

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK ROLE  
PLAYING DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN  
MENGELOLA EMOSI SISWA KELAS XII IPS 3  
DI SMA NEGERI 12 MEDAN**

**Betsaidah Riady**

Guru SMA Negeri 12 Medan  
Surel : betsa\_ida@yahoo.com

**ABSTRAK**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* dalam Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa SMA Negeri 12 Medan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa di SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2012/2013. Subjek dalam penelitian ini 20 siswa kelas XII IPS 3 SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2012/2013. Jenis penelitian ini adalah PTk. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Data test awal ( *pre-test* ) siklus I diperoleh rata-rata 43,25 sedangkan setelah pemberian bimbingan kelompok teknik *role playing*, siklus I diperoleh rata-rata 56,6. Pada siklus II diperoleh rata-rata 69,3

Kata kunci : Mengelola Emosi , Bimbingan Kelompok, Teknik *Role Playing*

**PENDAHULUAN**

Siswa diharapkan dan dituntut untuk bersikap, berpikir dan berlaku sesuai dengan tuntutan lingkungannya, serta eksistensinya sebagai seorang siswa sehingga siswa dapat memandang tatanan dan situasi dengan positif. Hal ini berarti adanya kemampuan mengenal diri sendiri disertai adanya usaha memperoleh citra diri yang stabil, mencegah timbulnya perilaku yang tidak wajar sekaligus menanamkan perilaku positif dalam diri siswa. Adakalanya siswa mengalami kesulitan dalam mengkondisikan sikap, berpikir dan menentukan dirinya secara positif. Siswa yang mengalami hal seperti ini,

ada kemungkinan kecerdasan emosionalnya kurang (Sunarto dan Hartono, 2002). Suryabrata (1990) menyatakan dalam memasuki kehidupan bermasyarakat, remaja terlalu menambahkan kemandirian, dalam arti menilai dirinya cukup mampu mengatasi problem kehidupan, kebanyakan akan menghadapi sebagai masalah terutama masalah pengendalian emosi seperti perilaku yang tidak wajar dan semacamnya. Pelaksanaan bimbingan kelompok di SMA Negeri 12 Medan melalui satuan layanan yang diberikan bertujuan untuk mengembangkan sekolah adalah menyediakan pelayanan yang luas

untuk secara efektif membantu siswa mencapai tujuan-tujuan perkembangannya dan mengatasi permasalahannya, maka segenap kegiatan dan kemudahan yang diselenggarakan sekolah perlu diarahkan. Disini perlu layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mengacu siswa pada perkembangannya yang meliputi empat dimensi kemanusiaan dalam rangka mewujudkan manusia seutuhnya. Berdasarkan paparan diatas dan fakta yang telah ditemui, peneliti tertarik melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa Kelas XII IPS 3 Melalui Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing di SMA Negeri 12 Medan Tahun Pelajaran 2012/2013”.

Kurangnya pengendalian emosi siswa Kelas XII IPS 3 di SMA Negeri 12 Medan Tahun Pelajaran 2012/2013 dapat menyebabkan timbulnya masalah bagi siswa, yaitu kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, teman, dalam belajar maupun dengan keinginan sendiri. Terdapat beberapa cara dalam meningkatkan penengendalian emosi siswa yaitu memberikan pengenalan terhadap jenis-jenis emosi, memberikan bacaan cara mengelola emosi, melakukan bimbingan kelompok.

Dalam penelitian ini peneliti membatasi pada “Peningkatan

kemampuan mengelola emosi siswa Kelas XII IPS 3 di SMA Negeri 12 Medan Tahun Pelajaran 2012/2013 melalui pemberian bimbingan kelompok”.

Sesuai dengan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pengendalian emosional siswa kelas XII IPS 3 di SMA Negeri 12 Medan.

Untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik role playing terhadap peningkatan pengendalian emosi siswa kelas XII IPS 3 di SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2012/2013, sesudah dilakukan bimbingan kelompok.

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

- a. Bagi siswa penelitian ini menambah pengetahuan siswa tentang cara mengelola emosi
- b. Bagi guru pembimbing hasil penelitian ini menambah pengalaman membimbing pengelolaan emosi siswa
- c. Bagi sekolah, sebagai bahan masukan pada kepala sekolah dan guru di SMA Negeri 12 Medan dalam usaha meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi siswa

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **2.1. KERANGKA TEORITIS**

#### **2.1.1. Emosi**

Emosi berasal dari bahasa latin yaitu “*movere*”, yang artinya menggerakkan, bergerak. Goelman (1998) menyebutkan “emosi adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah diramalkan secara berangsur-angsur oleh evolusi”. Goelman juga mengelompokkan emosi kedalam tujuh bagian antara lain: amarah, ketakutan, cinta, kebahagiaan, terkejut, jijik, dan sedih.

### **2.1.2. Pengertian bimbingan kelompok**

Menurut Gazda (dalam Prayitno dan Amti 1994:309), bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional dan sosial.

Menurut McDaniel (dalam Prayitno 1994), berbagai informasi berkenaan dengan orientasi siswa baru, pindah program dan mengembangkan hubungan antar siswa dapat disampaikan dan dibahas dalam bimbingan kelompok. Dengan demikian kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok. Sedangkan kelompok menurut Winkel (2004 : 548), adalah suatu satuan unit orang

yang mempunyai tujuan yang ingin dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul, saling tergantung dalam proses kerjasama dan mendapat kepuasan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang tergabung dalam satuan itu.

Dari pendapat beberapa ahli di atas peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi yang diberikan oleh seorang yang ahli (guru pembimbing) pada sekelompok orang untuk mencapai tujuan bersama serta mengembangkan potensi yang ada dalam diri siswa sebagai makhluk individu melalui kegiatan kelompok .Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah mengurangi reaksi frustasi yang negatif siswa.

### **2.1.3. Pengertian *role playing***

Muhibbin Syah (2010:193) mengungkapkan “bermain peran merupakan upaya pemecahan masalah, khususnya yang bertalian dengan kehidupan sosial melalui peragaan tindakan. Proses pemecahan masalah tersebut dilakukan melalui tahapan-tahapan: 1) identifikasi/pengenalan masalah, 2) uraian masalah, 3) pemeranan/peragaan tindakan, 4) diskusi dan evaluasi”.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan, pengertian *role pleying* ialah mendramatisasikan

tingkah laku untuk mengembangkan konsep diri siswa menjadi positif dan meningkatkan stabilitas emosional siswa. Dengan dramatisasi, siswa berkesempatan melakukan, menafsirkan dan memerankan suatu peranan tertentu. Melalui *role playing*, siswa diharapkan memiliki kesempatan untuk mengembangkan seluruh pikiran dan minatnya dan juga perilakunya yang negatif menjadi positif, emosinya yang meledak-ledak menjadi halus dan tidak emosian, siswa yang tidak dapat berempati menjadi dapat bersikap empati, yang kurang bertanggung jawab menjadi bisa lebih bertanggung jawab, siswa yang kendali dirinya lemah dapat menjadi terkendali, siswa yang interpersonal skill nya rendah bisa menjadi bagus.

## **METODE PENELITIAN**

### **3.1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini berbentuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Lewin dalam Aqib (2006 : 21) menyatakan bahwa dalam satu siklus terdiri atas empat langkah, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*) dan refleksi (*reflecting*).

### **3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian**

- a. Lokasi Penelitian  
Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 12 Medan
- b. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari sampai April 2013

### **3.3. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas XII IPS 3 SMA Negeri 12 Medan, yang memiliki kriteria bahwa siswa termasuk sebagai siswa yang kurang dan rendah kecerdasan emosinya, yaitu siswa yang kurang memiliki kesadaran diri, tidak mampu mengelola emosi, kurang motivasi, empati dan keterampilan sosialnya.

### **3.4. Desain Penelitian**

Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain Pre-tes dan Pos-tes

### **3.5. Operasional Variabel Penelitian**

- a. Layanan Bimbingan Kelompok teknik *role playing* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah layanan yang dilakukan untuk memberikan bantuan kepada individu yang memiliki masalah melalui kegiatan kelompok dengan cara bermain peran (*role playing*) dimana masalah yang dimaksud ialah masalah perilaku *bullying* yang terjadi pada siswa kelas
- b. Kemampuan mengelola emosi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa memiliki kesadaran diri, cerdas emosi, memiliki motivasi, empati, dan keterampilan sosial

### **3.6. Instrumen Penelitian**

Instrument pengumpulan data yang digunakan untuk mengetahui kecerdasan emosi siswa adalah angket. Menurut Arikunto (2003) angket adalah “kumpulan dari pertanyaan yang diajukan secara tertulis kepada seseorang atau yang dalam hal ini disebut responden dan cara menjawabnya dilakukan secara tertulis”.

### 3.7. Teknik Analisis Data

Metode analisis data pada penelitian ini digunakan metode deskriptif dengan membandingkan hasil angket kecerdasan emosi siswa sebelum tindakan dengan hasil angket kecerdasan emosi siswa setelah tindakan.

Langkah-langkah pengolahan data sebagai berikut:

1. Merekapitulasi nilai pretes sebelum tindakan dan nilai tes akhir siklus I dan siklus II
2. Menghitung nilai rerata atau persentase hasil belajar siswa sebelum dilakukan tindakan dengan hasil belajar setelah dilakukan tindakan pada siklus I dan siklus II untuk mengetahui adanya peningkatan hasil belajar.
3. Penilaian
  - a. Data nilai hasil belajar (kognitif) diperoleh dengan menggunakan rumus:

$$\text{Nilai Siswa} = \frac{\text{Jumlah jawaban benar}}{\text{Jumlah seluruh soal}} \times 100$$

(Slameto, 2001:189)

b. Nilai rata-rata siswa dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

(Subino, 1987:80)

Keterangan :

$\bar{X}$  = Nilai rata-rata

$\Sigma$  = Jumlah nilai X

N = Jumlah peserta tes

Untuk penilaian angket dilakukan setiap indikator penilaian angket:

$$\text{nilai} = \frac{\sum \text{nilaiseluruhitem}}{4 \times \text{jumlahitem}}$$

### 3.8 Prosedur Penelitian

Berdasarkan observasi yang peneliti dapatkan, bahwa Pengelolaan emosi siswa pada masih rendah, maka prosedur penelitian yang penulis rencanakan dalam meningkatkan pengelolaan emosi pada tersebut adalah sebagai berikut :

- ❖ Tahap Perencanaan
- ❖ Tahap Tindakan
- ❖ Tahap Observasi
- ❖ Tahap Refleksi

### 3.9. Jadwal Penelitian

Jadwal penelitian dimulai dari bulan Februari s/d bulan April

## HASIL PENELITIAN

### 4.1. Siklus I

#### 4.1.1. Pre-test Siklus I

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 20 orang terdapat skor tertinggi 57 dan skor terendah 36, dengan rata-rata ( $M$ ) = 43,25. Hasil perhitungan data *pre-test* yang diperoleh dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel: 1 Hasil *Pre-test* Siklus I

No	Statistik	Kelas Penelitian
1	N	20
2	Rata-rata	43,25
3	Maksimum	57
4	Minimum	36

#### 4.1.2. *Post-test* Siklus I

Peneliti kembali menyebarkan angket untuk mengetahui tingkat perilaku bullying siswa. Dari 20 responden didapat skor tertinggi 67 dan skor terendah 50, dengan rata-rata ( $M$ ) = 56,6. Hasil perhitungan data *Post-Test* yang diperoleh dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel: 2 Hasil *Post-Tes* Siklus I

No	Statistik	Kelas Eksperimen
1	N	20
3	Rata-rata	56,6
6	Maksimum	67
7	Minimum	50

Berdasarkan tabel 1 dan tabel 2, rata-rata data *Pre-test* lebih rendah dari pada rata-rata data *Post-test*. Jadi, ada Peningkatan sikap belajar positif siswa. Tetapi peningkatan yang terjadi hanya sedikit saja. Hasil perbandingan *Pre-*

*test* dan *Post-test* dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel: 3 Hasil Perbandingan *Pre-test* I dan *Post-test* II

No	Statistik	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	N	20	20
2	Rata-rata	43,25	56,6
3	Maksimum	57	67
4	Minimum	36	50

Dari refleksi siklus I yang dilakukan maka terdapat kekurangan dalam pemberian layanan sehingga tingkat kemampuan mengelola emosi siswa masih rendah, jadi pada siklus II yang harus diperbaiki ialah:

1. Perbaikan dalam hal keaktifan siswa dalam mengeluarkan pendapat, dalam siklus II pembimbing akan menunjuk satu-persatu siswa untuk mengeluarkan pendapatnya serta untuk lebih terbuka
2. Menekankan kembali azas kerahasiaan di dalam kelompok, sehingga murid dapat lebih terbuka tanpa ada rasa takut rahasia ataupun masalah mereka tidak akan ada yang tahu selain anggota kelompok dan pembimbing.
3. Menekankan pada materi dampak dari tidak mampunya seseorang mengendalikan emosi.

#### 4.1.3. *Pre-Tes* Siklus II

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 20 orang terdapat skor tertinggi 75 dan skor terendah 64,

dengan rata-rata (M) = 69,3. Hasil perhitungan data *post-test* yang diperoleh dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel : 4 Hasil *Pre-tes* II

No	Statistik	Kelas Penelitian
1	N	20
2	Rata-rata	69,3
3	Maksimum	75
4	Minimum	64

#### 4.1.4. Post-test Siklus II

Setelah siklus I berakhir, maka peneliti menyusun kembali proses bimbingan yang akan dilakukan agar peningkatan sikap belajar positif siswa sesuai dengan yang diharapkan *Pre-test* diberikan di kelas XII IPS 3 yang berjumlah 20 responden. Dari 20 responden didapat skor tertinggi 85 dan skor terendah 73, dengan rata-rata (M) = 78,75. Hasil perhitungan data pretest yang diperoleh dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel: 5 Hasil *Post-test* Siklus II

No	Statistik	Kelas Penelitian
1	N	20
3	Rata-rata	78,75
6	Maksimum	85
7	Minimum	73

Berdasarkan tabel 4.4 dan tabel 5, rata-rata data *Pre-test* lebih rendah dari pada rata-rata data *Post-test*. Jadi, ada peningkatan sikap belajar positif siswa.. Hasil

perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* dapat dilihat melalui tabel berikut.

Tabel: 6 Hasil Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test*

No	Statistik	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	N	20	20
2	Rata-rata	69,3	78,75
3	Maksimum	75	85
4	Minimum	64	73

## 4.2 PEMBAHASAN PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 12 Medan mulai bulan September s/d Desember berjudul “Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa Kelas XII IPS 3 melalui Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing di SMA Negeri 12 Medan Tahun Pelajaran 2012/2013”, memberikan pengaruh yang baik terhadap siswa-siswi SMA Negeri 12 Medan khususnya kelas XII IPS 3 yang memiliki tingkat emosi yang rendah. Hasil dari angket yang telah dianalisis menunjukkan bahwa siswa yang memiliki tingkat emosi yang tinggi, siswa yang kurang dapat mengontrol emosi menjadi lebih baik, lebih mampu meningkatkan kemampuan mengelola emosinya setelah diberikan kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik role playing.

Penelitian dilakukan dengan dua siklus, pada siklus I kemampuan mengelola emosi siswa sudah meningkat hanya saja peningkatan yang terjadi belum mencapai target

yang diinginkan pada Pre-Tes siklus I nilai rata-rata angket siswa ialah 43,25 setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *role playing* siswa diberi angket dan nilai rata-rata angket siswa Post-Tes ialah 56,6. Dari hasil tersebut peneliti melihat kegiatan yang diberikan belum maksimal masih banyak kelemahan-kelemahan yang terjadi dalam kegiatan tersebut sehingga hasil rata-rata dari nilai angket siswa mengenai kemampuan mengelola emosi belum maksimal sehingga peneliti melakukan Siklus II, sebelum melakukan siklus II maka peneliti melakukan perbaikan terhadap kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik *role playing* yang akan diberikan pada Siklus II. Setelah memperbaiki segala kelemahan-kelemahan yang terjadi pada Siklus I maka peneliti kembali memberikan angket mengenai kemampuan mengelola emosi kepada peserta kegiatan bimbingan maka didapat rata-rata hasil dari Pre-Tes Siklus II ialah 69,3 terjadi peningkatan dari Post-Tes Siklus I. Peneliti kembali melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* yang telah diperbaiki kelemahan-kelemahan yang terdapat di Siklus I, setelah itu maka peneliti kembali memberikan angket Post-Tes Siklus II dengan rata-rata 78,75. Dari hasil tersebut dapat dilihat kenaikan kemampuan siswa mengelola emosi sudah mencapai target yang diinginkan. Pada Pre-Tes Siklus I didapat rata-rata hasil angket sebesar

43,25 dan hasil akhir didapat hasil rata-rata angket siswa Post-Tes Siklus II sebesar 78,75.

Hasil penelitian yang didapat mungkin tidak mencapai seratus persen, karena kita tahu mengubah perilaku seseorang tidaklah mudah bahkan sangat sulit karena memerlukan waktu yang relative lama. Oleh sebab itu peneliti akan tetap memantau perkembangan peserta kegiatan bimbingan kelompok tersebut agar tetap dapat mengelola emosinya dengan baik bahkan lebih baik lagi.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Melihat dari perkembangan hasil yang dicapai masing-masing siklus, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Keterlibatan siswa dalam layanan bimbingan kelompok mampu membimbing siswa dalam pengelolaan emosional siswa, sehingga layanan bimbingan kelompok berperan penting dalam mengatasi Pengelolaan emosional siswa.
2. Dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *role playing* siswa dapat meningkatkan kemampuan mengelola emosi nya.

### **Saran**

Sehubungan dengan simpulan hasil yang diperoleh ini, diharapkan dapat menjadi salah satu informasi yang dapat dimanfaatkan oleh:



1. Para pendidik terutama para guru yang langsung melaksanakan penelitian ini dapat merasakan dan mengetahui bahwa layanan bimbingan kelompok teknik role playing mampu meningkatkan kecerdasan emosional siswa.
2. Para siswa yang langsung melaksanakan program ini diharapkan dapat mempertahankan kecerdasan emosi yang telah mampu terbentuk dengan tetap mempertahankan pengalaman-pengalaman yang menyangkut emosi yang mendatangkan keberhasilan dan berusaha untuk mengelola dengan meminimalkan perilaku-perilaku yang mendatangkan kegagalan.
3. Para guru BK yang telah mendapatkan pengalaman dari pelaksanaan penelitian tindakan ini dapat lebih menjalankan program BK dengan baik dan maksimal.

model.html. (diakses 14 Februari 2013)

- Prayitno & Erman Amti. 1994. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: P2LPTK Depdikbud.
- Prayitno & Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta

## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Reneksa Cipta.
- Arikunto, Suharsini. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arjanto, (2011). <http://paul-arjanto.blogspot.com/2011/06/permainan-peran-role-playing->