

Upaya guru bimbingan dan konseling mengembangkan emosi siswa pada masa remaja di SMP Negeri se-kota Padang

Ananda Maha Putri^{1*)}, Nur Syahadani Putri² & Fitria Ariani³
UPI "YPTK" Padang

*) Alamat korespondensi: Jl. Raya Lubuk Begalung, Lubuk Begalung Nan XX, Kec. Lubuk Begalung, Kota Padang, Sumatera Barat 25122, Indonesia; E-mail: anandamahaputri@gmail.com

Article History:

Received: 15/06/2022;
Revised: 25/06/2022;
Accepted: 28/06/2022;
Published: 30/06/2022.

How to cite:

Putri, A., M., Putri, N., S. & Arini, F. (2022). Upaya guru bimbingan dan konseling mengembangkan emosi siswa pada masa remaja di SMP Negeri di kota Padang. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), pp. 111-116. DOI: 10.26539/terapeutik.611068



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2022, Putri, A., M., Putri, N., S. & Arini, F. (s).

Abstrak: Penelitian ini berawal dari kenyataan bahwa masih ada siswa yang berkata kotor dan kasar terhadap guru, masih ada yang suka bertengkar dengan teman, melanggar disiplin sekolah, mempunyai sikap cuek terhadap lingkungan sekolah, melakukan tindakan yang melanggar norma, dan kurang hormat terhadap guru. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan upaya guru bimbingan konseling mengembangkan emosi siswa pada masa remaja. Metode penelitian yaitu deskriptif kuantitatif. Populasi adalah guru bimbingan konseling di SMP Negeri Kota Padang yang bertugas pada tahun ajaran 2009/2010 yang berjumlah 77 orang. Pengambilan sampel menggunakan Cluster Sampling, yang berjumlah 20 orang guru bimbingan konseling. Instrumen yang digunakan berupa angket, data dianalisis menggunakan teknik persentase menggunakan bantuan komputer program Microsoft Office Excel, SPSS 20.0. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa: Upaya guru bimbingan konseling mengembangkan emosi positif siswa termasuk pada kategori kurang baik sebesar 45%. Dengan demikian diharapkan adanya kerjasama dengan guru mata pelajaran agar lebih memperhatikan perkembangan emosi siswa dalam proses belajar dan untuk peneliti lainnya melanjutkan dengan sampel orangtua, sehingga diperoleh gambaran yang lebih kompleks tentang perkembangan emosi siswa dilingkungan keluarga.

Kata Kunci: Guru Bimbingan Konseling, Emosi, Masa Remaja

Abstract: This research begins with the fact that there are still students who say dirty and rude words to teachers, there are still those who like to fight with friends, violate school discipline, have an indifferent attitude towards the school environment, take actions that violate norms, and lack respect for teachers. The purpose of this study is to describe the efforts of counseling teachers to develop students' emotions during adolescence. The research method is descriptive quantitative. The population is counseling guidance teachers at Padang City State Junior High School who served in the 2009/2010 academic year totaling 77 people. The sample was taken using Cluster Sampling, which consisted of 20 counseling guidance teachers. The instrument used in the form of a questionnaire, the data were analyzed using the percentage technique using the computer assistance program Microsoft Office Excel, SPSS 20.0. The results of the study revealed that: The efforts of counseling teachers to develop positive emotions in students were included in the unfavorable category of 45%. Thus, it is hoped that there will be collaboration with subject teachers to pay more attention to the emotional development of students in the learning process and for other researchers to continue with a sample of parents, in order to obtain a more complex picture of the emotional development of students in the family environment.

Keywords: Counseling Teacher, Emotions, Adolescence

Pendahuluan

Unit pelayanan bimbingan dan konseling (BK) merupakan salah satu komponen penting pendidikan di sekolah, Tujuannya adalah untuk membantu perkembangan potensi diri siswa seoptimal mungkin. Jika kegiatan belajar berorientasi pada peningkatan kecerdasan intelektual maka unit kegiatan BK di sekolah secara spesifik berorientasi membantu seluruh aspek-aspek perkembangan diri siswa. Guru bimbingan konseling sebagai tenaga profesional BK diharapkan dapat menjadi "perpanjangan tangan" sekolah guna mencapai semua perkembangan tersebut,

diantaranya adalah aspek perkembangan emosional siswa. Aspek perkembangan ini sangat diperlukan dalam kehidupan diri pribadi siswa, baik dalam kehidupan bermasyarakat, Pendidikan, karir dan pekerjaan dimasa yang akan datang.

Perkembangan merupakan suatu proses yang menggambarkan perilaku kehidupan sosial psikologi manusia pada posisi yang harmonis di dalam lingkungan masyarakat yang lebih luas dan kompleks. Menurut Havighurst (dalam Sunarto dan Hartono, 2006) perkembangan tersebut dinyatakan sebagai tugas yang harus dipelajari, dijalani, dan dikuasai oleh setiap individu dalam perjalanan hidupnya, atau dengan kata lain perjalanan hidup manusia ditandai dengan berbagai tugas perkembangan yang harus ditempuh.

Pada jenjang kehidupan remaja, siswa telah berada pada posisi yang cukup kompleks dimana ia telah banyak menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya, seperti mengatasi sifat tergantung pada orang lain, memahami norma pergaulan dengan teman sebaya dan dapat mengembangkan emosionalnya seperti mengenali, mengelola dan mengontrol emosi dengan baik. Hal ini merupakan "tugas" yang cukup berat bagi para remaja untuk lebih menuntaskan tugas-tugas perkembangannya sehubungan dengan semakin luas dan kompleksnya kondisi kehidupan yang harus dihadapi.

Pada masa remaja salah satu tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai siswa adalah emosi, maka penting diketahui bagaimana perkembangan dan pengaruh emosi terhadap penyesuaian pribadi dan sosial. Hal ini sesuai dengan pendapat Santrock (2007:6) yang menyatakan bahwa emosi sebagai perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting olehnya, dan emosi diwakili oleh perilaku yang mewakili (mengespresikan) kenyamanan atau ketidaknyamanan dari keadaan atau interaksi yang sedang dia alami.

Sejalan dengan hal di atas Crow & Crow (dalam Sunarto dan Hartono, 1958) menyatakan emosi itu adalah: warna afeksi yang kuat dan ditandai oleh perubahan-perubahan fisik, dan pada saat terjadi emosi pada diri seseorang seringkali perubahan-perubahan pada fisik itu terjadi. Bila seseorang mengalami emosi yang kuat seperti rasa takut atau rasa marah, maka akan menyadari adanya sejumlah perubahan badani-detak jantung dan nafas yang cepat, tenggorokan dan mulut yang kering, ketegangan otot yang meningkat, keringat yang mengucur, kaki dan tangan yang gemetar, dan perasaan yang tertekan.

Menurut Hathersall (dalam Prayitno, 1985) merumuskan pengertian emosi sebagai situasi psikologi yang merupakan pengalaman subjektif yang dapat dilihat dari reaksi wajah, dan tubuh. Misalnya seorang remaja yang sedang marah memperlihatkan muka yang merah, wajah yang seram, dan postur tubuh menegang, menendang atau menyerang dan jantungnya berdeyut cepat.

Goleman (1996) mengungkapkan bahwa proses pembelajaran di sekolah diramalkan oleh ukuran-ukuran emosional, dengan memiliki perkembangan emosi yang baik siswa mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca dan menghadapi perasaan-perasaan orang lain dengan efektif. Siswa dengan perkembangan emosional yang berkembang baik, ia 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. Jadi dapat disimpulkan bahwa emosi adalah pengalaman subjektif yang disertai penyesuaian dari dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik yang berwujud suatu tingkah laku yang tampak pada diri.

Peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam dunia pendidikan seperti: tawuran antar pelajar, pelanggaran disiplin sekolah, sikap cuek terhadap lingkungan dan kurang hormat terhadap guru dan orang tua adalah merupakan sikap-sikap dan tindakan yang makin jauh dari tujuan pendidikan itu sendiri. Tidak semua orang tua memiliki kemampuan dan perhatian yang penuh terhadap perkembangan kepribadian siswa, begitu juga halnya dalam masyarakat walaupun berbagai intitusi sosial masyarakat namun cukup banyak pula dalam lingkungan sosial masyarakat itu yang justru mentimulasi berbagai bentuk perilaku negatif individu anggota masyarakat.

Perilaku-perilaku seperti: pergaulan bebas remaja, mengkonsumsi narkoba, dan bahkan tindakan pembunuhan dan kekerasan lainnya adalah hal-hal yang semakin "membiasa" kita

dengar dan kita saksikan melalui berbagai media masa, Misalnya di kawasan tempat tinggal siswa semakin terasa adanya gejala kearah pergaulan bebas, kemudian dua orang remaja yang kedapatan mencuri, dan yang lebih parahnya lagi seorang remaja rela membunuh ayah kandungnya gara-gara tersinggung karena dimarahi orang tuanya. Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan guru bimbingan konseling pada tanggal 6 Desember 2010 di SMP N 3 dan SMP N 22 Padang, diperoleh informasi bahwa siswa berkata kotor dan kasar terhadap guru, siswa masih ada yang suka bertengkar dengan temannya, masih ada yang melanggar disiplin sekolah, mempunyai sikap cuek terhadap lingkungan sekolah, melakukan tindakan-tindakan yang melanggar norma, dan kurang hormat terhadap guru. Penulis juga melakukan wawancara kepada guru bimbingan konseling di sekolah SMP N 25 dan SMP N 5 Padang pada tanggal 10 desember 2010, dalam wawancara tersebut penulis mendapatkan hasil, bahwa siswa masih suka melanggar peraturan-peraturan sekolah, siswa melawan perkataan guru dan suka mengganggu teman.

Salah satu faktor penting penyebab terjadinya kondisi di atas diduga karena rendahnya tingkat kematangan emosional masyarakat terutama golongan remaja. Perkembangan emosional dan etika moralitas siswa perlu mendapat perhatian dari guru bimbingan konseling dengan lebih sungguh-sungguh memperhatikan dalam bidang kehidupan sosial masyarakatnya terutama di sekolah. Di sekolah terdapat unit layanan bimbingan dan konseling (BK), tujuannya membantu pengembangan potensi diri siswa seoptimal mungkin. Dengan berbagai layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa, guru bimbingan konseling dapat melihat situasi emosi negatif dan positif yang dialami oleh siswanya, Sehingga guru bimbingan konseling dapat memberikan bantuan kepada siswa untuk mengatasi emosi negatif dan meningkatkan ke arah yang lebih baik emosi positif yang timbul pada diri siswa tersebut.

Metode

Jenis dari penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, yang bertujuan untuk melihat dan menggambarkan tentang upaya guru bimbingan konseling mengembangkan emosi siswa pada masa remaja. Berdasarkan penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh guru bimbingan konseling SMPN di kota Padang yang bertugas pada tahun ajaran 2009/2010 dengan karakteristik konselor sekolah yang berasal dari lulusan Bimbingan dan Konseling atau guru bimbingan konseling yang telah menyelesaikan pendidikan akademik strata satu (S1) program Bimbingan dan Konseling yang berjumlah 77 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster sampling, adapun jumlah sampel yang diperoleh adalah 20 orang. Instrumen dalam penelitian ini adalah angket tentang emosi pada masa remaja (Goleman: 1996). Analisis data menggunakan teknik persentase yang dikemukakan oleh Ridwan (dalam Sudjono 2009).

Kemudian ditetapkan pengkategorian pencapaian skor responden untuk masing-masing variabel dengan mengacu pada kategori baik mempunyai persentase sebesar 76-100, pada kategori cukup baik mempunyai persentase sebesar 51-75, pada kategori kurang baik mempunyai persentase sebesar 26-50, pada kategori tidak baik mempunyai persentase sebesar 0-25 (Suharsimi Arikunto, 2007: 19).

Hasil dan Diskusi

Berdasarkan data yang terkumpul, maka data tersebut dianalisis sesuai dengan pertanyaan penelitian yaitu mendeskripsikan upaya guru bimbingan konseling untuk meredam emosi negatif siswa yang timbul pada masa remaja sebaliknya akan memperlihatkan upaya guru bimbingan konseling mengembangkan emosi positif siswa. Untuk menganalisis data tersebut, penulis menggunakan teknik persentase yang dikemukakan oleh Ridwan (dalam Sudjono, 2009).

Tabel 1 Tabel *Descriptive Statistics*

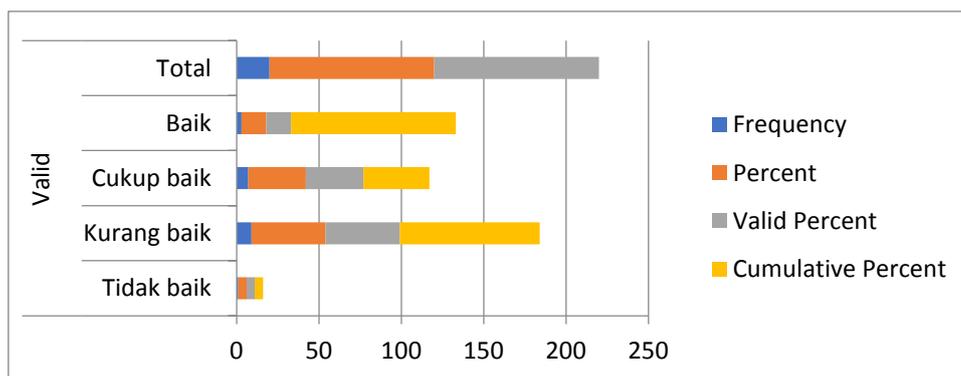
| | N | Min | Max | Mean | Std. Dev |
|--|----|------|------|--------|----------|
| Upaya Guru bimbingan konseling Mengembangkan Emosi Siswa | 20 | 1,00 | 4,00 | 2,7000 | 0,80131 |
| ValidN (listwise) | 20 | | | | |

Berdasarkan data di atas diketahui bahwa dari 20 responden diperoleh nilai rata-rata sebesar 2,7000 dengan standar deviasi sebesar 0,80131. Data ini secara statistik menentukan nilai maksimal yang diperoleh oleh responden adalah nilai 4,00 dan nilai minimum yang diperoleh adalah 1,00. Untuk melihat penyebaran kategori responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Tabel Frekuensi Tingkat Pencapaian Responden

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Tidak baik | 1 | 5,0 | 5,0 | 5,0 |
| Kurang baik | 9 | 45,0 | 45,0 | 85,0 |
| Valid Cukup baik | 7 | 35,0 | 35,0 | 40,0 |
| Baik | 3 | 15,0 | 15,0 | 100,0 |
| Total | 20 | 100,0 | 100,0 | |

Kategori tingkat pencapaian skor responden dibagi menjadi tidak baik, kurang baik, cukup baik dan baik. Kemudian ditetapkan pengkategorian pencapaian skor responden untuk masing-masing variabel dengan mengacu pada kategori baik mempunyai persentase sebesar 76-100, pada kategori cukup baik mempunyai persentase sebesar 51-75, pada kategori kurang baik mempunyai persentase sebesar 26-50, pada kategori tidak baik mempunyai persentase sebesar 0-25 (Suharsimi Arikunto, 2007: 19). Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa jumlah responden yang berada di kategori tidak baik sebanyak 1 guru bimbingan konseling, dengan nilai persentase 5,0. Pada kategori kurang baik sebanyak 9 guru bimbingan konseling, dengan nilai persentase 45,0. Pada kategori cukup baik sebanyak 7 guru bimbingan konseling, dengan nilai persentase 35,0. Pada kategori baik sebanyak 3 guru bimbingan konseling, dengan nilai persentase 15,0. Hasil ini dapat dilihat dalam sebarannya melalui histogram mendeskripsikan upaya guru bimbingan konseling mengembangkan emosi positif siswa berikut :



Gambar 1 Histogram Upaya Guru Pembimbing Mengembangkan Emosi Siswa

Berdasarkan hasil di atas dapat disimpulkan bahwa upaya guru bimbingan konseling untuk meredakan emosi negatif siswa termasuk kategori kurang baik. Kondisi ini harus menjadi perhatian banyak pihak agar upaya guru bimbingan konseling untuk meredakan emosi negatif siswa dapat ditingkatkan. Seperti yang diungkapkan Charles (2007) meredakan emosi negatif harus dapat meningkatkan kemampuan bagaimana untuk mampu merasa, dan mampu memilih untuk meredakan gejala emosi sendiri. Emosi negatif siswa yang timbul di masa remaja harus diredam agar kemampuan untuk merasa dapat ditingkatkan.

Faktor yang mempengaruhi penyebab guru bimbingan konseling kurang baik dalam membantu siswa untuk meredam emosi negatifnya adalah karena situasi tempat dan lingkungan yang tidak mendukung. Seperti yang diungkapkan oleh Dusek (dalam Tim dosen pembina mata kuliah perkembangan peserta didik, 1977) remaja memperlihatkan tingkah laku negatif, karena lingkungan yang tidak memperlakukan mereka sesuai dengan tuntunan atau kebutuhan perkembangan mereka. Lingkungan sekitar siswa merupakan faktor penentu perkembangan emosi negatif.

Upaya meredam emosi negatif siswa bertujuan untuk menjadikan siswa sebagai pelajar yang baik, sesuai pendapat Hamalik (1990) Bimbingan membantu para siswa untuk meningkatkan hasil belajar yang baik dan berupaya agar mereka tidak mengalami kegagalan belajar. Guru bimbingan konseling diharuskan untuk lebih meningkatkan bantuan terhadap siswa agar mereka tidak mengalami kegagalan. Kemudian, guru juga dituntut untuk lebih memahami bagaimana tingkah laku siswa dalam meredam emosi negatif yang timbul pada dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian Taty dan Syska (2018) pada saat siswa menghadapi masalah, siswa cenderung tidak dapat mengendalikan emosinya, sehingga larut dalam masalahnya tersebut dan berperilaku agresif, seperti melanggar aturan, datang terlambat, dan seringnya siswa melanggar aturan, membuat siswa dianggap nakal oleh gurunya. Menurut Goleman (2009) individu yang tidak mampu mengatasi perasaan-perasaan emosionalnya cenderung tidak mau memotivasi dirinya sendiri untuk melepaskan dari masalah yang ada di lingkungan sosialnya. Siswa lebih didominasi oleh pikiran emosional dari pada pikiran rasional. Siswa cenderung bersikap agresif karena tidak mampu mengelola dorongan hatinya dan bertaham terhadap frustrasi yang dirasakannya, sehingga pada saat siswa merasa marah atau kesal, siswa tidak mampu berpikir jernih, hanya mampu memikirkan bagaimana caranya melampiaskan marah atau kesalnya, karena emosi sudah melumpuhkan kemampuan berpikirnya. Siswa juga sering melanggar aturan, datang terlambat, bolos, tidak mengerjakan PR, prestasi belajar yang menurun, melawan guru bahkan berkelahi dengan teman-temannya. Perilaku ini akhirnya membuat siswa cenderung malas untuk merubah perilakunya sehari-hari.

Hal ini perlu mendapatkan perhatian khusus. Karena jika tidak ditanggulangi dengan cepat akan membuat siswa mengalami perilaku yang salah suai. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat dipahami bahwa jika guru bimbingan konseling tidak begitu berperan dalam meredam emosi negatif siswa akan menimbulkan banyak dampak-dampak psikologis. Hal ini juga terbukti pada penelitian ini dimana rata-rata upaya guru bimbingan konseling dalam mengembangkan emosi siswa berada dalam kategori kurang baik. Hasil penelitian Putri (2020) menyatakan bahwa siswa yang dapat dikatakan emosinya telah matang apabila siswa telah mampu bertoleransi dengan sesama, luwes dalam bergaul, dapat mengontrol diri sendiri baik itu dari rasa marah yang berlebih dan perilaku yang kurang baik, dapat menerima diri dan orang lain dimana mampu mencintai diri sendiri menerima kekurangan dan kelebihan diri dengan penuh rasa bangga, mampu menyatakan emosi, mampu berfikir realistis, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan mampu memegang tanggung jawab dengan baik.

Berkaitan dengan hal tersebut maka upaya dan pelayanan yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling yaitu dengan memberikan layanan dasar dan layanan perencanaan individual dalam meningkatkan kematangan emosi siswa. Beberapa alternative di atas dapat dijadikan sebagai rujukan bagi para guru disekolah untuk mengatasi emosi negatif dan mengembangkan emosi positif siswa. Bimbingan konseling kaya dengan pendekatan dan layanan-layanan yang bisa digunakan untuk mengatasi masalah psikologis yang dimunculkan oleh gejala emosi pada siswa. Hanya saja yang perlu menjadi perhatian bagi peneliti adalah bagaimana mencari kesesuai antara pendekatan ataupun layanan yang bisa digunakan untuk mengurangi gejala emosi siswa tersebut

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan bahwa upaya guru bimbingan konseling meredam emosi negatif siswa masuk pada kategori kurang baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil angket yang telah penulis sebarakan, guru bimbingan konseling menyatakan bahwa

guru bimbingan konseling telah memberikan layanan bimbingan konseling untuk meredakan emosi negatif siswa. Upaya guru bimbingan konseling mengembangkan emosi positif siswa berdasarkan hasil penelitian ini adalah kurang baik, guru bimbingan konseling menyatakan bahwa guru bimbingan konseling telah memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk mengembangkan emosi positif siswa..

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Bapak Drs. Azrul Said, Kons selaku pembimbing I dan Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons selaku pembimbing II. Selanjutnya guru bimbingan konseling, guru mata pelajaran dan siswa yang telah membantu terlaksananya penelitian ini..

Daftar Rujukan

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan (perkembangan peserta didik)*. Bandung: CV. Pustaka Setia
- Fauzi, T., & Sari, S., P. (2018). Kemampuan Mengendalikan Emosi Pada Siswa Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling. <https://jurnal.univpgripalembang.ac.id>
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence, Kecerdasan Emosi (terjemahan T. Hermaya)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, D. (1997). *Kiat-kiat Membarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, D. (2009). *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hamalik, O. (1990). *Sistem Interensip Kependidikan Teori dan Praktek*. Bandung: Mandar maju.
- Mansz, C.,C. (2007). *5 Langkah Menata Emosi Untuk Merasa Lebih Baik Setiap Hari*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Mudjiran, dkk. (2007). *Perkembangan Peserta Didik*. Padang: UNP
- Natawidjaja, R.(1977). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Prayitno, E. (2002). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: BK FIP UNP
- Putri, H., Y. (2020). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIII di SMP N 1 Muaro Bungo. <http://e-campus.iainbukittinggi.ac.id>
- Santrock. W. (1983). *Life Span Development*. Jakarta: Erlangga
- Sunarto & Hartono, A. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tim Dosen Pembina Mata Kuliah Perkembangan Peserta didik. (2005). *Perkembangan Peserta didik. Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan*. Padang: UNP
- Uno, H., B. (2008). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Yusuf, A., M. (2005). *Metodologi Penelitian*. Press Padang.UNP

Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.
