

Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Dalam Bergaul Dengan Teman Sebaya

Ita Nur Octaviana¹, Arista Kiswantoro², Richma Hidayati³
Universitas Muria Kudus^{1,2,3}
e-mail: arista.kiswantoro@umk.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 18 April 2020

Revisi: 21 Mei 2020

Disetujui: 12 Juni 2019

Dipublikasikan: 31 Juni 2020

Keyword

Bimbingan Kelompok
Psikodrama
Kecerdasan Emosi
Pergaulan Teman Sebaya

Abstract

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Subjek yang diteliti adalah siswa kelas XI IPS - 3 SMA Negeri 1 Mejubo Kudus, sebanyak 8 siswa yang mempunyai kecerdasan emosi dalam bergaul dengan teman sebaya rendah. Variabel penelitian yang digunakan dua variabel yaitu: variabel bebas (X) adalah layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama, variabel terikat (Y) adalah Meningkatkan kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi dan wawancara. Analisis data yang digunakan adalah teknik observasi dan wawancara. Analisis data yang digunakan adalah analisis data kualitatif deskriptif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah kondisi dari 8 siswa yang mempunyai kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya rendah pada pra siklus memperoleh jumlah rata-rata skor 48 dengan dalam kategori sangat kurang. Pada akhir siklus I jumlah skor kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya yaitu 72 dalam kategori kurang dan akhir kegiatan siklus II jumlah kondisi kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya dari 8 siswa kelas XI IPS-3 SMAN 1 Mejobo Kudus adalah 100 dalam kategori sangat baik. Selain itu juga dapat disimpulkan bahwa hipotesis tindakan yang telah dibuat oleh peneliti pada bab II yang berbunyi “Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Dapat Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI IPS-3 SMAN 1 Mejobo Kudus Dalam Bergaul Dengan Teman Sebaya”, dinyatakan diterima.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Kecerdasan merupakan anugerah dari Tuhan. Kecerdasan yang dimiliki seseorang akan sia-sia apabila tidak dikembangkan dan dimanfaatkan bagi kehidupannya. Kecerdasan tidak hanya meliputi kecerdasan intelektual namun juga kecerdasan emosi. Keberhasilan siswa tidak hanya ditandai dengan prestasi akademisnya saja, tetapi juga dilihat dari kemampuan dalam mengendalikan perilakunya di lingkungan sekolah. Kecerdasan emosional dalam hal ini sangat dibutuhkan karena emosi menentukan apakah seseorang dapat atau tidak mengendalikan perilakunya. Keterampilan kecerdasan emosi bekerja secara sinergi dengan keterampilan kognitif, orang-orang yang berprestasi tinggi memiliki keduanya. Emosi yang lepas kendali dapat membuat orang pandai menjadi bodoh. Tanpa kecerdasan emosi, orang tidak akan bisa menggunakan kemampuan-kemampuan kognitif mereka sesuai dengan potensi yang maksimum.

Menurut Goleman (2002: 58), “Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengembangkan kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan mengembangkan motivasi diri sendiri, kemampuan mengembangkan pengaturan diri, kemampuan mengembangkan empati, dan kemampuan mengembangkan kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain”. Goleman (2005: 268) mengemukakan factor-faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor keluarga dan faktor lingkungan. Keluarga merupakan tempat paling utama untuk mempelajari emosi sejak lahir. Dalam lingkungan ini anak-anak akan belajar

bagaimana merasakan perasaannya sendiri dan bagaimana menanggapi perasaan orang lain dari orang tua maupun saudara mereka. Peristiwa-peristiwa yang terjadi pada masa anak-anak akan melekat secara permanen sampai mereka dewasa. Faktor lingkungan sangat dominan dengan lingkungan masyarakat, baik daerah tempat tinggal maupun sekolah. Anak dapat mempelajari berbagai emosi dan belajar mengembangkan emosi mereka agar menjadi lebih bijaksana dalam mengatur emosi mereka.

Dari berbagai kemampuan dalam kecerdasan emosional dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, pergaulan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat mengembangkan kecerdasan emosional. Menurut Diane (Lusi Nuryanti, 2008: 68) dalam pergaulan teman sebaya, anak dapat mengembangkan keterampilan bersosialisasi dan menjalin keakraban, anak mampu meningkatkan hubungan dengan teman, dan anak mendapatkan rasa kebersamaan. Selain itu, anak termotivasi untuk mencapai prestasi dan mendapatkan rasa identitas. Anak juga mempelajari keterampilan kepemimpinan dan berkomunikasi, bekerja sama, bermain peran, dan membuat atau menaati peraturan.

Lebih lanjut Goleman (2003: 42-43) membagi kecakapan emosional menjadi dua bagian, yaitu kecerdasan pribadi dan kecerdasan sosial. Kecerdasan pribadi menurut Goleman merupakan kemampuan bagaimana mengelola diri sendiri, diantaranya kesadaran diri, pengaturan diri, dan memotivasi diri. Sedangkan kecerdasan social menentukan bagaimana cara kita menangani suatu hubungan dengan orang lain, diantaranya empati dan keterampilan sosial.

Orang-orang yang terampil dalam kecerdasan sosial dapat menjalin hubungan dengan orang lain cukup lancar, peka membaca reaksi dan perasaan mereka, mampu memimpin dan mengorganisir, dan pintar menangani perselisihan yang muncul dalam setiap kegiatan manusia.

Dari berbagai uraian tentang pentingnya mencerdaskan emosi dalam bergaul dengan teman sebaya, diharapkan siswa memiliki kecerdasan emosi sehingga dapat mencapai puncak prestasi.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK dan pada hari rabu, tanggal 21 November 2018, di SMAN 1 Mejobo Kudus, diperoleh informasi bahwa masih ditemui adanya beberapa siswa yang kecerdasan emosinya dalam bergaul dengan teman sebaya rendah, khususnya pada siswa kelas XI IPS-3 SMAN 1 Mejobo Kudus tahun pelajaran 2018/2019. Data yang didapatkan dari guru bimbingan dan konseling disekolah tersebut, menunjukkan bahwa terdapat siswa yang belum dapat mengatur diri mengontrol emosinya dengan baik seperti peristiwa beda pendapat sering menimbulkan perkelahian antar siswa didalam kelas, terdapat siswa yang kurang mempunyai keterampilan sosial dalam mengatur suasana hatinya ketika menerima ejekan dari temannya, seperti siswa yang sedang bermain bersama saling mengejek satu sama lain, ada siswa yang kemudian membalas ejekan temannya tersebut dengan nada bercanda dan tidak mau kalah, tetapi ada siswa yang sensitif dengan ejekan dari temannya hal ini terlihat dari ekspresi wajah siswa tersebut yang merasa minder karena ejekan yang ditujukan padanya.

Pada 10 Desember 2018 peneliti mengadakan wawancara dengan wali kelas XI IPS -3 di SMAN 1 Mejobo Kudus, diperoleh informasi terdapat siswa yang kurang mempunyai motivasi diri seperti kurang sabar, kurang ulet, mudah mengeluh, mudah putus asa dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah maupun dalam menyelesaikan masalah pribadi yang mengganggu kelancaran studi. Terdapat siswa yang kurang mempunyai kesadaran diri, hal ini ditunjukkan ketika di dalam kelas saat kegiatan belajar mengajar berlangsung terdapat siswa yang kurang memperhatikan guru dan kurang aktif dalam mengikuti pelajaran, siswa juga banyak yang masih sungkan dalam mengemukakan pendapatnya didalam kelas, bersikap terlalu tegang dalam mengikuti pelajaran sehingga tidak bisa konsentrasi dalam belajar. Terdapat beberapa siswa yang memiliki sikap empati rendah, seperti kurang peka saat temannya di dalam kelas mempunyai permasalahan pribadi.

Hasil wawancara tersebut didukung hasil analisis instrumen evaluasi skala penilaian pada pra siklus, peneliti memperoleh hasil pada pra siklus yaitu dengan skor rata-rata 40 dalam kategori

sangat rendah, hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa kelas XI-IPS-3 di SMAN 1 Mejobo Kudus adalah banyak siswa yang kurang bisa mengontrol emosinya dengan baik seperti peristiwa beda pendapat sering menimbulkan perkelahian antar siswa di dalam kelas, belum dapat mengatur suasana hatinya ketika menerima ejekan dari temannya, terdapat beberapa siswa yang menarik diri dari pergaulan seperti lebih suka menyendiri, melamun. Kemudian banyak diantara siswa yang mempunyai pribadi kurang sabar, kurang ulet, mudah mengeluh dan putus asa dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah maupun masalah pribadinya. Di dalam kelas saat kegiatan belajar mengajar berlangsung ada beberapa siswa yang kurang aktif dan memperhatikan guru, selain itu juga ada beberapa siswa yang masih sungkan dalam mengemukakan pendapatnya dan bersikap berlalu tegang sehingga tidak bisa konsentrasi dalam belajar.

Hal di atas tersebut tidak dapat diabaikan begitu saja, perlu adanya antisipasi untuk mengatasi masalah tersebut. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi ketidakmampuan dalam bergaul dengan teman sebaya adalah melalui Bimbingan Kelompok dengan teknik psikodrama siswa akan belajar memahami dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, mengetahui tentang kebutuhan-kebutuhannya dengan memainkan sebuah peran. Teknik tersebut melatih kemampuan siswa dalam bersikap dan berinteraksi dengan teman sebaya. Sebagai salah satu teknik bimbingan kelompok, penggunaan psikodrama akan menimbulkan interaksi antar anggota kelompok sehingga timbul rasa percaya diri untuk mengungkapkan masalah. Berdasarkan hasil pembahasan dalam kelompok tersebut maka anggota kelompok (siswa) dapat belajar dari pengalaman baru yang berupa aktifitas yang diperoleh dari kegiatan psikodrama yaitu pelatihan untuk dapat melakukan interaksi sosial dengan teman sebaya secara mudah dan tepat. Oleh sebab itu, peneliti tertarik meneliti masalah ini kedalam judul “Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa dalam Bergaul dengan Teman Sebaya kelas XI IPS 3 di SMAN 1 Mejobo Kudus Tahun Ajaran 2018/2019”.

Nurnaningsih (2011, p268) dalam jurnal penelitian berjudul “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa” hasil yang diperoleh dari hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa berada pada kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Program bimbingan kelompok ini direkomendasikan untuk dipertimbangkan sebagai salah satu kerja dalam pengembangan program bimbingan konseling untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Metode Penelitian

Lokasi yang akan dilakukan untuk melaksanakan penelitian adalah di SMAN 1 Mejobo Kudus beralamat Jl. Pasar Doro Jepang Mejobo Kudus 59381. Dari data observasi disana terdapat siswa yang kecerdasan emosionalnya kurang baik. Menurut Sugiyono (2013: 60) Variabel dalam penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut yang kemudian dapat ditarik kesimpulannya. Variabel-variabel itu adalah ide kunci yang coba dicarikan informasinya oleh peneliti untuk menangani maksud penelitiannya. Variabel dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian bimbingan dan konseling. Penelitian ini dapat dilaksanakan dalam dua siklus. Tiap siklus dilaksanakan dua kali kegiatan sesuai dengan indikator perubahan tingkah laku siswa yang hendak dicapai. Berikut dijabarkan skema siklus dalam PTBK dalam (Arikunto, 2010: 16). Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan dilakukannya analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2010: 335) analisis data adalah proses mencari dan menyusun data secara sistematis yang

diperoleh dari wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi dengan mengorganisasikan data kedalam kategori, memilih poin yang penting yang sekiranya akan dipelajari dan data-data tersebut ditarik kesimpulan sehingga mudah di fahami diri sendiri amupun orang lain.

Dalam penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling terdapat dua cara untuk menganalisis data, yaitu di lakukan secara kualitatif dan kuantitatif dalam rangka refleksi setelah pelaksanaan tindakan perbaikan yang mencakup proses dan dampak tindakan perbaikan dalam suatu siklus penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling secara keseluruhan. Dalam hal ini analisis data adalah proses menyeleksi, menyederhanakan, memfokuskan, mengorganisasikan data secara sistematis dan rasional. Dalam penelitian ini analisis data menggunakan analisis penelitian kualitatif, karena pola hubungan bersifat interaktif dengan antar variabel. Analisis data di lakukan terhadap hasil pengamatan. Analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif komparatif karena membandingkan kondisi awal siswa sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dan kondisi siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis data deskriptif kualitatif karena mengacu kepada hasil observasi, wawancara, refleksi dari kondisi awal pada siklus I dan siklus II pada siswa kelas XI IPS 3 SMAN 1 Mejubo Kudus mengenai kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya.

Hasil dan Pembahasan

Pada siklus I pertemuan pertama berdasarkan pengamatan peneliti pada saat proses psikodrama berlangsung, peneliti menemukan sikap yang menunjukkan perilaku kecerdasan emosional yang rendah. Dari delapan siswa terbagi menjadi 2 kelompok diantaranya terdapat 6 anggota pemain dan 2 sebagai pengamat. Dari 6 anggota kelompok yang berperan sebagai kelompok pemain, mereka sedikit memahami peran dan karakter masing-masing walaupun masih belum maksimal, mereka mendapatkan pemahaman tentang pengertian kecerdasan emosional dan pentingnya memiliki kecerdasan emosional yang baik. Sedangkan 2 anggota dari kelompok pengamat memberikan penilaian yang cukup sesuai dengan apa yang telah mereka amati, tetapi dalam menyampaikan pendapatnya mereka masih ragu dan kurang percaya diri dan mereka sebagai kelompok pengamat mendapatkan pelajaran akan pentingnya memiliki kecerdasan emosional dalam bergaul dengan teman sebaya.

Refleksi hasil temuan pada siklus 1 pertemuan pertama secara keseluruhan anggota kelompok baru pertama kali mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Sehingga pada saat kegiatan bimbingan kelompok berlangsung anggota kelompok masih belum memahami kegiatan bimbingan kelompok teknik psikodrama. Masalah yang ditemui peneliti pada siklus 1 pertemuan pertama cukup banyak diantaranya yaitu anggota kelompok masih pasif hanya mengikuti arahan peneliti, canggung dan saat ditanya peneliti cenderung diam. Dalam mengemukakan pendapat anggota kelompok kurang percaya diri dan ragu. Selain itu anggota kelompok sulit untuk di kondisikan dan kurang bersungguh-sungguh dalam menjalankan perannya. Sehingga peneliti kurang maksimal dalam memberikan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

Upaya yang dilakukan oleh peneliti pada pertemuan selanjutnya yaitu peneliti akan menjelaskan pengertian, tujuan, asas, dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok dengan lebih jelas dan mudah dipahami, peneliti akan lebih tegas menanyakan kesiapan anggota kelompok dan memastikan bahwa anggota kelompok memang sudah siap mengikuti kegiatan. Peneliti harus lebih mampu dalam menguasai materi dan memberikan motivasi kepada anggota kelompok untuk aktif agar tercipta dinamika kelompok.

Pada pertemuan kedua ini sudah ada peningkatan dari anggota kelompok dari pertemuan sebelumnya. Berdasarkan pengamatan peneliti kelompok pemain dan pengamat sudah mulai memahami tentang bimbingan kelompok teknik psikodrama meskipun belum signifikan. Mereka mengakui kurang puas dalam memainkan peran. Pada siklus 1 pertemuan kedua ini mengangkat

tema tentang “Kesadaran Diri”. Peneliti menemukan beberapa siswa yang sudah memahami pentingnya memiliki kesadaran diri. Namun, pada pertemuan kedua ini peneliti juga menemukan beberapa siswa yang belum memiliki dan memahami pentingnya kesadaran diri. Refleksi hasil temuan pada siklus 1 pertemuan kedua yaitu anggota kelompok masih pasif hanya mengikuti arahan peneliti, kecanggungan anggota kelompok sudah mulai hilang tetapi anggota kelompok sering mengobrol sendiri dengan temannya, dan ketika diberikan kesempatan peneliti untuk menyampaikan pendapatnya anggota kelompok lebih memilih diam. Sehingga peneliti dalam memberikan layanan bimbingan kelompok masih kurang maksimal.

Upaya yang dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti harus mampu menguasai urutan penjelasan tentang bimbingan kelompok, memberikan kebebasan kepada anggota kelompok untuk mengemukakan pendapatnya dan menarik kesimpulan dan selalu memberikan dorongan agar anggota kelompok lebih termotivasi mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pada siklus 1 pertemuan ketiga peneliti mengangkat tema tentang “Empati”. Pada pertemuan sebelumnya anggota kelompok sudah sedikit menunjukkan peningkatan. Anggota kelompok sudah bisa mengikuti kegiatan cukup baik. Anggota kelompok juga lebih semangat dalam menjalankan perannya. Siswa juga mempunyai kesadaran diri dalam mengikuti kegiatan dengan menunjukkan sikapnya dalam memahami materi yang sedang dibahas. Refleksi hasil temuan peneliti pada siklus 1 pertemuan ketiga yaitu peneliti masih menemukan siswa yang suka mengobrol sendiri dengan temannya, kurang percaya diri dalam mengemukakan pendapatnya dengan alasan takut pendapatnya itu salah.

Upaya yang dilakukan oleh peneliti harus selalu menanyakan kepada anggota kelompok mengenai seberapa jauh pemahaman anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan. Peneliti lebih mampu dalam menyimpulkan dan lebih sering menanyakan kesimpulan kepada anggota kelompok mengenai komitmen kedepannya. Aktivitas peneliti dalam layanan bimbingan kelompok pada siklus I pertemuan pertama peneliti memperoleh skor 66 dengan kategori Cukup, siklus I pertemuan kedua diperoleh skor 71 dengan kategori Baik, dan siklus I pertemuan ketiga di peroleh skor 78 dengan kategori Baik.

Berdasarkan hasil instrumen skala penilaian Pada siklus I diperoleh hasil keseluruhan 576 dengan rata-rata 72 masuk dalam kategori kurang. Pada siklus ini aspek kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya anggota kelompok masih rendah tepatnya masuk dalam kategori sangat kurang. Layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama pada siklus I yang telah dilaksanakan oleh peneliti kurang maksimal. Karena anggota kelompok masih belum dapat mengikuti kegiatan dengan maksimal dan dari segi peningkatannya juga masih dalam kategori cukup. Selain itu peneliti juga memiliki kelemahan dalam memberikan layanan bimbingan kelompok. Diantaranya masih canggung, kurang tegas, dan kurangnya penguasaan materi. Oleh karena itu setelah siklus I selesai peneliti melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu siklus II. Pada siklus II peneliti berusaha memperbaiki pada layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama agar mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

Pada siklus II pertemuan pertama siswa sudah mengalami peningkatan. Anggota kelompok sudah mulai sedikit aktif dalam mengikuti kegiatan dan secara keseluruhan siswa sudah memahami materi yang sedang dibahas. Materi yang dibahas pada siklus II pertemuan pertama yaitu “Keterampilan Sosial Dalam Berhubungan dengan Orang lain”. Dalam pelaksanaan psikodrama anggota kelompok sudah benar-benar memahami karakter yang diperankannya.

Refleksi hasil temuan pada siklus II pertemuan pertama setelah pemberian layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama sudah mengalami peningkatan. Anggota kelompok sudah mulai memahami karakter yang diperankannya meskipun belum maksimal, sudah tidak canggung dalam menyampaikan pendapatnya dan anggota kelompok saling berkomitmen untuk selalu mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama. Upaya yang dapat dilakukan

oleh peneliti untuk pertemuan selanjutnya yaitu peneliti berusaha untuk mengambil konsentrasi anggota kelompok untuk tetap fokus mengikuti kegiatan dan lebih aktif dalam berpendapat.

Pada siklus II pertemuan kedua peneliti mengangkat tema tentang "Pengaturan Diri". Pada pertemuan ini anggota kelompok terlihat senang dalam memainkan peran. Mereka mampu memahami materi yang sedang dibahas, selain itu mereka juga mampu mendalami karakter yang diperankannya meskipun belum maksimal. Dari kelompok pengamat juga sudah mengalami peningkatan, mereka mampu memberikan tanggapan dengan baik sesuai dengan peristiwa yang terjadi dan sudah mulai percaya diri. Refleksi hasil pada siklus II pertemuan kedua anggota kelompok sudah mengalami peningkatan, anggota kelompok terlihat senang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, saling bekerja sama antar anggota, kompak, saling memberikan pendapat, sudah aktif dan mengikuti arahan peneliti.

Upaya yang dilakukan peneliti yaitu selalu memberikan motivasi kepada anggota kelompok untuk selalu percaya diri dalam berpendapat dan melatih anggota kelompok untuk menarik kesimpulan. Pada siklus II pertemuan ketiga peneliti membahas masalah "Motivasi Diri". Pada pertemuan ketiga ini anggota kelompok banyak mengalami peningkatan. Mereka sudah berani mengemukakan pendapatnya tanpa harus ditunjuk oleh peneliti. Mereka sangat antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok teknik psikodrama. Pada pertemuan ini siswa menunjukkan mengalami peningkatan kecerdasan emosionalnya. Khususnya dalam bergaul dengan teman sebaya. Mereka semakin mendalami karakter yang dimainkannya dan mereka senang melakukannya.

Refleksi hasil temuan pada pertemuan ketiga setelah anggota kelompok mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama, siswa banyak mengalami peningkatan kecerdasan emosionalnya. Mereka menyadari betul pentingnya memiliki kecerdasan emosi. Selama kegiatan siswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan, sudah percaya diri saling mengemukakan pendapatnya. Mereka juga sudah memahami betul materi yang disampaikan oleh peneliti, dalam memainkan psikodrama siswa sangat mendalami karakter yang diperankannya.

Upaya yang dilakukan oleh peneliti yaitu mengajak anggota kelompok saling berkomitmen untuk memaksimalkan kecerdasan emosi yang dimilikinya. Sehingga aspek kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya meningkat sebesar 28 dari siklus I. Aktivitas peneliti dalam layanan bimbingan kelompok pada siklus II pertemuan pertama peneliti memperoleh skor 79 dengan kategori Cukup, siklus I pertemuan kedua diperoleh skor 82 dengan kategori Baik, dan siklus I pertemuan ketiga di peroleh skor 90 dengan kategori Baik. Berdasarkan presentase yang diperoleh oleh peneliti maka dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap pertemuan terjadi peningkatan.

Pada siklus I dan II memiliki perbandingan pada aspek kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya. Berdasarkan analisis data hasil instrumen skala penilaian dari delapan siswa kelas XI-IPS 3 SMAN 1 Mejobo Kudus menunjukkan adanya peningkatan disetiap aspeknya setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama. Adapun peningkatan kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya dapat dilihat sebagai berikut:

1. Memiliki Kesadaran Diri

Pada aspek memiliki kesadaran diri, 1 anggota kelompok yaitu : SFK memilih "sering" untuk memiliki kesadaran diri dengan perolehan skor 3, sedangkan EN, MDTP, IP, BAS, ABDC, ORS dan DK memilih "kadang-kadang" untuk memiliki kesadaran diri dengan skor 2. Kemudian pada siklus II anggota kelompok diantaranya yaitu BAS dan ORS memilih "selalu" untuk memiliki kesadaran diri dengan perolehan skor 4, sedangkan EN, MDTP, IP, SFK, ABDC dan DK memilih untuk "sering" memiliki kesadaran diri dengan perolehan skor 3.

2. Mampu Mengatur Diri

Pada aspek mampu mengatur diri 4 anggota kelompok diantaranya yaitu: IP, BAS, SFK dan ABDC memilih "sering" untuk mampu mengatur diri dengan perolehan skor 3, sedangkan EN, MDTP, ORS dan DK memilih "kadang-kadang" untuk mampu mengatur diri dengan perolehan skor 2. Kemudian pada siklus II MDTP, BAS dan ABDC mengalami peningkatan dengan memilih "Selalu" mampu mengatur diri dengan skor 4. Sedangkan EN, IP, SFK, ORS dan DK juga mengalami peningkatan dengan memilih "sering" mampu mengatur diri dengan perolehan skor 3.

3. Memiliki Motivasi Diri

Pada aspek memiliki motivasi diri terdapat 7 anggota yang memilih "sering" memiliki motivasi diri yaitu : MDTP, IP, BAS, SFK, ABDC, ORS dan DK dengan perolehan skor 3. 1 anggota lainnya memilih "kadang-kadang" memiliki motivasi diri yaitu : EN dengan perolehan skor 2. Kemudian pada siklus II mengalami peningkatan dari 6 anggota kelompok yaitu EN, MDTP, BAS, SFK, ORS dan DK dengan memilih "selalu" memiliki motivasi diri, dengan perolehan skor 4. Sedangkan 2 anggota lainnya antara lain IP dan ABDC memilih "sering" memiliki motivasi diri dengan perolehan skor 3.

4. Mampu Berempati

Pada aspek mampu berempati terdapat 2 anggota kelompok yang memilih "sering" bersikap empati yaitu EN dan DK dengan perolehan skor 3. Sedangkan MDTP, IP, BAS, SFK, ABDC dan ORS memilih "kadang-kadang" bersikap empati dengan perolehan skor 2. Kemudian pada siklus II semua anggota kelompok diantaranya yaitu EN, MDTP, IP, BAS, SFK, ABDC, ORS dan DK memilih "sering" untuk bersikap empati dengan perolehan skor 3.

5. Memiliki Keterampilan Sosial Dalam Berhubungan Dengan Orang Lain

Pada aspek memiliki keterampilan sosial dalam berhubungan dengan orang lain terdapat 6 anggota kelompok yang memilih "sering" untuk memiliki keterampilan sosial dalam berhubungan dengan orang lain diantaranya adalah EN, MDTP, IP, BAS, SFK, ABDC, dan ORS dengan perolehan skor 3. Sedangkan anggota kelompok yang lain yaitu DK memilih "kadang-kadang" untuk memiliki keterampilan sosial dalam berhubungan dengan orang lain dengan perolehan skor 2. Kemudian pada siklus II mengalami peningkatan oleh MDTP, IP, BAS, SFK dan ORS memilih "selalu" untuk memiliki keterampilan sosial dalam berhubungan dengan orang lain dengan perolehan skor 4. Sedangkan EN, ABDC dan DK memilih "sering" untuk memiliki keterampilan sosial dalam berhubungan dengan orang lain dengan perolehan skor 3.

Simpulan

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil observasi kolaborator terhadap peneliti pada siklus I memperoleh skor 78 dengan kategori baik dan pada siklus II memperoleh skor 90 dengan kategori sangat baik. Kecerdasan emosional siswa dalam bergaul dengan teman sebaya telah meningkat dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis instrumen evaluasi skala penilaian terhadap siswa pada pra siklus memperoleh skor rata-rata 40 dengan kategori sangat kurang, pada siklus I memperoleh skor rata-rata 72 dengan kategori kurang, dan siklus II memperoleh skor rata-rata 100 dengan kategori sangat baik. Kepada Peneliti, diharapkan kepada peneliti yang telah melaksanakan praktik di SMAN 1 Mejubo Kudus dengan teori-teori atau materi layanan bimbingan dan konseling khususnya bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa dapat lebih baik lagi dalam proses pelaksanaan dan hasil yang dicapainya.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsini. 2010. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek.)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Budi Ratnawati, Resa. 2016. *Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Dalam Bergaul dengan Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama SMA Muhammadiyah Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015*: Universitas Muria Kudus.
- Casmini. 2007. *Emotional Parenting*. Yogyakarta: Nuansa Aksara.
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Goleman, Daniel. 2001. *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- 2001. *Emotional Intellegence*. Alih bahasa: T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- 2015. *Emotional Intellegence*. Alih bahasa: T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Haryanto. <http://belajar psikologi.com/tahap-pelaksanaan-bimbingan-kelompok>.
- J: L Moreno. <http://Fatimahnoor.bogspot.com/2013/06/psikodrama.html>).
- Ika Ayu Shinta Ria Raharja. 2015. *Hubungan Pergaulan Teman Sebaya Dengan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Gantivarno Klaten*.
- Lusi Nuryanti. 2008. *Psikologi Anak*. Jakarta: Indeks.
- Prayitno & Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Prayitno. 2004. Seri L.6 *Layanan Bimbingan Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Priyanggodo, Galih. 2017. *Meningkatkan Kecerdasan Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Pada Siswa Kelas IX A SMP Negeri 1 Bancak Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Romlah, Tatik. 2006. *Teori & Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Santrock, J.W. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Prenada Media Group
- Slamet Santosa. 2006. *Dinamika Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi., Dewa Ketut. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.s
- Sukardi: 2008: <http://belajar psikologi.com/tahap-pelaksanaan-Bimbingan-Kelompok>
- Sukiman. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Paramita.
- Umar Tirtaraharja & La Sulo. 2005. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Yusuf, Syamsu & A. Juntika Nurihsan. 2010. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Zamroni, E. (2016). Counseling Model Based on Gusjigang Culture: Conceptual Framework of Counseling Model Based on Local Wisdoms in Kudus. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 116-125.

Zamroni, E. (2016). Urgensi career decision making skills dalam penentuan arah peminatan peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2).