

**EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM
MENGEMBANGKAN KECAKAPAN EMOSI SISWA KELAS XI IPS.3
SMAN 1 BLANGKEJEREN KABUPATEN GAYO LUES**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



Oleh :

Tirta Penara Dasly

96086/2009

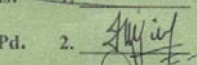
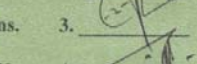
**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul Skripsi : Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam
Mengembangkan Kecakapan Emosi Siswa Kelas XI.
IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues
Nama : Tirta Penara Dasly
NIM/ BP : 96086/2009
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2014

Tim Penguji	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.	1. 
2. Sekretaris	: Indah Sukmawati, S.Pd. M.Pd.	2. 
3. Anggota	: Drs. Azrul Said, M. Pd., Kons.	3. 
4. Anggota	: Drs. Afrizal Sano, M. Pd., Kons.	4. 
5. Anggota	: Dra. Zikra M. Pd., Kons.	5. 

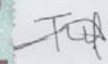
SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul **"Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Kecakapan Emosi Siswa Kelas XI. IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues"** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari orang lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 26 Januari 2014
Saya yang menyatakan




Tirta Penara Dasly
NIM. 96086/2009

ABSTRAK

Tirta Penara Dasly, 2009 – 96086. Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Kecakapan Emosi Siswa Kelas XI. IPS.3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues.

Penelitian ini berawal dari kenyataan bahwa masih ada siswa di SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten gayo Lues mengalami masalah dalam mengembangkan kecakapan emosi. Guru BK merupakan salah satu pihak yang berupaya membantu siswa mengembangkan kecakapan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan kecakapan emosi siswa kelas XI IPS.3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok serta perbedaannya.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan equasi eksperimen jenis The One-Group Pre-Test Post-Test Design. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI. IPS.3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues yang berjumlah 10 orang . Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner. Data dianalisis melalui bantuan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 15.0.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kecakapan emsoi siswa kelas XI. IPS.3 SMA N 1 Blangkejeren sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori sedang, dengan jumlah rata-rata skor 2.85 (59.96%) dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori tinggi, dengan jumlah rata-rata skor 3.49 (64.74%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kecakapan emosi siswa kelas XI. IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok, dimana kecakapan emosi siswa meningkat sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

Pembimbing : 1. Prof. Dr. Firman, M.S., Kons
2. Indah Sukmawati, S.Pd. M.Pd

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Kecakapan Emosi Siswa Kelas XI IPS.3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues”**.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan kerjasama berbagai pihak yang selalu memberikan arahan dan bimbingan kepada peneliti.

Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons Pembimbing I dan Penasehat Akademik yang telah membimbing peneliti dari awal perkuliahan sampai pada penyelesaian skripsi ini.

4. Ibu Indah Sukmawati, S.Pd. M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Azrul Said, M. Pd., Kons, Bapak Drs. Afrizal Sano, M. Pd., Konsdan Ibu Dra. Zikra, M. Pd., Kons selaku penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan kepada peneliti mulai dari seminar proposal penelitian sampai penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak/ Ibu Staf Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah banyak membantu peneliti dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan studi dengan baik.
7. Ayahanda Mulyadi dan Ibunda Nuraini serta abang dan kakak yang selalu memberikan doa dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Rekan-rekan Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan, saran dan masukan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, maka peneliti mengharapkan masukan dan saran dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti berharap agar skripsi ini dapat berguna bagi berbagai pihak.

Padang, Januari 2014

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Asumsi	6
F. Tujuan Penelitian	6
G. Pertanyaan Penelitian	6
H. Manfaat Penelitian	6
I. Penjelasan Istilah	8
BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Emosi	9
B. Bimbingan Kelompok	17
C. Bimbingan Kelompok Sebagai Upaya Mengembangkan Kecakapan Emosi	21
D. Hipotesis Penelitian	23
E. Kerangka Konseptual	23
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	24
B. Subjek Penelitian	28
C. Jenis dan Sumber Data	29
D. Pelaksanaan Equasi Eksperimen	29
E. Teknik Pengumpulan Data	31

F. Teknik Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	36
B. Pengujian Hipotesis	50
C. Pembahasan	51
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65
KEPUSTAKAAN	67
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Topik tugas dalam pemberian layanan bimbingan Kelompok	26
2. Skor Jawaban Responden	32
3. Klasifikasi Data Penelitian	35
4. Gambaran Skor Tingkat Kecakapan Emosi Siswa dalam Kesadaran Emosi Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	37
5. Gambaran Skor Tingkat Kecakapan Emosi Siswa dalam Penilaian/Pengukuran Diri Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	38
6. Gambaran Tingkat Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Percaya Diri Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	39
7. Gambaran Skor Tingkat kapan Emosi Siswa dalam Konteks Pengendalian Diri Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	40
8. Gambaran Skor Tingkat Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Sifat Dapat Dipercaya Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	41
9. Gambaran Skor Tingkat Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Kewaspadaan Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	42
10. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Adabtabilitas Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	43
11. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Inovasi Sebelum dan Setelah Diberikan	

Layanan Bimbingan Kelompok	44
12. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Dorongan Prestasi Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	45
13. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Komitmen Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	46
14. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Inisiatif Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	47
15. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa dalam Konteks Optimesme Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	48
16. Gambaran Kecakapan Emosi Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	49
17. Gambaran Perbedaan Pre Test dan Post Test Kecakapan Emosi Siswa Kelas XI. IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren	50
18. Hasil Uji Hipotesis	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	69
2. Angket Penelitian	70
3. Rencana Pelaksanaan Layanan	77
4. Absensi Kegiatan Bimbingan Kelompok	92
5. Materi Layanan Bimbingan Kelompok	95
6. Tabulasi Data Penelitian	104
7. Analisis SPSS	112
8. Surat Izin Penelitian Dari Jurusan Bimbingan Konseling	113
9. Surat Izin Penelitian Dari Kantor Dinas Pendidikan Gayo Lues	114
10. Surat Izin Penelitian Dari SMA N 1 Blangkejeren	115

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk yang selalu berkembang, sehingga mengalami perubahan. Perubahan yang dialami dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Perubahan akan terjadi pada setiap perkembangan manusia dimulai dari masa anak-anak hingga dewasa.

Selama perkembangannya individu akan mengalami masa yang disebut dengan masa transisi (Elida Prayitno: 2006: 6). Masa transisi inilah yang dialami pada saat usia remaja. Sejalan dengan itu Hurlock (2005: 206) menjelaskan bahwa “masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak menuju perkembangan masyarakat dewasa, masa dimana ia tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada pada tingkat yang sama”. Awal masa remaja dimulai dari usia 13 tahun dan berakhir pada usia 17 tahun (Hurlock, 2005: 206). Jika dikaitkan dengan jenjang pendidikan maka yang termasuk remaja adalah siswa SMP dan SMA.

Siswa sebagai remaja, dalam masa perkembangannya akan mulai muncul dorongan-dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya. Syamsu Yusuf (2000: 82) menjelaskan bahwa “masa remaja adalah masa mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja”. Dalam perkembangannya remaja akan sangat membutuhkan bantuan dari berbagai pihak untuk mengembangkan segala potensi yang ada di dalam dirinya. Bantuan tersebut

berorientasi pada seluruh aspek perkembangannya, khususnya perkembangan emosi.

Proses perkembangan emosi menggambarkan perilaku kehidupan sosial manusia pada posisi yang harmonis di dalam lingkungan masyarakat yang lebih luas dan kompleks. Perkembangan tersebut dinyatakan sebagai tugas yang harus dipelajari, dialami, dan dikuasai oleh setiap individu dalam perjalanan hidupnya, atau dengan kata lain perjalanan hidup manusia ditandai dengan berbagai tugas perkembangan yang harus ditempuh. (Havighurst dalam Sunarto dan Agung Hartono, 1994: 34).

Salah satu perkembangan emosi yang cukup penting bagi remaja adalah kecakapan emosi. Kecakapan emosi adalah kecakapan hasil belajar yang didasarkan pada kecerdasan emosi, kecerdasan emosi menentukan potensi seseorang untuk mempelajari keterampilan tertentu dan kecakapan emosi sendiri yang menunjukkan berapa banyak potensi yang telah dipelajari dan diterjemahkan pada kemampuan kita. (Goleman, 1996: 39).

Proses pembelajaran di sekolah berhubungan dengan ukuran-ukuran emosional, dengan memiliki kecakapan emosi yang baik siswa mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca serta menghadapi perasaan orang lain dengan baik. (Goleman, 1996: 273). Siswa dengan kecakapan emosi yang baik, akan berhasil dalam kehidupan dan memiliki motivasi dalam proses pembelajaran, sedangkan siswa yang tidak dapat menahan kendali atas kehidupan

emosionalnya akan mengalami hambatan untuk memusatkan perhatian pada tugas-tugasnya dan tidak memiliki pikiran yang jernih.

Kecakapan emosi terdiri atas kecakapan pribadi dan kecakapan sosial, yakni bagaimana seseorang dapat mengelola dirinya sendiri dan menangani suatu hubungan (Goleman, 2001: 42). Dalam dunia pendidikan beberapa kali diberitakan telah terjadi tawuran antar pelajar dan pelanggaran disiplin sekolah. Sikap dan tindakan yang demikian sangat jauh dari tujuan pendidikan. Peristiwa ini menunjukkan rendahnya kecakapan emosi yang dimiliki siswa. Hal ini perlu mendapat perhatian dari pihak sekolah, khususnya guru BK. Di sekolah terdapat program BK yang dapat membantu siswa dalam mengembangkan kecakapan emosionalnya, yakni melalui pelaksanaan sepuluh jenis layanan bimbingan dan konseling : 1) layanan orientasi, 2) layanan informasi, 3) layanan penempatan dan penyaluran, 4) layanan penguasaan konten, 5) layanan konseling perorangan, 6) layanan bimbingan kelompok, 7) layanan konseling kelompok, 8) layanan konsultasi, 9) layanan mediasi dan 10) layanan advokasi)

Remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dicapainya. Tugas perkembangan tersebut salah satunya adalah mencapai kebebasan emosional. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu pencapaian tugas perkembangan remaja adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok menurut Prayitno dan Erman Amti (2004 : 1) adalah :

“Layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok,

memperoleh berbagi bahan narasumber tertentu (terutama guru pembimbing) untuk membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari dan/atau untuk pengembangan kemampuan sosial, baik secara individu maupun secara pelajar dan untuk pertimbangan pengambilan keputusan dan/atau tindakan tertentu”.

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan oleh guru BK atau konselor sekolah. Dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok, siswa akan mengembangkan potensi atau keterampilan yang dimiliki seperti kemampuan untuk mengemukakan pendapat, menanggapi pendapat orang lain serta meningkatkan rasa kepedulian siswa terhadap kelompoknya.

Pada dasarnya emosi siswa akan dipengaruhi oleh berbagai hal yang pada akhirnya akan mempengaruhi tingkah lakunya. Siswa yang memiliki kecakapan emosi yang baik akan menunjukkan perilaku dan kemampuan yang baik, baik terhadap diri maupun terhadap orang lain.

Dari hasil wawancara dengan 1 orang guru bimbingan dan konseling di SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues pada tanggal 28 April 2013, diperoleh keterangan bahwa terdapat beberapa siswa yang nampak tidak memiliki rasa ingin tahu baik terhadap pelajaran atau pun keadaan di kelas, beberapa siswa terlihat memiliki kecemasan saat ujian atau diberi latihan, beberapa siswa saat diajak diskusi sering tidak dapat menguasai dirinya seperti ada yang gugup saat berbicara, beberapa orang siswa belum bisa memusatkan perhatiannya saat belajar, beberapa siswa tidak mau menerima pendapat teman karena menganggap pendapatnya yang benar.

Selain itu beberapa siswa juga sering bertengkar, hal ini sering dipicu oleh aksi saling ejek antar kelompok siswa.

Sikap seperti yang dijelaskan guru bimbingan dan konseling lebih banyak di perhatikan oleh siswa kelas XI IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat siswa kesulitan dalam mengembangkan kecakapan emosi dengan baik.

Dari fenomena sebelumnya peneliti tertarik untuk meneliti “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Kecakapan Emosi Remaja di SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues NAD”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini, antara lain :

1. Beberapa siswa sulit mengendalikan diri saat berdiskusi.
2. Beberapa siswa sulit menerima pendapat orang lain.
3. Beberapa siswa sering saling ejek dan bertengkar.
4. Beberapa siswa tidak memiliki kepedulian terhadap kondisi di kelas.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi untuk mengkaji efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan kecakapan emosi siswa kelas IX. IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues. Aspek kecakapan emosi yang akan diteliti meliputi kecakapan pribadi yang mencakup kesadaran diri (kesadaran emosi, penilaian diri, percaya diri), pengaturan diri (kendali diri,

sifat dapat dipercaya, kewaspadaan, adaptabilitas, inovasi), dan motivasi (dorongan prestasi, komitmen, inisiatif, optimisme).

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Kecakapan emosi siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.
2. Kecakapan emosi siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.
3. Perbedaan antara kecakapan emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

E. Asumsi Penelitian

Asumsi dalam penelitian ini adalah :

1. Emosi setiap individu berbeda-beda
2. Emosi dipengaruhi oleh berbagai faktor
3. Emosi dapat dikembangkan
4. Layanan bimbingan kelompok dapat membantu mengembangkan kemampuan yang dimiliki individu.

F. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan :

1. Kecakapan emosi siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.
2. Kecakapan emosi siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

3. Perbedaan antara kecakapan emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

G. Pertanyaan Penelitian

Penelitian diharapkan dapat menjawab pertanyaan penelitian menyangkut :

1. Bagaimana kecakapan emosi siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok?
2. Bagaimana kecakapan emosi siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok?
3. Bagaimana perbedaan antara kecakapan emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok?

H. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Guru BK, agar dapat dijadikan pedoman untuk lebih meningkatkan pelayanan konseling khususnya bimbingan kelompok dalam upaya mengembangkan kecakapan emosi siswa di SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues.
2. Kepala Dinas pendidikan, agar dapat dijadikan pedoman untuk merencanakan program bimbingan dan konseling di sekolah serta melakukan pembinaan dan mendorong sekolah untuk dapat memanfaatkan berbagai layanan bimbingan dan konseling dalam pengembangan kecakapan emosi siswa.

3. Anggota Musyawarah Guru BK, agar dapat dijadikan pedoman dalam meningkatkan pelayanan BK di setiap sekolah
4. Anggota Lembaga Penjaminan Mutu Pendidikan, agar dapat menjadi pedoman untuk lebih meningkatkan kualitas atau kompetensi guru BK dalam memanfaatkan berbagai jenis layanan BK untuk mengatasi masalah siswa khususnya kecakapan siswa melalui pelatihan terhadap guru BK.
5. Peneliti selanjutnya, sebagai referensi untuk melakukan penelitian sejenis yang membahas tentang kecakapan emosi siswa dan bimbingan kelompok.

I. Penjelasan Istilah

Efektifitas dalam penelitian ini adalah taraf tercapainya suatu tujuan yang telah peneliti tetapkan sebelumnya, secara kelompok atau sebagai suatu ukuran yang menyatakan seberapa jauh tindakan atau usaha melalui layanan bimbingan kelompok mendatangkan keberhasilan dalam mengembangkan kecakapan emosi siswa kelas IX. IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren

Kecakapan emosi dalam penelitian adalah kemampuan siswa untuk mengenal dan mengelola emosi dalam aspek kesadaran diri (kesadaran emosi, penilaian diri, percaya diri), pengaturan diri (kendali diri, sifat dapat dipercaya, kewaspadaan, adaptabilitas, inovasi), dan motivasi (dorongan prestasi, komitmen, inisiatif, optimisme).

Bimbingan Kelompok dalam penelitian ini adalah kegiatan yang memberikan manfaat bagi siswa dalam mengembangkan kecakapan emosi, yaitu siswa memperoleh pemahaman baru dan pemahaman tersebut dapat dikembangkan serta bermanfaat untuk diri dan lingkungannya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Emosi

1. Pengertian

Emosi oleh masyarakat umum sering diartikan sebagai puncaknya kemarahan, namun makna sebenarnya bukanlah demikian. Marah merupakan salah satu bagian dari emosi. Sunarto dan Agung Hartono (1994: 127) menjelaskan bahwa “emosi adalah pengalaman afektif yang disertai penyesuaian dari dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik dan berwujud suatu tingkah laku yang tampak”.

Selanjutnya Rochelle Semmel Albin (1986: 11) menjelaskan bahwa “emosi adalah perasaan yang kita alami”. Perasaan tersebut seperti sedih, gembira, kecewa, semangat, marah, benci dan cinta. Sejalan dengan itu Elida Prayitno (2006: 69) menjelaskan bahwa “secara sederhana, emosi merupakan reaksi psikologis yang ditampilkan dalam bentuk tingkah laku: gembira, bahagia, sedih, berani, takut, marah, muak, haru, cinta, cemburu sayang dan lain-lain”.

Emosi adalah suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris (Syamsu Yusuf: 2000: 115). James dan Lange (Syamsu Yusuf : 2000: 118) menjelaskan bahwa “emosi itu timbul karena pengaruh perubahan jasmaniah atau kegiatan individu”. Jadi dapat disimpulkan bahwa emosi adalah pengalaman afektif yang disertai oleh penyesuaian diri terhadap suatu rangsangan yang

diperlihatkan dalam bentuk tingkah laku, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, baik dari dalam diri maupun dari luar diri individu.

2. Karakteristik Emosi Remaja

Remaja memiliki karakteristik pemunculan emosi yang berbeda bila dibandingkan pada masa anak-anak maupun masa dewasa. Pada masa fisik dan kelenjar. Biasanya pada masa ini remaja lebih mudah marah, mudah dirangsang dan emosinya cenderung meledak (Hurlock, 2005: 213). Mudjiran,dkk (1999: 71) menjelaskan ada tiga jenis suasana emosi pada remaja, yaitu :

a. Emosi Marah

Emosi marah lebih mudah timbul dari pada emosi yang lainnya. Penyebab timbulnya emosi marah adalah bila remaja di depan teman sebayanya dipermalukan, direndahkan, dihina atau dipojokkan. Emosi marah yang ditunjukkan biasanya bukan dengan cara berkelahi, tapi lebih seperti kekanak-kanakan, yakni dengan menggerutu, mencaci maki, atau ungkapan-ungkapan verbal lainnya. Namun ada juga beberapa remaja yang menunjukkan emosi marah dengan melakukan tindakan kekerasan.

b. Emosi Takut

Emosi takut pada remaja banyak menyangkut hal-hal seperti, takut ujian, takut sakit, kurang uang, kurang berprestasi, tidak dapat pekerjaan atau kehilangan pekerjaan, orangtua kehilangan pekerjaan, keadaan dalam keluarga kurang harmonis, tidak populer di mata lawan

jenis, tidak mendapat pacar, memikirkan kelemahan diri sendiri, merasa bodoh, kesepian, kehilangan pegangan agama, perubahan-perubahan fisik, pengalaman seksual, masturbasi, selalu berkhayal, menenui kegagalan sekolah ataupun karir, berbeda dari orang lain terutama teman sebaya, takut terpengaruh oleh teman yang kurang baik, takut diejek dan sebagainya.

c. Emosi Cinta

Emosi yang paling bergejolak pada masa remaja adalah emosi cinta. Pada masa pra remaja (pubertas) rasa cinta diarahkan terhadap lawan jenis, sedangkan pada masa bayi rasa cinta diarahkan kepada orangtua terutama kepada ibu. Pada masa kanak-kanak (umur 3-5 tahun) rasa cinta diarahkan kepada orangtua berbeda jenis kelamain. Pada masa remaja rasa itu berubah yaitu teman sebaya yang berlawanan jenis.

Selanjutnya Biehler (Sunarto dan Agung Hartono, 1994: 131) membagi karakteristik emosi remaja pada dua rentang, yaitu usia 12-15 tahun dan usia 15-18 tahun.

a. Karakteristik Emosi Remaja Usia 12-15 Tahun

- 1) Pada usia ini remaja cenderung banyak murung dan tidak dapat diterka. Hal ini dapat disebabkan oleh perubahan biologis dalam hubungannya dengan kematangan seksual atau kebingungan apakah masih pada usia anak-anak atau remaja.

- 2) Siswa bertingakalah laku kasar untuk menutupi kekurangan dalam hal rasa percaya diri
 - 3) Ledakan kemarahan akibat dari kombinasi ketegangan psikologis, ketidak seimbangan biologis dan kelelahan karena bekerja terlalu keras atau pola makan yang tidak tepat serta tidur yang kurang cukup.
 - 4) Remaja cenderung tidak toleran terhadap orang lain dan membenarkan pendapat sendiri yang disebabkan kurangnya rasa percaya diri.
 - 5) Remaja di SMP mulai mengamati orangtua dan guru-guru mereka secara lebih objektif dan mungkin menjadi marah apabila ditipu dengan gaya guru yang bersikap serba tahu.
- b. Karakteristik Emosi Remaja Usia 15-18 tahun
- 1) Pemberontakan remaja merupakan pernyataan dari perubahan yang universal dari masa kanak-kanak ke dewasa.
 - 2) Remaja mengalami konflik dengan orangtua, remaja mungkin mengharapkan simpati dan nasehat orangtua atau guru.
 - 3) Remaja sering melamun memikirkan masa depan.
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi remaja pada umumnya tampak jelas pada perubahan tingkah lakunya. Tingkah laku yang muncul sangat tergantung pada variasi emosi yang ada pada diri remaja tersebut. Mohammad Ali dan

Mohammad Ansori (2010: 69) menjelaskan bahwa emosi remaja dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu :

- a. Perubahan Jasmani
- b. Perubahan pola interaksi orangtua
- c. Perubahan interaksi dengan teman sebaya
- d. Perubahan pandangan luar
- e. Perubahan interaksi sekolah

4. Kecakapan Emosi

Kecakapan merupakan suatu keterampilan yang harus selalu dilatih dan membutuhkan pembelajaran untuk mendalami bidang tertentu. Kecakapan emosi adalah kekuatan personal yang meliputi aspek internal dan eksternal yang menjadi locus of control aktivitas seseorang. Ini berarti bahwa kecakapan emosi sangat menentukan sikap, sifat dan kemampuan pribadi seseorang. (Mahlani: 2010). Goleman (1996: 39) menjelaskan bahwa “kecakapan emosi adalah kecakapan hasil belajar yang didasarkan pada kecerdasan emosi”.

Selanjutnya Gesha Randiansyah (2011) menjelaskan “bahwa Kecakapan emosi merupakan keterampilan individu dalam mengelola emosinya dan interpretasi dari kecerdasan emosi yang ia miliki”.

5. Kerangka Kerja Kecakapan Emosi

Goleman (2001: 42) menjelaskan bahwa kecakapan emosi terdiri dua aspek, yaitu :

- a. Kecakapan Pribadi

Kecakapan ini menentukan dan menetapkan bagaimana kita mengelola diri sendiri, kecakapan ini terdiri dari :

- 1) Kesadaran Diri, yakni mengetahui kondisi diri sendiri, kesukaan, sumber daya dan intuisi.
 - a) Kesadaran emosi, yakni mengenali emosi diri sendiri dan efeknya.
 - b) Penilaian diri sendiri, yakni mengetahui kekuatan dan batas-batas kemampuan sendiri.
 - c) Percaya diri, yakni keyakinan tentang harga diri dan kemampuan sendiri.
- 2) Pengaturan Diri, yakni mengelola kondisi, impuls, dan sumber daya sendiri.
 - a) Kendali diri, yakni mengelola emosi-emosi dan desakan-desakan hati yang merusak.
 - b) Sifat dapat dipercaya, yakni memelihara norma kejujuran dan integritas.
 - c) Kewaspadaan, yakni bertanggung jawab atas kinerja pribadi.
 - d) Adaptabilitas, yakni keluwesan dalam menghadapi perubahan.
 - e) Inovasi
- 3) Motivasi, yakni kecenderungan emosi yang mengantar atau memudahkan peraih sasaran.
 - a) Dorongan prestasi, yakni dorongan untuk menjadi lebih baik
 - b) atau memenuhi standar keberhasilan.
 - c) Komitmen, yakni menyesuaikan diri dengan sasaran kelompok

- d) atau perusahaan.
- e) Inisiatif, yakni kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan.
- f) Optimisme, yakni kegigihan dalam memperjuangkan sasaran kendati ada halangan dan kegagalan.

b. Kecakapan Sosial

Kecakapan ini menentukan bagaimana kita menangani hubungan sosial atau bagaimana kita menyikapi interaksi sosial antara kita.

- 1) Empati (Empathy), yakni kesadaran terhadap perasaan , kebutuhan , dan kepentingan orang lain .
 - a) Memahami orang lain, yakni mengindra perasaan dan perspektif orang lain dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan orang lain.
 - b) Orientasi Pelayanan, yakni mengantisipasi, mengenali, dan berupaya memenuhi kebutuhan para pelanggan.
 - c) Mengembangkan orang lain, yakni merasakan kebutuhan pengembangan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan orang lain.
 - d) Mengatasi Keragaman, yakni menumbuhkan peluang dengan melalui pergaulan dengan bermacam-macam orang.
 - e) Kesadaran Politis, yakni mampu membaca arus-arus emosi sebuah kelompok dan hubungannya dengan kekuasaan.
- 2) Keterampilan Sosial

Kepintaran dalam menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain.

- e) Pengaruh, yakni memiliki taktik-taktik untuk melakukan persuasi.
- b) Komunikasi, yakni mengirim pesan yang jelas dan meyakinkan.
- c) Kepemimpinan, yakni memandu orang lain dengan membangkitkan inspirasi
- d) Katalisator perubahan, yakni memulai dan mengelola perubahan.
- e) Manajemen Konflik, yakni penanganan masalah-masalah yang berkembang di dalam masyarakat.
- f) Pengikat jaringan, yakni menumbuhkan hubungan sebagai alat.
- g) Kolaborasi dan Kooperasi, yakni kerjasama dengan orang lain demi tujuan bersama.
- h) Kemampuan tim, yakni menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan dan konseling memiliki sepuluh jenis layanan, salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok. Prayitno dan Erman Amti (2004 : 309) menjelaskan bahwa “layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan kepada suatu kelompok dalam suasana dinamika

kelompok”. Selanjutnya Tohirin (2007: 170) menjelaskan bahwa “layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok”.

Dewa Ketut Sukardi (2008: 64) mengemukakan bahwa :

“Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing)/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan”

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan yang merupakan proses pemberian bantuan kepada individu dalam bentuk kelompok untuk memperoleh pemahaman baru serta dapat membantu individu untuk mencapai perkembangan yang optimal.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Setiap kegiatan pasti memiliki tujuan tertentu, begitu juga dengan layanan bimbingan kelompok. Layanan ini bertujuan untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa atau anggota kelompok, khususnya kemampuan dalam berkomunikasi.

Tohirin (2007: 172) menjelaskan bahwa “secara khusus layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal siswa”.

Selanjutnya Prayitno dan Erma Amti (2004: 3) menjelaskan tujuan khusus dari layanan bimbingan kelompok adalah :

“bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini berkomunikasi, verbal maupun non verbal ditingkatkan”.

3. Tahapan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Kegiatan layanan bimbingan kelompok terdiri dari empat tahap. Adapun keempat tahap tersebut menurut Prayitno (1995: 40-59) adalah :

a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan adalah tahap memasukkan diri atau pengenalan oleh anggota kelompok. Para anggota nantinya akan saling memperkenalkan diri sendiri yang diawali oleh pemimpin kelompok serta menyampaikan hal-hal yang ingin mereka capai dari kegiatan ini. Pengenalan ini dapat dilakukan dengan berbagai permainan untuk lebih menghangatkan suasana keakraban dalam kelompok

Pada tahap ini pemimpin kelompok harus menjelaskan tujuan umum dan strategi kegiatan kelompok. Dalam kegiatan ini pemimpin kelompok sangat berperan untuk merangsang anggota kelompoknya agar lebih mantap keterlibatannya dalam kegiatan ini.

b. Tahap peralihan

Tahap peralihan adalah proses peralihan dari tahap satu ke tahap berikutnya, dalam hal ini pemimpin kelompok akan lebih

mengukuhkan tekad anggota kelompoknya untuk segera memulai tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan.

c. Tahap kegiatan

Pada tahap ini anggota kelompok akan mulai membahas sebuah topik yang bersifat “sekarang/kekinian”. Topik tersebut pada awalnya akan diajukan oleh setiap anggota kelompok, kemudian kelompok akan menyepakati sebuah topik yang akan dibahas dalam kegiatan tersebut. Dalam tahap ini anggota kelompok akan saling bertukar pikiran dan pendapat, oleh sebab itu pemimpin harus terampil merangsang anggota kelompoknya, agar tercapainya sebuah dinamika kelompok .

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini seluruh anggota kelompok akan melihat kembali kegiatan yang telah dilaksanakan, apa saja yang telah diperoleh dari kegiatan ini serta tujuan apa saja yang telah dicapai oleh kelompok. Pada tahap ini juga pemimpin dan anggota kelompok akan merencanakan pertemuan atau kegiatan selanjutnya. Pada akhir kegiatan ini kelompok dapat menutup kegiatan dengan sebuah permainan, bernyanyi bersama dan berdo'a.

4. Manfaat Bimbingan Kelompok

Melalui kegiatan bimbingan kelompok, ada beberapa manfaat yang dapat diperoleh siswa. Manfaat yang dapat diperoleh dari layanan bimbingan kelompok menurut Dewa Ketut Sukardi (2008: 67) adalah :

- a. Siswa diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya.
- b. Siswa memiliki pemahaman yang objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan itu.
- c. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri mereka yang bersangkutan-paut dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
- d. Siswa dapat menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan “penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik” itu.
- e. Melalui program yang dibentuk, siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana mereka programkan sebelumnya.

Jadi layanan bimbingan kelompok dapat melatih siswa untuk dapat hidup secara berkelompok, menumbuhkan kerjasama, mampu untuk mengemukakan pendapat dan menerima pendapat orang lain dengan baik. Melatih siswa untuk mengaktualisasikan diri dalam berinteraksi.

C. Bimbingan Kelompok Sebagai Upaya Mengembangkan Kecakapan Emosi Siswa

Dalam menjalankan kehidupan sehari-hari, manusia tak pernah lepas dari emosi, sebab manusia akan sulit menikmati hidup secara optimal tanpa memiliki emosi. Jika dilihat dari dampak yang ditimbulkan, emosi manusia secara umum dapat dikategorikan menjadi dua, yang pertama adalah emosi

positif seperti tenang, santai, gembira, haru, dan senang, dan yang kedua emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi dan dendam (Gohm dan Clore dalam Triantoro Safaria dan Nofran E. S, 2009: 13).

Remaja sering menghindari dan menghilangkan emosi negatif yang akan menyebabkan tidak tercapainya perkembangan emosi yang optimal, bila hal itu terjadi maka suasana hati remaja akan menjadi buruk dan mempengaruhi aktivitasnya sehari-hari.

Guru pembimbing mempunyai peran yang cukup besar guna membantu siswa dalam pencapaian perkembangan emosi yang baik. Guru pembimbing dapat membimbing siswa melalui berbagai kegiatan, salah satunya adalah kegiatan layanan bimbingan kelompok. Melalui layanan bimbingan kelompok siswa akan terlatih untuk berani mengemukakan pendapat dan dapat juga menerima atau menyanggah pendapat orang lain dengan baik. Berkaitan dengan emosi, dalam dinamika kelompok akan tampak kecakapan emosi dari anggota kelompok, dilihat dari bagaimana siswa mengemukakan pendapatnya, bagaimana siswa menanggapi topik yang dibicarakan, menerima perbedaan cara berperilaku anggota kelompok lainnya, bagaimana siswa mengontrol emosi saat berdiskusi, serta bagaimana cara siswa mengaktualisasikan diri dalam kegiatan kelompok.

Sejalan dengan itu Mohammad Ali dan Mohammad Ansori (2010: 74-75) menjelaskan bahwa emosi remaja dapat dikembangkan agar menjadi

kecerdasan emosi dengan melakukan kegiatan yang di dalamnya terdapat materi yang dikembangkan oleh Goleman, yaitu :

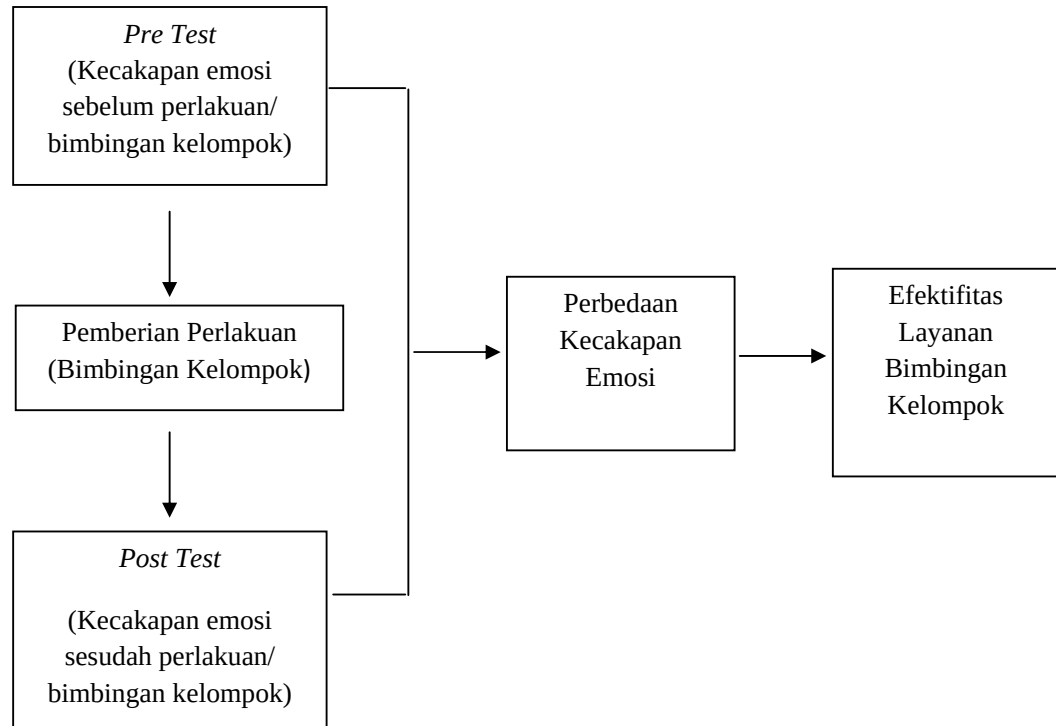
1. Belajar mengembangkan kesadaran diri
2. Belajar mengambil keputusan pribadi
3. Belajar mengelola perasaan
4. Belajar menangani stres
5. Belajar berempati
6. Belajar berkomunikasi
7. Belajar membuka diri
8. Belajar mengembangkan pemahaman
9. Belajar menerima diri sendiri
10. Belajar mengembangkan tanggung jawab pribadi
11. Belajar mengembangkan ketegasan
12. Mempelajari dinamika kelompok
13. Belajar menyelesaikan konflik

Seluruh materi yang dikemukakan tersebut dapat ditemui dalam kegiatan bimbingan kelompok.

E. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah hipotesis kerja, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara kecakapan emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

F. Kerangka Konseptual



Kerangka Konseptual di atas menjelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana perbedaan kecakapan emosi siswa di SMA N 1 Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok, apakah layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengembangkan kecakapan emosi siswa.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Kecakapan emosi siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dilihat dari hasil *Pre Test* yang diberikan berada pada kategori Cukup.
2. Kecakapan emosi siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dilihat dari hasil *Pos Test* yang diberikan berada pada kategori tinggi. Kecakapan emosi siswa dapat ditingkatkan dengan pemberian layanan bimbingan kelompok.
3. Terdapat perbedaan antara kecakapan emosi siswa kelas XI. IPS. 3 SMA N 1 Blangkejeren sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Dimana kecakapan emosi siswa meningkat sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Peningkatan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengembangkan kecakapan emosi siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Guru BK untuk dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok untuk membantu mengembangkan kecakapan emosi siswa dan memperbanyak frekuensi

layanan dengan format kelompok agar memberikan hasil yang maksimal dalam pengembangan kecakapan emosi siswa.

2. Kepala Dinas pendidikan, agar lebih memperhatikan pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah serta dapat mendukung dalam memfasilitasi sekolah dalam mengembangkan kemampuan siswa khususnya kecakapan emosi.
3. Anggota Musyawarah Guru BK untuk dapat lebih mengembangkan layanan BK khususnya bimbingan kelompok dalam mengembangkan kecakapan emosi siswa di setiap sekolah.
4. Anggota Lembaga Penjaminan Mutu Pendidikan untuk lebih intensif memberikan pelatihan pada guru BK dalam memanfaatkan berbagai jenis layanan BK untuk mengatasi masalah siswa khususnya kecakapan emosi.
5. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan jenis layanan lainnya, untuk membantu meningkatkan kecakapan emosi siswa.

KEPUSTAKAAN

- A.Muri Yusuf.2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- Burhan Mungin. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Prenada Media
- Dewa Ketut Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program BK di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Elida. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Gesha Randiansyah. 2011. *Pembelajaran Kecakapan Emosi*.
<http://blogspot.com/pembelajaran-kecakapan-emosi-problem.html>.
 Diakses pada tanggal 25 Juni 2013.
- Goleman. 1996. *Emotional intelligence, Kecerdasan Emosional* (terjemahan T. Hermaya). Jakarta: Pt. Gramedia Pustaka Utama.
- _____. 2001. *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*(terjemahan Alex Tri Kantjono Widodo). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock. 2005. *Psikologi Perkembangan*. (terjemahan Istiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta:Erlangga.
- Mahlani.2010. *Mengenal Kecakapan Emosi*.
<http://blogspot.com/2010/10/mengenal-kecakapan-emosi.html>. Diakses
 pada tanggal 25 Juni 2013.
- Mohammad Ali dan Mohammad Ansori. 2010. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mudjiran, dkk. 1999. *Perkembangan Peserta Didik*. FI: UNP.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Balai Aksara.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riduwan. 2010. *Skala Pengeukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rochelle Simmel Albin. 1986. *Emosi : bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya*. Yogyakarta: Kanisus.
- Sugiyono.2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

- Suharsimi Arikunto. 1990. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Jakarta: Bina Aksara.
- _____. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunarto dan Agung Hartono. 1994. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Tinggi Depdikbud.
- Syamsu Yusuf. 2000. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Tatiek Romlah. 1989. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Kependidikan.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Triantoro Safaria dan Norfans E. S. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Wahana Komputer. 2007. *Pengolahan Data Statistik Dengan SPSS 15.0*. Semarang: C.V Andi Offset.