kategori cenderung tinggi dan sedang. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini dibuktikan dengan skor nilai yang diukur menggunakan uji *wilcoxon* dengan signifikan 008 yang berarti 000 dan 008 dibawah 005 maka hipotesis dalam penelitian ini diterima maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik diskusi kelompok terhadap kecerdasan emosional siswa kelas VIII 3-4 di MTsN 2 Banda Aceh.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka peneliti memberikan beberapa saran yang berhubungan dengan variable penelitian, antara lain:

### 1. Bagi Siswa

Kepada siswa hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok yang diadakan oleh guru bimbingan konseling di sekolah untuk mengasah kecerdasan emosional mereka.

### 2. Bagi Guru

Kepada guru bimbingan konseling dapat menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok sebagai layanan unggulan untuk mengembangkan tingkat kecerdasan emosional agar siswa memiliki pribadi yang baik dan diterima di lingkungan dengan baik.

### 3. Bagi Peneliti

Kepada peneliti lain dapat melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok meningkatkan kecerdasan emosional siswa dengan memberikan materi dan cara penyampaian di dalam kegiatan lebih kreatif dan menarik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Efandi. (2005). *Revolusi Kecerdasan Abad 21*. Bandung: Alfabeta.
- Aji Khaerudin. (2014). *Meningkatkan Kecerdasan emosi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan menggunakan Roll Playing*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Amit dan Marjohan. (2006). *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Rineka Aditama.
- Arwono. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Bambang Subroto. (2002). *Good Corporate*. Jakarta: Elex Media.
- Bambang Syamsul Arifin. (2015). *Dinamika Kelompok*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Casmini. (2007). *Emotional Parenting*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Daniel Goleman. (2004). *Emotional Intelligence, Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih Penting Dari Pada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Daniel Goleman. (2015). *Emotional Intellegence*. Jakarta: Gramedia.
- Darmansyah. (2010). *Strategii Pembelajaran Menyenangkan dengan Humor*. Jakarta: Sinar Grafika Offset.
- Dazen Vrilla. (2019). *Kasus Penganiyaan Audrey*. Banda Aceh: Liputan 6, Diakses 16 Juli 2019 Pukul 13.00.
- Desi Susilowati. (2016). *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 01 Tanjung Sari Kabupaten Lampung Selatan*. Skripsi: Universitas Lampung.
- Dewa Ketut Sukardi. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dewi Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusumawati. (2008). *Proses Bimbingan dan Koseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Febri Sulistia. (2016) *Pengaruh Tingkat Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan Siswa di SMP 15 Yogyakarta*. Skripsi: Tidak diterbitkan.
- Flynn. (1989). *Metode Diskusi Kelompok*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Goleman. (2005). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- H. Djaali. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hallen , A. (2005). *Bimbingan dan Kelompok, Edisi Revisi*. Jakarta: Quantum teaching.
- Indra Soefandi dan Ahmad Pramudya. (2009). *Strategi Mengembangkan Potensi Kecerdasan Anak*. Jakarta: Bee Media.
- Juliansyah Noor. (2010). *Metodologi penelitian skripsi, tesis, disertasi dan karya ilmiah*. Jakarta: Kencana.
- M. Basyiruddin Rusman. (2002). *Metodelogi Pembelajaran Agama Islam*. Jakarta: Ciputat Press.
- Muhammad Ali dan Muhammad Asrori. (2010). *Psikologi Remaja, (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: Bumi Askara.
- Mungin Eddy Wibowo. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.
- Muri Yusuf. (2014). *Metode Penelitian*. Jakarta: Prenadamedia.
- Muri Yusuf. (2016). *Metode Penelitian*. Jakarta: Kencana.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2007). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan Remaja*. Bandung: Rosdakarya.
- Ngermanto. (2007). *Quantum Quotient Kecerdasan Quantum*. Bandung : Nuansa.
- Nyoman Dantes. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Prayitno dan Erman, Amti. (2009). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Prayitno. (2005). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Ridwan Abdullah Sani. (2014). *Inovasi Pembelajaran*. Jakarta: Pt Bumi Aksara.

- Robert L. Gibson dan Marianne H. Mitchell. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rusman. (2014). *Model–Model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sri Mulyani. (2019). *Upaya meningkatkan kecerdasan Emosi melalui bimbingan Kelompok pada siswa*. Skripsi: diakses tanggal 16 juli 2019.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta CV.
- Syamsu Yusuf. (2011). *Psikologi perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Tatiek Romlah. (2006). *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tridhonanto A. (2009). *Melejitkan Kecerdasan Emosi (EQ) Buah Hati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

## Lampriaran 1 : Surat Keputusan SK Penunjukan pembimbing

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH  
NOMOR: B-13628/Un.08/FTK/KP.07.6/12/2018

TENTANG:  
PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN  
UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

- Menimbang** : a. bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi dan ujian munaqasyah mahasiswa pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh maka dipandang perlu Menunjuk pembimbing skripsi tersebut yang dituangkan dalam Surat Keputusan Dekan;
- b. bahwa saudara yang tersebut namanya dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Sistem Pendidikan Tinggi;  
4. Peraturan Pemerintah No. 74 Tahun 2012 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah RI Nomor 23 Tahun 2005 tentang Pengelolaan Keuangan Badan Layanan Umum;  
5. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
6. Peraturan Presiden Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh menjadi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;  
7. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang Organisasi & Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
8. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 Tahun 2015, tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Keputusan Menteri Agama Nomor 492 Tahun 2003, tentang Pendelegasian Wewenang Pengangkatan, Pemindahan, dan Pemberhentian PNS di Lingkungan Depag RI;  
10. Keputusan Menteri Keuangan Nomor 293/KMK.05/2011 tentang Penetapan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh pada Kementerian Agama sebagai Instansi Pemerintah yang Menerapkan Pengelolaan Badan Layanan Umum;  
11. Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur Pascasarjana di Lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
- Memperhatikan** : Keputusan Sidang/Seminar Proposal Skripsi Prodi Bimbingan Konseling tanggal 15 November 2018

### MEMUTUSKAN

- Menetapkan**  
**PERTAMA** : Menunjuk Saudara:
1. Saifulah, M.Ag Sebagai pembimbing pertama
  2. Elviana, M. Si Sebagai pembimbing kedua
- Untuk membimbing skripsi :
- Nama : Putra Fajrillah  
NIM : 150213086  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa melalui Teknik Diskusi Kelompok di MTsN 2 Banda Aceh.
- KEDUA** : Pembiayaan honorarium pembimbing pertama dan kedua tersebut di atas dibebankan pada DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2019 No. 025.04.2.423925/2019 Tanggal 5 Desember 2018;
- KETIGA** : Surat Keputusan ini berlaku sampai akhir semester Ganjil Tahun Akademik 2019/2020
- KEEMPAT** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini.

Ditetapkan di Banda Aceh  
Pada tanggal 06 Desember 2018

Rektor  
Muslim Rizali

#### Tembusan

1. Rektor UIN Ar-Raniry di Banda Aceh;
2. Ketua Prodi Bimbingan Konseling;
3. Pembimbing yang bersangkutan untuk ditandatangani dan dilaksanakan;
4. Yang bersangkutan.

## Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA BANDA ACEH  
Jalan Mohd. Jam No. 29 Telp. +626390597 Fax. 22907 Banda Aceh Kode Pos 23242  
Website: kemenagbna.web.id

Nomor : B- 1722 /Kk.01.07/4/TL.00/10/2019 18 Oktober 2019  
Sifat : Biasa  
Lampiran : Nihil  
Hal : **Rekomendasi Melakukan Penelitian**

Yth, Kepala MTsN 2  
Kota Banda Aceh

*Assalâmu'alaikum Wr. Wb.*

Sehubungan dengan surat Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh Nomor : B-15218/Un.08/FTK.1/TL.00/10/2019 tanggal 17 Oktober 2019, perihal sebagaimana tersebut dipokok surat, maka dengan ini kami mohon bantuan Saudara untuk dapat memberikan data maupun informasi lainnya yang dibutuhkan dalam rangka memenuhi persyaratan bahan penulisan **Skripsi**, kepada saudara/i :

Nama : Putra Fajrilah  
NIM : 150213086  
Prodi/Jurusan : Bimbingan Konseling  
Semester : IX

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Harus berkonsultasi langsung dengan kepala madrasah, Sepanjang Tidak mengganggu proses belajar mengajar
2. Tidak memberatkan madrasah.
3. Tidak menimbulkan keresahan-keresahan lainnya di Madrasah.
4. Foto Copy hasil penelitian sebanyak 1 (satu) eksemplar diserahkan ke Kantor Kementerian Agama Kota Banda Aceh

Demikian rekomendasi ini kami keluarkan, Atas perhatian dan kerja sama yang baik kami ucapkan terima kasih.

An. Kepala  
Kasi Pendidikan Madrasah,

Mullzar

Tembusan :

1. Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Aceh.
2. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
3. Yang bersangkutan.

Lampiran 3 : Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Kepala Sekolah MTsN 2 Banda Aceh.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA BANDA ACEH**  
**MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 2 BANDA ACEH**  
Jln. Tgk. Meum Lueng Bata, Banda Aceh 23247  
Telp. (0651) 8082331; e-mail : [mtsn.bandaaceh2@gmail.com](mailto:mtsn.bandaaceh2@gmail.com)

NSM	1	2	1	1	1	1	7	1	0	0	0	2
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

**SURAT KETERANGAN**  
**NOMOR : B-775/Mts. 01.07.2/TL.00/12/2019**

Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Banda Aceh, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : PUTRA FAJRILLAH  
NPM : 150213086  
Prodi : Bimbingan dan Konseling

Benar yang namanya tersebut di atas telah melakukan penelitian pada MTsN 2 Banda Aceh pada tanggal 07 Juli s/d 20 November 2019 dalam rangka memenuhi persyaratan bahan penulisan Skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Studi pada Universitas Islam Negeri Ar-Raniry dengan judul :

**"MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA MELALUI  
TEKNIK DISKUSI KELOMPOK DI MTSN 2 BANDA ACEH"**

Demikian surat keterangan penelitian ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 03 Desember 2019  
Kepala,

  
Ihsan

Tembusan :  
1. Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Prov. Aceh  
2. Kepala Kantor Kementerian Agama Kota Banda Aceh

Lampiran 4 : Hasil Judgment Angket

HASIL JUDGMENT INSTRUMEN

Nama : Putra Fajrillah  
Nim : 150213086  
Instrument : Kecerdasan Emosional

PERTIMBANGAN	SARAN/REKOMENDASI/REVISI
Bahasa	BAIK
Kontak	BAIK
Isi	BAIK

Banda Aceh, 16 Oktober 2019

Pembimbing Instrumen

  
Wanty Khaira., M. Ed

HASIL JUDGMENT INSTRUMEN

Nama : Putra Fajrillah  
Nim : 150213086  
Instrument : Kecerdasan Emosional

PERTIMBANGAN	SARAN/REKOMENDASI/REVISI
Bahasa	Bahasa diperbaiki, banyak perubahan kata yang salah.
Konstruk	Sudah baik, tapi masih ada beberapa yang kurang tepat/tidak sesuai dgn indikator.
Isi	Sudah baik

Banda Aceh, 21 Oktober 2019

Pembimbing Instrumen

  
SRI DASWANI, S.Pd, M.Pd.

Lampiran 5: Skala Kecerdasan Emosional

**SKALA KECERDASAN EMOSIONAL**

**PETUNJUK PENGISIAN**

1. Tulislah terlebih dahulu nama, nomor induk siswa dan kelas pada tempat yang telah disediakan.
2. Jawablah seluruh pernyataan dengan memilih salah satu dari 5 alternatif jawaban yaitu:
  - SS = Sangat Setuju
  - S = Setuju
  - N = Netral
  - TS = Tidak setuju
  - STS = Sangat Tidak Setuju
3. Jawablah dengan memberi tanda (√) pada kolom yang telah disediakan.

---

Nama :  
Nomor Induk Siswa :  
Kelas :  
Tes kecerdasan emosional siswa

NO	PERNYATAAN	ALTERNATIF JAWABAN				
		SS	S	N	TS	STS
1	Saya sadar akan kelalaian diri saya					
2	Saya memiliki cita-cita yang tinggi					
3	Saya sering takut tanpa alasan					
4	Saya cemas ketika memikirkan masa depan					
5	Saya senang pelajaran berlangsung					
6	Saya senang mengenang masa lalu					
7	Saya apatis terhadap masalah					
8	Saya tidak takut ketika terlambat sekolah					
9	Saya meminta maaf ketika melakukan kesalahan					

10	Saya bisa menjaga emosi saya					
11	Saya tidak merusak barang sekitar ketika sedang marah					
12	Ketika memiliki masalah dengan teman, saya lebih memilih diam dari pada harus berselisih					
13	Saya tidak akan membalas orang yang mengganggu saya					
14	Saya memarahi teman yang menghina saya					
15	Saya memendam kekesalan terhadap teman saya					
16	Saya senang menghabiskan waktu luang di perpustakaan					
17	Saya senang ketika mengikuti sebuah perlombaan					
18	Saya ke ruang usaha kesehatan sekolah ketika bosan belajar					
19	Saya pernah ke kantin pada saat jam pelajaran berlangsung					
20	Saya tertidur di kelas pada saat jam pelajaran					
21	Ketika bosan saya senang mengganggu teman					
22	Saya berusaha menenangkan diri ketika sedang memiliki masalah					
23	Saya takut ditertawakan oleh teman ketika maju kedepan kelas					
24	Saya tidak suka berkumpul bersama keluarga					
25	Saya gugup ketika ditunjuk maju ke depan kelas					
26	Saya tidak berani mengeluarkan pendapat saya					
27	Saya dapat mempertahankan prestasi belajar saya					
28	Saya disenangi oleh banyak orang					
29	Saya tidak mudah menyerah					
30	Saya tidak membandingkan diri saya dengan orang lain					

31	Saya tidak yakin dengan kemampuan saya					
32	Saya suka menyontek					
33	Saya cemas ketika menghadapi ujian sekolah					
34	saya suka mengerjakan tugas sekolah					
35	Saya bertanggung jawab ketika memiliki masalah dengan orang lain					
36	Saya yakin setiap musibah ada hikmahnya					
37	saya bangun pagi tepat waktu					
38	Saya tidak pernah mempersiapkan diri ketika mau ujian					
39	saya tidak mudah percaya dengan teman saya					
40	Saya tidak berani bertanya ketika tidak mengerti materi pembelajaran					
41	Saya sulit mengeluarkan ide kreatif					
42	Saya selalu bertindak dengan memikirkan resiko					
43	Saya melanggar peraturan sekolah					
44	Saya ragu-ragu ketika berbicara dengan teman					
45	Saya mengerjakan pekerjaan rumah disekolah					
46	Saya ikut sedih ketika ada teman yang kesusahan					
47	Saya suka membantu orang-orang disekitar saya					
48	Ketika mendengarkan berita duka dari teman, saya langsung menyampaikan bela sungkawa					
49	Saya suka ikut mengumpulkan sumbangan untuk orang yang membutuhkan					
50	Saya tidak mencintai alam					
51	Saya tidak pernah membanding-bandingkan teman					
52	Saya suka memuji kepintaran orang lain					
53	Saya suka menyembunyikan barang teman					
54	Saya suka mengganggu teman					
55	Saya tertawa ketika melihat teman jatuh					

56	Saya merespon ketika ada orang yang berbicara kepada saya					
57	Saya suka memberikan solusi kepada teman					
58	Saya senyum ketika berjumpa dengan teman					
59	Saya berani memulai pembicaraan dengan orang baru					
60	Saya menyembunyikan diri ketika ada teman yang memulai pembicaraan					
61	Saya sering berbagi dengan teman					
62	saya mudah mendapatkan teman					
63	Saya sulit bergabung dalam pembicaraan teman saya					
64	Saya bermain handphone ketika berkumpul bersama teman					
65	Saya lebih suka menyendiri dari pada berteman					
66	Saya merasa terabaikan oleh teman-teman					
67	Saya suka membantu teman yang tidak mengerti materi pelajaran					
68	Saya menyuruh teman mengerjakan tugas saya					



Lampiran 6 :Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

❖ Validitas

No Pernyataan	r hitung	r table	Kesimpulan	Keterangan
1	0,442	0,361	Valid	Dipakai
2	0,478	0,361	Valid	Dipakai
3	0,254	0,361	Invalid	Dibuang
4	0,095	0,361	Invalid	Dibuang
5	0,390	0,361	Valid	Dipakai
6	0,381	0,361	Valid	Dipakai
7	0,150	0,361	Invalid	Dibuang
8	0,163	0,361	Invalid	Dibuang
9	0,048	0,361	Invalid	Dibuang
10	0,115	0,361	Invalid	Dibuang
11	0,457	0,361	Valid	Dipakai
12	0,442	0,361	Valid	Dipakai
13	0,154	0,361	Invalid	Dibuang
14	0,089	0,361	Invalid	Dibuang
15	0,435	0,361	Valid	Dipakai
16	0,298	0,361	Invalid	Dibuang
17	0,381	0,361	Valid	Dipakai
18	0,159	0,361	Invalid	Dibuang
19	0,254	0,361	Invalid	Dibuang

20	0,707	0,361	Valid	Dipakai
21	0,653	0,361	Valid	Dipakai
22	0,582	0,361	Valid	Dipakai
23	0,410	0,361	Valid	Dipakai
24	0,567	0,361	Valid	Dipakai
25	0,317	0,361	Invalid	Dibuang
26	0,264	0,361	Invalid	Dibuang
27	0,354	0,361	Valid	Dipakai
28	0,559	0,361	Valid	Dipakai
29	0,296	0,361	Invalid	Dibuang
30	0,452	0,361	Valid	Dipakai
31	0,387	0,361	Valid	Dipakai
32	0,331	0,361	Invalid	Dibuang
33	0,016	0,361	Invalid	Dibuang
34	0,365	0,361	Valid	Dipakai
35	0,308	0,361	Invalid	Dibuang
36	0,559	0,361	Valid	Dipakai
37	0,441	0,361	Valid	Dipakai
38	0,530	0,361	Valid	Dipakai
39	0,499	0,361	Valid	Dipakai
40	0,161	0,361	Invalid	Dibuang
41	0,058	0,361	Invalid	Dibuang

42	0,058	0,361	Invalid	Dibuang
43	0,521	0,361	Valid	Dipakai
44	0,209	0,361	Invalid	Dibuang
45	0,427	0,361	Valid	Dipakai
46	0,550	0,361	Valid	Dipakai
47	0,452	0,361	Valid	Dipakai
48	0,044	0,361	Invalid	Dibuang
49	0,581	0,361	Valid	Dipakai
50	0,334	0,361	Invalid	Dibuang
51	0,405	0,361	Valid	Dipakai
52	0,458	0,361	Valid	Dipakai
53	0,446	0,361	Valid	Dipakai
54	0,443	0,361	Valid	Dipakai
55	0,662	0,361	Valid	Dipakai
56	0,653	0,361	Valid	Dipakai
57	0,533	0,361	Valid	Dipakai
58	0,577	0,361	Valid	Dipakai
59	0,490	0,361	Valid	Dipakai
60	0,563	0,361	Valid	Dipakai
61	0,390	0,361	Valid	Dipakai
62	0,771	0,361	Valid	Dipakai
63	0,564	0,361	Valid	Dipakai

64	0,452	0,361	Valid	Dipakai
65	0,503	0,361	Valid	Dipakai
66	0,329	0,361	Valid	Dipakai
67	0,423	0,361	Valid	Dipakai
68	0,312	0,361	Invalid	Dibuang
69	0,809	0,361	Valid	Dipakai
70	0,607	0,361	Valid	Dipakai
71	0,719	0,361	Valid	Dipakai
72	0,335	0,361	Invalid	Dibuang
73	0,378	0,361	Valid	Dipakai
74	0,596	0,361	Valid	Dipakai
75	0,642	0,361	Valid	Dipakai
76	0,499	0,361	Valid	Dipakai
77	0,569	0,361	Valid	Dipakai
78	0,192	0,361	Invalid	Dibuang
79	0,286	0,361	Invalid	Dibuang
80	0,546	0,361	Valid	Dipakai
81	0,319	0,361	Invalid	Dibuang
82	0,463	0,361	Valid	Dipakai
83	0,194	0,361	Invalid	Dibuang
84	0,108	0,361	Invalid	Dibuang
85	0,510	0,361	Valid	Dipakai

86	0,628	0,361	Valid	Dipakai
87	0,406	0,361	Valid	Dipakai
88	0,309	0,361	Invalid	Dibuang
89	0,559	0,361	Valid	Dipakai
90	0,567	0,361	Valid	Dipakai
91	0,557	0,361	Valid	Dipakai
92	0,482	0,361	Valid	Dipakai
93	0,129	0,361	Invalid	Dibuang
94	0,588	0,361	Valid	Dipakai
95	0,313	0,361	Invalid	Dibuang
96	0,064	0,361	Invalid	Dibuang
97	0,592	0,361	Valid	Dipakai
98	0,361	0,361	Valid	Dipakai
99	0,534	0,361	Valid	Dipakai
100	0,418	0,361	Valid	Dipakai
101	0,534	0,361	Valid	Dipakai
102	0,672	0,361	Valid	Dipakai
103	0,488	0,361	Valid	Dipakai
104	0,232	0,361	Invalid	Dibuang
105	0,267	0,361	Invalid	Dibuang
106	0,555	0,361	Valid	Dipakai

❖ Reliabilitas

*Reliabilitas Statistics*

<i>Variabel</i>	<i>Cronbach' Alpha</i>	<i>N of Items</i>
Kecerdasan Emosional	,950	106



Lampiran : 7 Output SPSS Uji Wilcoxon

**Uji Wilcoxon Signed Rank Test**

**Ranks**

	<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>Negative Ranks</i>	0 <sup>a</sup>	.00	.00
<i>POSTTES – PRETEST Positive Ranks</i>	9 <sup>b</sup>	5.00	45.00
<i>Ties</i>	0 <sup>c</sup>		
<i>Total</i>	9		

a. *POSTTES < PRETEST*

b. *POSTTES > PRETEST*

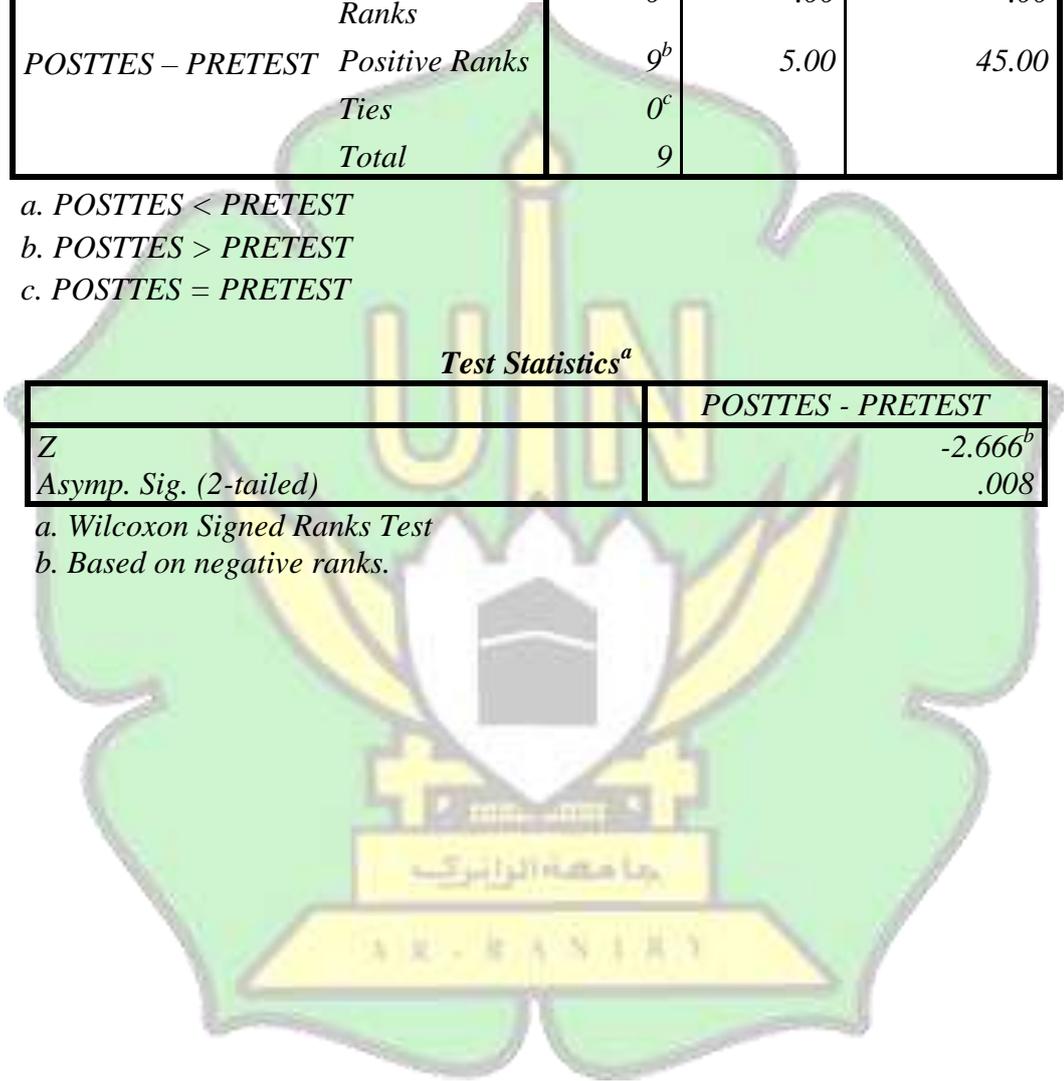
c. *POSTTES = PRETEST*

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	<i>POSTTES - PRETEST</i>
<i>Z</i>	-2.666 <sup>b</sup>
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.008

a. *Wilcoxon Signed Ranks Test*

b. *Based on negative ranks.*



Lampiran 8: Data Skor *Pretest* dan *Posttes*

**Data Skor *Pretest* dan *Posttest* Kecerdasan Emosional Siswa**

No	Responden	<i>Pretest</i>	%	<i>Posttes</i>	%
1	AP	225	46,1	263	53,8
2	MA	218	44,3	274	55,6
3	FSI	217	45,3	261	54,6
4	NSC	217	42,0	299	57,9
5	FI	215	45,8	254	54,1
6	AZ	214	42,4	290	57,5
7	RF	209	42,3	284	57,6
8	DA	194	42,9	258	57,0
9	GF	186	42,3	253	57,9
	Jumlah	1895	43,7	2436	56,2
	Jumlah rerata	210		270	



Lampiran 9 : Materi Kecerdasan Emosional



**MTsN 2 BANDA ACEH**

Jln. Tgk. Imeum Lueng Bata Banda Aceh. Kode Pos : 23247

Email : [mtsnbandaaceh2@gmail.com](mailto:mtsnbandaaceh2@gmail.com)

---

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)  
BIMBINGAN KELOMPOK  
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2019**

A	Komponen layanan	Layanan dasar / responsive
B	Bidang layanan	Bidang pribadi
C	Fungsi layanan	Pemahaman
D	Tujuan	Agar siswa mampu memiliki pemahaman tentang kecerdasan emosional serta memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri dengan baik
E	Topik	Kecerdasan emosional
F	Sasaran layanan	9 orang siswa yang mengalami kecerdasan emosional rendah
G	Metode dan Teknik	Diskusi kelompok
H	Waktu	10.30 s/d selesai
I	Media/Alat	-
J	Tanggal Pelaksanaan	13 November 2019
K	Sumber Bacaan	Buku
L	Uraian Kegiatan	
	1. Tahap awal	

	<p>a. Pernyataan Tujuan</p>	<p>a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menyapa peserta didik/konseli dengan kalimat yang membuat siswa bersemangat</p> <p>b. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menyampaikan tentang tujuan bimbingan yaitu sesuai dengan tujuan khusus yang akan dicapai meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotorik.</p>
	<p>b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok (pembentukan kelompok)</p>	<p>Menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan bimbingan. Apabila menggunakan teknik yang sudah dipilih maka, guru bimbingan dan konseling atau konselor perlu menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab siswa</p>
	<p>c. mengarahkan kegiatan (konsolidasi)</p>	<p>Memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan secara operasional dan menanyakan kepada peserta didik/konseli tentang kegiatan yang akan dilakukannya</p>
	<p>d. Tahap peralihan (transisi)</p>	
<p>Guru bimbingan dan konseling atau konselor menanyakan kalau ada siswa yang belum mengerti</p>		<p>a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas</p>

<p>dan memberikan penjelasannya ( <i>storming</i> )</p>	<p>b. Guru bimbingan dan konselor atau konselor memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami</p> <p>c. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan</p>
<p>Guru bimbingan dan konseling atau konselor menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang akan dilakukannya ( <i>Norming</i> )</p>	<p>a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas</p> <p>b. Setelah semua peserta menyatakan siap, kemudian guru bimbingan dan konselor atau konselor memulai masuk ke tahap kerja</p>
<p>2. Tahap inti/kerja</p>	
<p>Proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkan teknis tertentu ( <i>Eksprerientasi</i> )</p>	<p>Uraian ini berisi tentang pelaksanaan tahapan kegiatan peserta didik/konseli ( ‘ DO’ ) sebagai operasionalisasi teknik dalam mencapai tujuan. Pada tahap ini guru bimbingan dan konseling atau konselor harus Memastikan keselarasan antara tujuan yang akan dicapai, metode yang dipilih, dengan materi yang digunakan</p>
	<p>1. Refleksi indentifikasi. Uraian ini berisi kegiatan guru bimbingan</p>

<p>Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan (<i>Refleksi</i>)</p>	<p>dan konseling atau konselor dalam mengidentifikasi respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan (<i>What Happened</i>). Pertanyaan-pertanyaan pada refleksi identifikasi mengacu kepada pengukuran pencapaian apa yang diketahui (pengenalan)</p> <p>2. Refleksi Analisis</p> <p>Uraian ini berisi kegiatan guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam mengajak konseli untuk menganalisis dan memikirkan (<i>think</i>) sebab-sebab mengapa mereka menunjukkan perilaku tertentu dan apa yang akan dilakukan selanjutnya (<i>so what</i>)</p> <p>3. Refleksi Generalisasi</p> <p>Uraian ini berisi kegiatan guru bimbingan dan konseling atau konselor mengajak peserta membuat rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku yang dianggap sebagai kelemahan dirinya (<i>Plan</i>). Selanjutnya guru bimbingan dan konseling atau konselor mengajukan pertanyaan tentang rencana tindakan untuk</p>
--	---

		<p>memperbaiki perilaku sebagai tanda peserta didik memiliki kesadaran untuk berubah (<i>Now What</i>).</p> <p>Contoh pertanyaan:</p> <p>Rencana apa yang akan dilakukan ?</p> <p>Kapan akan dimulai ?</p> <p>Langkah terdekat apa yang akan dilakukan ?</p>
	3. Tahap pengakhiran (terminasi)	
	Menutup kegiatan dan tidak lanjut	<p>a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok</p> <p>b. Merencanakan tindak lanjut, yaitu mengembangkan aspek kerjasama</p> <p>c. Akhir dari tahap ini adalah menutup kegiatan layanan secara simpatik (<i>Framming</i>)</p>
M	Evaluasi	
	1. Evaluasi proses	<p>Evaluasi ini dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan bimbingan kelompok, meliputi :</p> <p>a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam</p>

		<p>menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan</p> <p>b. Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok</p> <p>c. Guru imbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya</p>
	2. Evaluasi hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti bimbingan dan kelompok antara lain:</p> <p>a. Mangajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok</p> <p>b. Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok</p> <p>c. Konseli mengisi instrument penilaian dari guru bimbingan dan konseling atua konselor (seperti contoh dalam konseling kelompok)</p>

Banda Aceh, 13 November 2019

Peneliti

Putra fajrillah

## PENGENALAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN PENGENDALIAN DIRI

### A. Pengertian Kecerdasan emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan beretahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, serta kesadaran diri, melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa.<sup>1</sup> Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain di sekitarnya

Menurut para ahli kecerdasan emotional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita dan orang lain, kemampuan dalam memotivasi diri, kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam diri sendiri dan berhubungan dengan orang lain.<sup>2</sup> Kecerdasan emosional sendiri haruslah dimiliki oleh setiap siswa karena kualitas-kualitas emosional sangat penting untuk menggapai keberhasilan siswa, penulis berasumsi ketika kecerdasan emosional siswa ditingkatkan siswa akan mampu memiliki pemahaman, mampu mengelola, dan merasakan emosinya sehingga ketika ia bertindak ia akan memikirkannya terlebih dahulu.

---

<sup>1</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Umum, 2000), h.

<sup>2</sup> Agus Ngermanto, *Quantum Quotient Kecerdasan Quantum*, (Bandung : Nuansa, 2007), h.98.

Maka dapat disimpulkan kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosi atau meletakkan emosi sesuai dengan tempatnya dan mampu menyeimbangi emosi sesuai dengan perasaan yang dimiliki tanpa harus meluapkan emosi secara berlebihan. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang bagus lebih mampu membina hubungan dengan orang yang banyak,

Kecerdasan emosional pada siswa juga dapat dilihat dari ketulenan siswa seperti ketika diberikan tugas siswa langsung menyelesaikannya, tangguh, tidak mudah putus asa dan selalu percaya diri dalam menjalankan pekerjaan, optimisme, seperti selalu mempunyai harapan yang baik, mampu memotivasi diri sendiri, dan Antusiasme yaitu memiliki minat yang besar ketika tertarik kepada suatu objek yang disukai.

#### B. Kondisi emosional remaja

Berdasarkan aktivitasnya, tingkah laku emosional dapat dibagi menjadi empat macam, yaitu:

- a. Marah, orang bergerak menentang sumber frustrasi
- b. Takut, orang bergerak meninggalkan sumber frustrasi
- c. Cinta, orang bergerak menuju sumber kesenangan
- d. Depresi, orang menghentikan respons-respons terbukanya dan mengalihkan emosi kedalam dirinya sendiri

John B. Watson menemukan bahwa tiga dari keempat respons emosional tersebut terdapat pada anak-anak atau remaja, yaitu:

a. Takut

Pada dasarnya, rasa takut itu bermacam-macam. Ada yang timbul karena anak kecil sering ditakut-takuti atau karena berlakunya berbagai pantangan di rumah. Akan tetapi, ada juga rasa takut “naluriah” yang terpendam dalam hati sanubari setiap insan, seperti, rasa takut akan kegelapan, takut berada di tempat sepi tanpa teman atau yang lainnya.

b. Marah

Pada umumnya, luapan kemarahan lebih sering terlihat ketimbang rasa takut. Kemarahan selalu kita lihat berhubungan dengan keadaan tertentu. Kemarahan bisa juga timbul sehubungan dengan keadaan yang sebetulnya tidak lazim untuk menimbulkan kemarahan. Kemarahan merupakan emosi yang amat sukar untuk menerima dan mengungkapkannya. Rasa marah menunjukkan bahwa perasaan kita tersinggung oleh seseorang, bahwa seseorang sudah tidak baik. Pada waktu kita tidak mau mengakui perasaan marah atau tidak mau mengungkapkannya, perasaan marah itu mengumpal atau berkumpul. Jika kita memendamnya, perasaan marah itu lama kelamaan akan menghilangkan tenaga dan semangat kita, dan perasaan itu pun akan meledak dan membuat kita sendiri dan orang lain terkejut. Perasaan marah merupakan bagian dari kemanusiaan kita, dan bagian dari lelesi kita dengan orang lain.

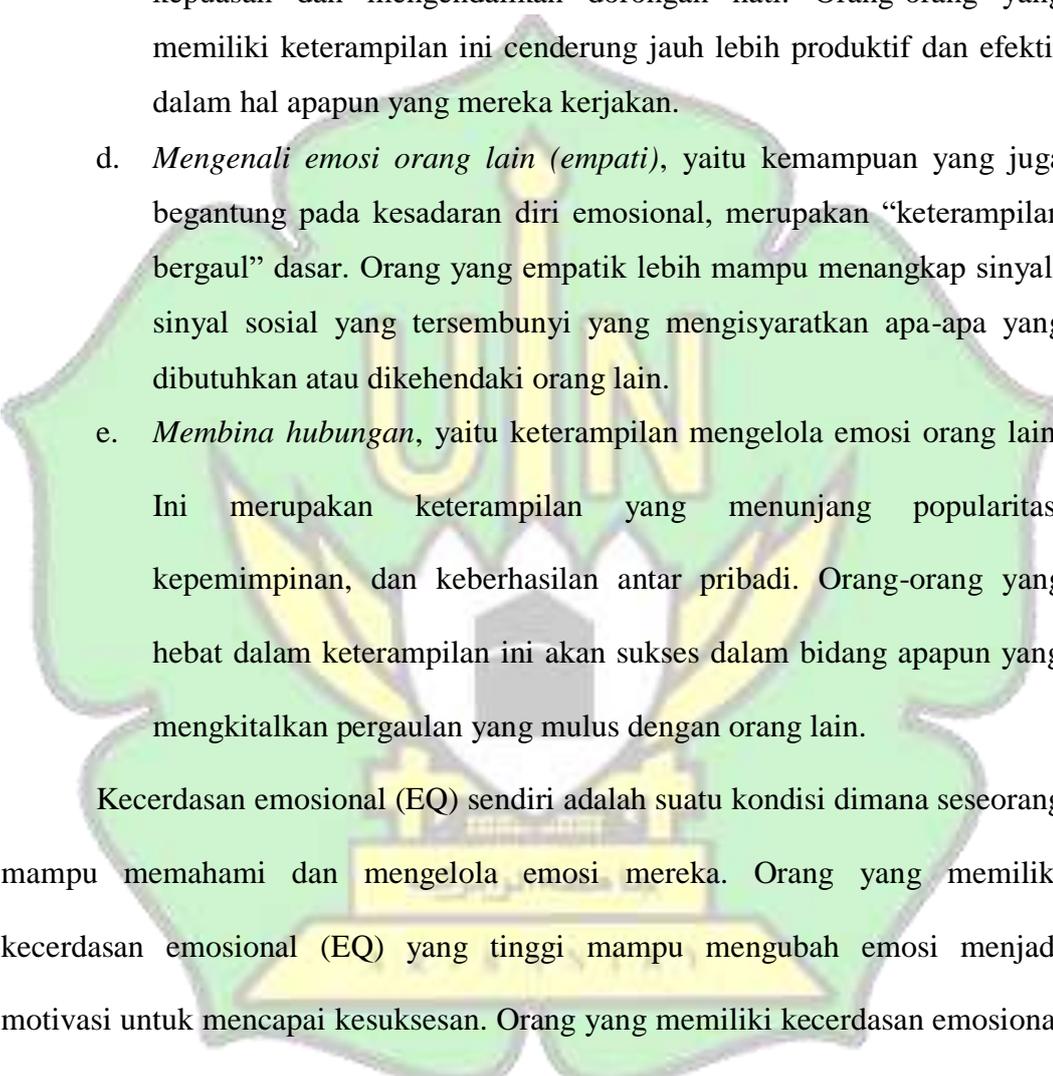
c. Cinta

Cinta merupakan emosi yang membawa kebahagiaan yang terbesar dan perasaan puas yang sangat dalam. Perasaan cinta dapat dialami secara mendalam dan mempengaruhi hidup kita. apa yang disebut dengan “jatuh cinta” menggambarkan apa yang dialami seseorang ketika sedang dikuasai emosi cinta yang hebat.

C. Ciri-ciri kecerdasan emosional

Goleman menyatakan bahwa secara umum ciri-ciri seseorang memiliki kecerdasan emosi adalah mampu memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir serta berempati dan berdoa. Lebih lanjut Salovey memerinci lagi aspek-aspek kecerdasan emosi secara khusus sebagai berikut:

- a. *Mengenali emosi diri*, yaitu kesadaran diri mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi, merupakan dasar kecerdasan emosional. Kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan kita yang sesungguhnya membuat kita berada dalam kekuasaan perasaan.
- b. *Mengelola emosi*, yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Kemampuan mengelola emosi meliputi kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melapaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

- 
- c. *Memotivasi diri sendiri*, yaitu menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan. Ini adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri, dan untuk berkreasi. Kemampuan ini didasari oleh kemampuan mengendalikan emosi, yaitu menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.
- d. *Mengenal emosi orang lain (empati)*, yaitu kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional, merupakan “keterampilan bergaul” dasar. Orang yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.
- e. *Membina hubungan*, yaitu keterampilan mengelola emosi orang lain. Ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang-orang yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengkaitkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

Kecerdasan emosional (EQ) sendiri adalah suatu kondisi dimana seseorang mampu memahami dan mengelola emosi mereka. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi mampu mengubah emosi menjadi motivasi untuk mencapai kesuksesan. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) memiliki ciri-ciri tertentu yang dapat diamati. Berikut adalah ciri kecerdasan emosional (EQ):

1. Ingin tahu tentang orang lain

Ciri kecerdasan emosional (EQ) yang pertama adalah selalu ingin tahu tentang orang lain. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi

cenderung suka untuk berteman dengan orang lain sebanyak mungkin. Mereka merasa ingin tahu tentang orang lain, bahkan orang yang belum dikenal sekalipun. Merasa ingin tahu dan menjadi tertarik dengan orang lain juga bisa menumbuhkan empati. Memperluas empati dengan berbicara dengan orang lain sebanyak mungkin merupakan salah satu cara untuk menambah pengetahuan dan pkitangan hidup Kita tentang dunia.

## 2. Pemimpin yang besar

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Daniel Goleman yakni penulis buku terlaris internasional Emotional Intellegence, para pemimpin yang luar biasa memiliki satu kesamaan didalam kepemimpinannya selain bakat, etos kerja yang kuat serta ambisi. Mereka rata-rata memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi dari pada kecerdasan intelektual (IQ).

## 3. Tahu kekuatan dan kelemahan diri

Ciri kecerdasan emosional (EQ) selanjutnya adalah tahu kekuatan dan kelemahan diri. Orang yang memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi akan mengetahui dimana letak kekuatan dan kelemahan dari dirinya sendiri. Dengan mengetahui kekuatan dan kelemahan Kita, bisa Kita dijadikan bekal tentang bagaimana seharusnya Kita bertindak dengan menutupi kelemahan dan mengunggulkan kekuatan yang Kita miliki. Kesadaran akan keadaan diri ini akan melahirkan kepercayaan diri yang kuat pada diri Kita.

## 4. Kemampuan untuk fokus dan konsentrasi

Ciri orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi adalah memiliki kemampuan untuk selalu fokus dan berkonsentrasi dengan apa yang dikerjakan dan apa yang ingin dicapainya.

#### 5. Manajemen kesedihan

Ciri kecerdasan emosional (EQ) yang selanjutnya adalah dapat memanajemen atau mengatur kesedihan. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi tahu bagaimana caranya mengelola emosi, marah bahkan rasa sedih. Walaupun setiap orang pasti merasakan kesedihan, namun orang yang memiliki keerdasan emosional (EQ) yang tinggi mampu mengatur dan memanajemen kesedihan yang dirasakannya.

#### 6. Memiliki banyak teman

Ciri kecerdasan emosional (EQ) berikutnya adalah memiliki banyak teman. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi mampu memahami emosi diri dan emosi orang lain sehingga tahu bagaimana bersikap dengan orang lain sehingga disukai banyak orang dan memiliki banyak teman.

#### 7. Selalu menjadi orang yang lebih baik dan bermoral

Ciri kecerdasan emosional (EQ) yang selanjutnya adalah selalu ingin menjadi orang yang lebih baik dan bermoral. Hal ini berkaitan dengan cara membangun hubungan interpersonal dengan orang lain.

#### 8. Membantu orang lain

Ciri kecerdasan emosional (EQ) selanjutnya adalah membantu orang lain. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi cenderung memiliki

jiwa sosial yang tinggi pula, serta memiliki rasa untuk selalu ingin membantu orang lain

9. Pkitai membaca ekspresi wajah orang

Mampu merasakan perasaan orang lain adalah ciri kecerdasan emosional (EQ) yang selanjutnya. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi mampu membaca dan memahami ekspresi seseorang walaupun hanya dengan melihat ekspresi wajahnya saja.

10. Selalu bangkit dari kegagalan

Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi akan selalu bangkit dari setiap kegagalan yang dialaminya. Hal ini dikarenakan ia mampu mengontrol emosi negatifnya dan mengubahnya menjadi motivasi untuk meraih kesuksesannya.

11. Berkarakter

Ciri kecerdasan emosional (EQ) berikutnya adalah berkarakter. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi adalah orang yang memiliki karakter, kepribadian serta pendirian yang teguh. Mereka selalu mantap dalam melakukan segala hal karena ia mampu berfikir dan membuat keputusan yang tepat.

12. Percaya diri

Ciri kecerdasan emosional (EQ) selanjutnya adalah percaya diri. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi mampu tampil percaya diri karena ia mengetahui kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya sehingga ia tahu bagaimana harus bertindak dan membuat keputusan yang tepat.

13. Memiliki motivasi yang tinggi

Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi selalu memotivasi diri sendiri untuk selalu fokus dalam meraih dan mewujudkan kesuksesannya.

14. Tahu kapan harus bertindak

Ciri kecerdasan emosional (EQ) yang terakhir adalah tahu kapan harus bertindak. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang tinggi, memiliki kemampuan untuk mengontrol dan mengendalikan emosinya. Mereka tidak akan terbawa emosi dan tahu kapan waktu yang tepat untuk bertindak dan melakukan sesuatu berdasarkan pertimbangan yang matang

Adapun ciri-ciri emosional rendah pada remaja menjadi dua rentang usia, yaitu 12-15 tahun dan usia 15-18 tahun.

a. Ciri- ciri emosional remaja berusia 12-15 tahun:

1. Pada usia ini seorang siswa /anak cenderung banyak murung dan tidak dapat diterka.
2. Siswa mungkin bertingkah laku kasar untuk menutupi kekurangan dalam hal rasa percaya diri.
3. Ledakan-ledakan kemarahan mungkin bias terjadi.
4. Seorang remaja cenderung tidak toleran terhadap orang lain dan membenarkan pendapatnya sendiri.

5. Siswa-siswa di SMP mulai mengamati guru-guru dan orang tua mereka.

b. Ciri-ciri emosional remaja usia 15-18 tahun

1. Pemberontakan remaja merupakan pernyataan-pernyataan dari perubahan yang universal dari masa kanak-kanak ke dewasa.
2. Karena bertambahnya kebebasan mereka, banyak remaja mengalami konflik dengan orang tuanya.
3. Sering melamun memikirkan masa depan.

D. Pentingnya menanam kecerdasan emosional di dalam diri

Kecerdasan emosional (EQ) sangat penting bagi setiap individu untuk masa. Pentingnya kecerdasan emosional (EQ) yang lain bagi setiap individu, antara lain mempengaruhi :

1. Kesehatan fisik

Jika Kita tidak dapat mengontrol dan mengelola emosi dapat mengakibatkan Kita merasa tertekan dan stres. Jika Kita tidak dapat mengelola stres Kita, dapat menyebabkan masalah yang serius. Stres yang tidak terkontrol dapat meningkatkan tekanan darah, menekan sistem kekebalan tubuh, meningkatkan resiko serangan jantung dan stroke, serta berkontribusi terhadap infertilitas dan mempercepat proses penuaan.

2. Kesehatan mental

Stres yang tidak terkendali juga dapat mempengaruhi kesehatan mental Kita, membuat Kita rentan terhadap depresi dan kecemasan. Jika Kita tidak dapat memahami dan mengelola emosi Kita, Kita akan sering

merasakan perubahan suasana hati dan ketika Kita tidak memiliki kemampuan yang baik untuk berkomunikasi dengan orang lain maka dapat membuat Kita merasa kesepian dan terisolasi.

### 3. Hubungan Kita

Dengan memahami dan mengendalikan emosi Kita, Kita akan lebih mudah memahami kondisi orang lain sehingga dapat membuat Kita lebih mudah untuk berkomunikasi dan berhubungan dengan orang lain serta menjadi pribadi yang menyenangkan

#### E. Cara mengendalikan diri

##### 1. Tidak Terburu-buru dalam Bertindak

Bereaksi secara terburu-buru dapat menjadi kesalahan yang fatal. Jika tidak tahu cara bersikap sabar dalam segala hal, hampir bisa dipastikan kita akan mengeluarkan kata-kata atau tindakan yang akan kita sesali nantinya. Sebelum perasaan negatif mengambil alih, cobalah untuk menarik nafas dalam-dalam lakukan hal ini selama lima menit, rasa tegang perlahan akan menghilang dan detak jantung akan kembali normal ketika sudah merasa cukup tenang, yakinkan diri kita bahwa perasaan negatif tersebut hanya sementara.

##### 2. Sadar Diri

Jika kita sendiri tidak sadar ketika kehilangan kontrol diri, bagaimana bisa kita mengendalikannya, introspeksi diri adalah salah satu cara membersihkan hati yang kotor oleh karena itu mulai kenali perasaan diri sendiri ingat kapan dan bagaimana kita merasakan perasaan tertentu, sebagai contoh, perasaan senang, perhatikan kapan, dimana, sedang apa, dan bersama siapa kita saat perasaan ini muncul. Dengan mengenali perasaan-perasaan yang berbeda dalam diri kita, niscaya mengendalikan diri akan lebih mudah.

### 3. Lampiaskan Emosi dengan Cara yang Sehat

Adanya emosi bukanlah untuk dipendam saat emosi menghinggapinya diri kita, cobalah menelepon atau mengunjungi teman dekat untuk menceritakan masalah yang sedang kita hadapi. Mendengarkan pendapat dari orang lain akan memberikan kita perspektif baru dalam menemukan solusi dari masalah tersebut. Mulailah menulis buku harian dan mencurahkan perasaan ke atas kertas.

### 4. Memaafkan Orang Lain

Sesuatu yang membuat kita kehilangan kendali bisa jadi adalah teman atau bahkan anggota keluarga kita sendiri. Emosi mungkin saja muncul secara tiba-tiba ketika teman kita melakukan hal tertentu jika demikian memaafkan merupakan salah satu cara untuk menghilangkan tindakan yang negative, di saat kita memaafkan maka kita melepaskan diri dari perasaan marah, benci atau cemburu yang ada dalam diri dengan memaafkan, kita akan lebih menerima mereka apa adanya dan lebih tahu cara menghargai orang lain.

### 5. Membuang Pikiran Negatif

Perasaan negatif akan menghasilkan pikiran yang negatif pula saat dihinggapinya perasaan yang membuat kita berpikiran negatif, buang jauh-jauh pikiran tersebut. Pikiran negatif hanya akan membuat sesuatu yang buruk menjadi lebih buruk. Kita harus tahu cara meningkatkan keyakinan diri. Sebagai contoh, saat kita memiliki masalah dalam sebuah hubungan, daripada berpikiran bahwa hubungan tersebut sudah tidak bisa diselamatkan, cobalah berpikir bahwa dalam hubungan tersebut, sebagaimana hubungan yang lain, selalu ada cara mempertahankan hubungan yang sudah lama, tidak mungkin selama kita menjalani hubungan tersebut tidak terdapat sisi baik di dalamnya. Dengan membuang pikiran negatif, kita dapat mengubah bagaimana sebuah peristiwa berdampak pada diri kita.

## 6. Latih Reaksi Kita

Cara kita bereaksi terhadap sesuatu dan bagaimana kita mengendalikan diri kita merupakan kebiasaan. Pernahkah Kita melihat orang yang merasa stres hanya karena hal yang sepele? Kita pasti merasa kasihan kepada mereka. Hal tersebut sudah menjadi kebiasaan lantaran mereka selalu menghubungkan sesuatu yang tidak mereka sukai dengan stres. Mereka tidak lagi memiliki kendali penuh untuk itu kita harus belajar cara bersikap tenang dan dewasa. inilah mengapa banyak orang tidak berusaha untuk mengubah kebiasaan tersebut dan menyerah begitu saja, namun saat kita dapat mengendalikan diri, kita akan merasakan perubahan yang tidak pernah kita bayangkan sebelumnya.

Cara-cara untuk mengendalikan diri di atas hanya akan efektif jika kita menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Artinya, mengidentifikasi momen dan situasi dimana kita kesulitan dalam mengendalikan diri. Mengendalikan diri merupakan salah satu cara menjaga kesehatan hati untuk hidup bahagia saat kita berhasil mengendalikan diri, bukan hanya mendapat kuasa penuh, namun kita juga akan merasa lebih bahagia dan jauh lebih sehat karena terbebas dari stres.



Gambar Saat Pemberian *Pretest*



Gambar Saat Pemberian Treatment





Gambar Saat Pemberian *Posttest*



Lampiran11: Riwayat Hidup Penulis

**RIWAYAT HIDUP PENULIS**

Nama : Putra Fajrillah  
NIM : 150213086  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan  
Tempat Tanggal Lahir : Paloh Jeureula, 13 Februari 1998  
Alamat Rumah : Gampong Paloh Jeureula Kec.Sakti Kab.Pidie  
Telp/HP : 0852 7702 3447  
Email : [Putrafajrillah98@gmail.com](mailto:Putrafajrillah98@gmail.com)

**Riwayat Pendidikan**

SD : SD Negeri Titeue  
SMP : SMP Negeri 1 Sakti  
SMA : SMA Negeri 1 Sakti  
PERGURUAN TINGGI : UIN Ar-Raniry

**Data Orang Tua**

Nama Ayah : Abdullah Ismail  
Nama Ibu : Yusridha  
Pekerjaan Ayah : PNS  
Pekerjaan Ibu : IRT  
Alamat : Gampong Paloh Jeureula Kec.Sakti Kab.Pidie

Banda Aceh, 3 Januari 2020

Putra Fajrillah  
NIM. 150213086

