

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN PENDEKATAN  
ANALISIS TRANSAKSIONAL DALAM MENINGKATKAN PENGENDALIAN  
EMOSI SISWA BROKEN HOME KELAS VIII SMP BUDI AGUNG MEDAN  
TAHUN AJARAN 2018/2019**

**SKRIPSI**

*Diajukan Guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

**Oleh:**

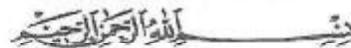
**SOPHIA BULAN**  
**NPM. 1502080186**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2019**

### BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Jumat, Tanggal 11 Oktober 2019, pada pukul 08.00WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Sophia Bulan  
NPM : 1502080186  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Analisis Transaksional Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : ( ) Lulus Yudisium  
( ) Lulus Bersyarat  
( ) Memperbaiki Skripsi  
( ) Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua

Sekretaris

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd

Dra. Hj. Svamsuyurnita, M.Pd

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dra. Jamila, M.Pd
2. Drs. Zaharuddin Nur, MM
3. Tetty Muharni, S.Psi, M.Pd

1.

2.

3.



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Sophia Bulan  
N.P.M : 1502080186  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Analisis Transaksional  
Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun Ajaran 2018/2019

sudah layak disidangkan.

Medan, September 2019

Disetujui oleh:

Pembimbing

**Tetty Muharni, S.Psi, M.Pd**

Diketahui oleh:



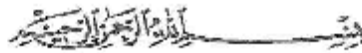
Dekan

**Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd**

Ketua Program Studi

**Dra. Jamila, M.Pd**

## SURAT PERNYATAAN



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Sophia Bulan  
N.P.M : 1502080186  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Pencrapan Layanan Bimbingan Konseling Individual dengan Analisis Transaksional dalam Meningkatkan Pengendalian Emosi Siswa Broken Home Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 10 Juli 2019

Hormat saya

Yang membuat pernyataan,

  
  
Sophia Bulan

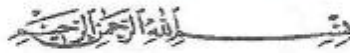
Diketahui oleh Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling

  
Dra. Jamila, M.Pd



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30  
Website: <http://www.fkip.umstu.ac.id> E-mail: [fkip@umstu.ac.id](mailto:fkip@umstu.ac.id)



**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama Lengkap : Sophia Bulan  
 N.P.M : 1502080186  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Analisis Transaksional Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Pagaf	Keterangan
19/09/2019	1. a. Bab IV Hasil penelitian - diperbaiki sesuaikan dengan metode observasi dan wawancara	✓	
	b. - penulisan & perbaiki sesuai judul riset dan arapikan. - Data sesuai judul penelitian arapikan.	✓	
21/09/2019	2. Bab V : - diperbaiki dan disesuaikan dengan hasil riset. Daftar pustaka referensi & sumber	✓	
23/09/2019	All Sady Hani	✓	

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling

Dra. Jamila, M.Pd

Medan, September 2019  
Dosen Pembimbing Skripsi

Tetty Muharni, S.Psi, M.Pd

## ABSTRAK

**Sophia Bulan. NPM. 1502080186. Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan Analisis Transaksional dalam Meningkatkan Pengendalian Emosi Siswa Broken Home Kelas Viii Smp Budi Agung Medan Tahun Ajaran 2018/2019.**

Penelitian ini dibatasi pada penerapan layanan konseling individual dalam mengendalikan perilaku emosi *broken home* siswa.

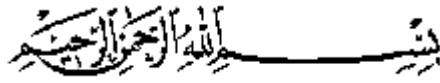
Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perilaku emosi *broken home* siswa Kelas VIII SMP Budi Agung. Untuk mengetahui apakah bimbingan konseling individual dalam mengendalikan perilaku emosi *broken home* siswa Kelas VIII SMP Budi Agung.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Budi Agung Medan yang beralamat di Jl. Platina Raya No. 7A Titipapan Medan Marelan.

Penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional untuk meningkatkan pengendalian emosi pada siswa di kelas VIII di SMA Budi Agung Medan tahun pembelajaran 2018/2019 dapat membantu para siswa-siswi dalam meningkatkan pengendalian emosi siswa *broken home*. Keadaan emosional tidak bisa dihadapi oleh beberapa siswa di sekolah ini muncul karena beberapa faktor, antara lain faktor lingkungan dan budaya serta lemahnya pemahaman siswa terhadap dirinya. Hal ini yang membuat keadaan kelas menjadi kurang berdamika, karena ada pengelompokan.

**Kata Kunci: Layanan Konseling Individual, Pendekatan Analisis Transaksional, Pengendalian Emosi Siswa.**

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum wr. wb.,

Dengan segala kerendahan hati penulis ucapkan syukur alhamdulillah ke hadirat Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal ini walaupun dalam wujud yang sangat sederhana. Shalawat beriring salam penulis hadiahkan kepada junjungan Rasulullah SAW yang sangat kita harapkan syafaatnya di yaumul akhir nanti. Suatu kebahagiaan sulit terlukiskan mana kala penulis merasa telah sampai final studi di jenjang perguruan tinggi ini berupa terbentuknya proposal.

Penulis menyadari bahwa setiap manusia tidak luput dari kesalahan, mengenai isi maupun dalam pemakaian, tetapi penulis berusaha agar proposal ini baik dan benar. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan proposal ini tidak terlepas dari pertolongan Allah SWT, keluarga, teman-teman dan bantuan serta dorongan dari berbagai pihak. Dengan pengesahan dan pengalaman terbatas akhirnya penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan judul **“Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan Analisis Transaksional dalam Meningkatkan Pengendalian Emosi Siswa Broken Home Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun Ajaran 2018/2019”**.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada yang teristimewa ibunda tercinta Yusti Sahara dan ayahanda tercinta Martua Lubis yang telah mengasuh, membimbing dan membina serta banyak memberikan pengorbanan berupa materi dan dorongan serta kasih sayangnya kepada penulis untuk menyelesaikan proposal ini.

Penulis juga menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan bimbingan yaitu kepada:

- Bapak Dr. Agussani, M.AP., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Bapak Dr. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Ibu Dra. Syamsuryunita, selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Ibu Dra. Jamila, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- Tetty Muharni, S.Psi., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing dengan baik dalam pelaksanaan penulisan proposal ini.
- Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M., selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Bapak dan Ibu Dosen beserta staf Pegawai Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara atas kelancaran dalam proses administrasi.
- Seluruh sahabat yang banyak ikut membantu dalam mendoakan penulis dan teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling yang selalu bersama-sama dalam suka maupun duka.



Akhirnya dengan kerendahan hati, penulis mengharapkan semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi rekan-rekan mahasiswa dan para pembaca sekalian. Tiada kata yang lebih baik yang dapat penulis ucapkan bagi semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan proposal ini, melainkan kepada Allah SWT Penulis serahkan untuk membalas jasa mereka, dan juga tidak lupa penulis mohon ampun kepada Allah SWT atas segala dosa. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan taufik dan hidayahnya kepada kita dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin. Iya rabbal alamin.

Wassalamu 'alaikum wr. wb.

Medan, Juli 2019

Penulis

**Sophia Bulan**

## DAFTAR ISI

<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>iii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Batasan Masalah .....	4
C. Identifikasi Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>	<b>6</b>
A. Kerangka Teoritis.....	6
1. Konsep Dasar Konseling Analisis Transaksional .....	6
1.1. Pengertian Analisis Transaksional.....	6
1.2. Tujuan dari Konseling Analisis Transaksional .....	9
1.3. Manfaat Analisis Transaksional.....	9
1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Analisis Transaksional .....	10
1.5. Ciri-ciri Analisis Transaksional .....	11
2. Pengendalian Emosi.....	11
2.1. Pengertian Emosi .....	11
2.2. Perkembangan Emosi.....	12
2.3. Pengendalian Emosi.....	16

2.4. Pentingnya Pengendalian Emosi.....	17
2.5. Jenis-Jenis Pengendalian Emosi .....	18
2.6. Aspek-Aspek Pengendalian Emosi.....	18
2.7. Manfaat Pengendalian Emosi .....	20
2.8. Akibat Tidak Mengendalikan Emosi .....	21
3. Broken Home .....	21
3.1. Pengertian <i>Broken Home</i> .....	21
3.2. Faktor-Faktor Penyebab <i>Broken Home</i> .....	22
B. Kerangka Konseptual.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	25
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	25
C. Definisi Operasional Variabel.....	26
D. Instrumen Penelitian .....	27
E. Teknik Analisis Data.....	31
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	24
Tabel 3.2. Objek Penelitian.....	24
Tabel 3.3. Pedoman Observasi di SMP Budi Agung Medan.....	26
Tabel 3.4. Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah SMP Budi Agung Medan .....	27
Tabel 3.5. Pedoman Wawancara Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019 .....	28

# **.BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pasal 3 Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional menyebutkan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang berdemokrasi serta tanggung jawab.

Bimbingan dan konseling merupakan layanan bantuan kepada peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar dan bimbingan karir, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Sigmud Frued (2006: 13) menyatakan bahwa “belajar mengendalikan emosi merupakan tanda perkembangan kepribadian menentukan apakah seseorang sudah beradap apa belum. Frued percaya bahwa kepribadian seseorang remaja yang sedang tumbuh dibentuk dua faktor kekuatan besar. Pertama untuk mencari kesenangan, kedua untuk berusaha menyadari rasasedih dan rasa tidak nyaman. Makin tinggi kesadaran seorang remaja, maka makin makin mampu remaja untuk menimbang berbagai pilihan dan makin besar kemungkinan sukses yang diperolehnya dalam pencapaian dalam sarana melalui kompromi”.

Menurut kamus The American Collage Dictionary, (2013: 37) Emosi adalah suatu efektif yang disadari dimana dialami perasaan kegembiraan (*joy*), kesedihan,

takut, benci, dan cinta (dibedakan dari kognitif dan keinginan yang disadari dan juga perasaan seperti kegembiraan, kesedihan, takut benci dan cinta.

Emosi merupakan faktor dominan yang mempengaruhi tingkah laku individu dalam hal ini termasuk perilaku. Emosi terbagi dua yaitu emosi positif dan negatif. Emosi positif seperti perasaan senang, bergairah, bersemangat, rasa ingin tahu yang tinggi akan mempengaruhi individu untuk mengonsentrasikan dirinya terhadap aktivitas belajar. Seperti memperhatikan penjelasan guru, membaca buku, aktif berdiskusi, mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah. Dan disiplin dalam belajar. Sebaliknya apabila emosi yang negatif seperti perasaan yang tidak senang, kecewa, tidak bergairah, maka proses belajar tersebut akan mengalami hambatan, dalam arti individu tidak dapat memusatkan perhatiannya untuk belajar hingga kemungkinan besar dia akan mengalami kegagalan dalam belajar.

Emosi sangat mendukung dalam kehidupan apakah itu emosi positif atau emosi negatif. Pentingnya individu mengelola emosi dalam kehidupan karena seseorang yang cakap secara emosi akan mampu mengetahui dan mengalami perasaan mereka sendiri dengan baik, kecakapan mengendalikan emosi akan mempunyai andalan yang lebih besar dalam kesuksesan seseorang lebih dari kecerdasan intelektual. Hubungan personal membutuhkan pengendalian emosi yang baik, pengendalian emosi di sini menyangkut bagaimana individu mampu memahami prasan orang lain dan mengatur diri sendiri sehingga bisa menempatkan diri dalam posisi yang tepat dan bersikap baik terhadap diri sendiri dan orang lain.

Namun masih banyak individu yang belum bisa mengendalikan emosi, salah satu penyebab individu tidak dapat mengendalikan emosinya adalah factor keluarga yang pecah (*broken home*).

*Broken home* (keluarga pecah) adalah keluarga itu pecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai. Atau orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah dan ibu sering tidak dirumah dan atau tidak memperhatikan hubungan kasih sayang lagi. Misalnya orang tua sering bertengkar sehingga keluarga itu tidak sehat secara psikologis.

Orang tua yang bercerai atau orang tua yang memiliki kesibukan yang tinggi akan menyebabkan anak atau individu yang mengalami permasalahan psikologi yaitu ketidak mampuan mengendalikan emosi. Kebanyakan anak dari korban *broken home* memiliki emosi negatif.

Konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang di derita konseli.

Analisis Transaksional (AT) merupakan psikoterapi transaksional yang dapat digunakan dalam konseling individual, tetapi lebih cocok digunakan dalam konseling kelompok. Analisis Transaksional melibatkan suatu kontrak yang dibuat oleh klien, yang dengan jelas menyatakan tujuan-tujuan dan arah proses konseling. Analisis Transaksional berfokus pada putusan-putusan awal yang dibuat oleh klien dan menekankan kemampuan klien untuk membuat putusan-putusan baru. Analisis Transaksional menekankan aspek-aspek kognitif rasional-

behavioral dan berorientasi kepada peningkatan kesadaran sehingga klien akan mampu membuat putusan-putusan baru dan mengubah cara hidupnya.

### **B. Batasan Masalah**

Agar penelitian lebih terarah, maka penelitian ini dibatasi pada penerapan layanan konseling individual dalam mengendalikan perilaku emosi *broken home* siswa.

### **C. Identifikasi Masalah**

1. Beberapa siswa memiliki tingkat emosional yang tinggi.
2. Beberapa siswa mudah marah
3. Beberapa siswa cenderung pendiam.
4. Beberapa siswa sering berkelahi
5. Beberapa suka mengganggu teman
6. Beberapa berbicara tidak sopan

### **D. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana perilaku emosi *broken home* siswa Kelas VIII SMP Budi Agung?
2. Apakah bimbingan konseling individual dalam mengendalikan perilaku emosi *broken home* siswa Kelas VIII SMP Budi Agung?

### **E. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana perilaku emosi *broken home* siswa Kelas VIII SMP Budi Agung.



2. Untuk mengetahui apakah bimbingan konseling individual dalam mengendalikan perilaku emosi *broken home* siswa Kelas VIII SMP Budi Agung.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilaksanakan, baik bagi penelitian maupun orang lain serta dalam rangka pengembangan ilmu, adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

- 1) Manfaat teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi jurusan bimbingan dan konseling dan bagi mahasiswa dalam menambah ilmu pengetahuan dan pengembangan khususnya di bidang layanan bimbingan kelompok.
  - b. Sebagai bahan masukan dan sumber referensi bagi peneliti lain dalam bidang yang sama.
  - c. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa jurusan BK UMSU dalam menambah dan mengembangkan wawasan berfikir dan memperkaya ilmu pengetahuan.
- 2) Manfaat praktis
  - d. Sebagai bahan masukan bagi sekolah, guru bidang studi dan guru BK dalam pelaksanaan proses bimbingan konseling.
  - e. Sebagai bahan masukan dan pengetahuan bagi orang tua siswa, agar dapat memberi bimbingan dan dukungan kepada siswa dalam mengendalikan emosi.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **A. Kerangka Teoritis**

##### **1. Konsep Dasar Konseling Analisis Transaksional**

###### **1.1 Pengertian Analisis Transaksional**

Analisis transaksional dipelopori oleh Erick Berne, mulai berkembang tahun 1954 (Kathryn Geldard dan David Geldard, 2011:121). Eric Lenard Berne lahir pada tanggal 10 Mei 1910 di Montreal Kanada. Analisis transaksional termasuk pendekatan neo analitik, karena ide-idenya banyak dipengaruhi oleh teori Freud tentang konseptual tingkah laku manusia, juga dipengaruhi oleh ide-ide Alfred Adler tentang gaya hidup dan pandangan positif tentang hakikat manusia dan dipengaruhi pula oleh Henry Stac Sullivan mengenai komunikasi antar pribadi.

Menurut Lutfi Fauzan (2004:51), “Analisis transaksional didasarkan pada asumsi atau anggapan bahwa orang mampu memahami keputusan-keputusannya pada masa lalu dan kemudian dapat memilih untuk memutuskan kembali atau menyesuaikan kembali keputusan yang telah pernah diambil”.

Menurut Berne seperti dikutip oleh Kathryn Geldard dan David Geldard, (2011:129) menyatakan bahwa “Dalam model analisis transaksional mengenai komunikasi antar orang dewasa, setiap individu dipandang memiliki dalam diri mereka sisi orang tua, orang dewasa, dan anak-anak”.

Menurut Kathryn Geldard dan David Gedard (2011:129) meyakini bahwa “Model analisis transaksional baku menghilangkan bagian yang cukup penting dari kepribadian manusia-anak muda”.

Dari beberapa defenisi para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa analisis transaksional adalah komunikasi antar dua orang atau lebih yang meliputi bagaimana bentuk, cara dan isi komunikasi mereka apakah sudah tepat atau tidak, wajar atau tidak, karena ini mencerminkan ada atau tidaknya masalah yang sedang dialami oleh individu yang bersangkutan.

### **1.2 Tujuan dari Konseling Analisis Transaksional**

Menurut Luddin (2012: 89), tujuan utama konseling analisis transaksional, adalah sebagai berikut:

1. Membantu klien untuk membuat keputusan-keputusan baru dalam mengarahkan atau mengubah tingkah laku dalam kehidupannya.
2. Memberikan kepada klien suatu kesadaran serta kebebasan untuk memilih cara-cara serta keputusan-keputusan mengenai posisi kehidupannya serta menghindarkan klien dari cara-cara yang bersifat deterministic.
3. Memberikan bantuan kepada klien berupa kemungkinan-kemungkinan yang dapat dipilih untuk memantapkan dan mematangkan status egonya.

### **1.3 Manfaat Analisis Transaksional**

Adapun manfaat analisis transaksional menurut Luddin (2012: 91), adalah sebagai berikut:

1. Kelompok membantu anggota untuk memahami bagaimana mereka berfungsi

secara interpersonal dan intrapersonal dan bagaimana mereka akhirnya bisa membuat keputusan tentang hidupnya. Kejelasan dalam konsep AT bermanfaat untuk membantu anggota membuat perubahan.

2. AT merupakan pendekatan yang sederhana sehingga sangat mudah dilakukan oleh para pemimpin kelompok yang menginginkan anggotanya mencapai suatu pemahaman intelektual dengan segera.
3. Individu dapat dengan cepat berubah menjadi lebih baik dikarenakan anggota kelompok yang membuat kemajuan dalam mencapai tujuan dapat memperkuat anggota kelompok lainnya dalam melakukan hal yang sama.
4. AT dalam digunakan dalam setting konseling maupun pendidikan selain dapat dikombinasikan secara efektif dengan pendekatan lain yang lebih berorientasi pada tindakan, misalnya Gestalt, untuk memperoleh suatu metode perubahan yang dinamis.

#### **1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Analisis Transaksional**

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi analisis transaksional menurut Luddin (2012: 94), adalah sebagai berikut:

1. Faktor Pertama, bahwa manusia (klien) adalah orang yang “telah cukup lama menderita”, karena itu mereka ingin bahagia dan mereka berusaha melakukan perubahan.
2. Faktor kedua, adanya kebosanan, kejenuhan atau putus asa.. Manusia tidak tidak puas dengan kehidupan yang monoton, kendatipun tidak menderita bahkan berkecukupan. Keadaan yang monoton akan melahirkan perasaan jenuh atau bosan, karena itu individu terdorong dan berupaya untuk melakukan perubahan.

3. Faktor ketiga, manusia bisa berubah karena adanya penemuan tiba-tiba. Ini merupakan hasil AT yang dapat diamati. Banyak orang yang pada mulanya tak-mau atau tak-tahu dengan perubahan, tapi dengan adanya informasi, cerita, atau pengetahuan baru yang membuka cakrawala barunya, timbulah semangatnya untuk menyelidiki terus dan berupaya melakukan perubahan.

### **1.5 Ciri-ciri Analisis Transaksional**

Adapun ciri-ciri atau kriteria yang digunakan dalam analisis transaksional adalah menurut Luddin (2012: 96), sebagai berikut:

1. Memiliki kesanggupan dan kesediaan untuk memahami dan menerima suatu kontrak, terapi.
2. Konseli bersifat aktif dalam melaksanakan kegiatan konseling/ terapi. Aktif disini adalah konseli menjelaskan dan menyatakan tujuan-tujuan terapinya sendiri dalam formulir kontrak. Untuk mencapai tujuan tersebut konseli dan terapis/konselor bisa merancang “tugas-tugas” yang akan dilaksanakan selama pertemuan terapi dan dalam kehidupan konseli sehari-hari.

## **2. Pengendalian Emosi**

### **2.1 Pengertian Emosi**

Kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.

Menurut Goleman (2006: 411) “emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk

bertindak. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis”.

Menurut Prawitasari (2006: 26), “emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku intensional manusia”.

Menurut Goleman (2006: 65) orang cenderung menganut gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi emosi mereka, yaitu: sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah. Dengan melihat keadaan itu maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang di jalani menjadi sia-sia.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan (afek) yang mendorong individu untuk merespon atau bertindak laku terhadap stimulus, baik yang berasal dari dalam maupun dari luar dirinya.

## **2.2 Perkembangan Emosi**

Perkembangan (development) adalah bertambahnya kemampuan (skill) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Di sini menyangkut adanya proses diferensiasi dari sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat

memenuhi fungsinya. Termasuk juga perkembangan emosi, intelektual, dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya.

Perkembangan dapat diartikan sebagai “perubahan yang progresif dan kontinyu (berkesinambungan) dalam diri individu dari mulai lahir sampai mati”. Pengertian lain dari perkembangan adalah perubahan-perubahan yang dialami individu atau organisme menuju tingkat kedewasaannya atau kematangannya (maturtion) yang berlangsung secara sistematis, progresif, dan berkesinambungan, baik menyangkut fisik (jasmaniah) maupun psikis (rohaniah) (Syamsu, 2008:64).

Perkembangan emosi pada anak melalui beberapa fase yaitu:

a. Pada bayi hingga 18 bulan

- 1) Pada fase ini, bayi butuh belajar dan mengetahui bahwa lingkungan di sekitarnya aman dan familier. Perlakuan yang diterima pada fase ini berperan dalam membentuk rasa percaya diri, cara pandangya terhadap orang lain serta interaksi dengan orang lain. Contoh ibu yang memberikan ASI secara teratur memberikan rasa aman pada bayi.
- 2) Pada minggu ketiga atau keempat bayi mulai tersenyum jika ia merasa nyaman dan tenang. Minggu ke delapan ia mulai tersenyum jika melihat wajah dan suara orang di sekitarnya.
- 3) Pada bulan keempat sampai kedelapan bayi mulai belajar mengekspresikan emosi seperti gembira, terkejut, marah dan takut.

Pada bulan ke-12 sampai 15, ketergantungan bayi pada orang yang merawatnya akan semakin besar. Ia akan gelisah jika ia dihampiri orang asing yang belum dikenalnya. Pada umur 18 bulan bayi mulai mengamati dan meniru

reaksi emosi yang di tunjukan orang-orang yang berada di sekitar dalam merespon kejadian tertentu.

b. 18 bulan sampai 3 tahun

- 1) Pada fase ini, anak mulai mencari-cari aturan dan batasan yang berlaku di lingkungannya. Ia mulai melihat akibat perilaku dan perbuatannya yang akan banyak mempengaruhi perasaan dalam menyikapi posisinya di lingkungan. Fase ini anak belajar membedakan cara benar dan salah dalam mewujudkan keinginannya.
- 2) Pada anak usia dua tahun belum mampu menggunakan banyak kata untuk mengekspresikan emosinya. Namun ia akan memahami keterkaitan ekspresi wajah dengan emosi dan perasaan. Pada fase ini orang tua dapat membantu anak mengekspresikan emosi dengan bahasa verbal. Caranya orang tua menerjemahkan mimik dan ekspresi wajah dengan bahasa verbal.
- 3) Pada usia antara 2 sampai 3 tahun anak mulai mampu mengekspresikan emosinya dengan bahasa verbal. Anak mulai beradaptasi dengan kegagalan, anak mulai mengendalikan perilaku dan menguasai diri.

c. Usia antara 3 sampai 5 tahun

- 1) Pada fase ini anak mulai mempelajari kemampuan untuk mengambil inisiatif sendiri. Anak mulai belajar dan menjalin hubungan pertemanan yang baik dengan anak lain, bergurau dan melucu serta mulai mampu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.
- 2) Pada fase ini untuk pertama kali anak mampu memahami bahwa satu peristiwa bisa menimbulkan reaksi emosional yang berbeda pada



beberapa orang. Misalnya suatu pertandingan akan membuat pemenang merasa senang, sementara yang kalah akan sedih.

d. Usia antara 5 sampai 12 tahun

- 1) Pada usia 5-6 anak mulai mempelajari kaidah dan aturan yang berlaku. Anak mempelajari konsep keadilan dan rahasia. Anak mulai mampu menjaga rahasia. Ini adalah keterampilan yang menuntut kemampuan untuk menyembunyikan informasi-informasi secara.
- 2) Anak usia 7-8 tahun perkembangan emosi pada masa ini anak telah menginternalisasikan rasa malu dan bangga. Anak dapat menverbalsasikan konflik emosi yang dialaminya. Semakin bertambah usia anak, anak semakin menyadari perasaan diri dan orang lain.
- 3) Anak usia 9-10 tahun anak dapat mengatur ekspresi emosi dalam situasi sosial dan dapat berespon terhadap distress emosional yang terjadi pada orang lain. Selain itu dapat mengontrol emosi negatif seperti takut dan sedih. Anak belajar apa yang membuat dirinya sedih, marah atau takut sehingga belajar beradaptasi agar emosi tersebut dapat dikontrol (Suriadi dan Yuliani, 2006).
- 4) Pada masa usia 11-12 tahun, pengertian anak tentang baik-buruk, tentang norma-norma aturan serta nilai-nilai yang berlaku di lingkungannya menjadi bertambah dan juga lebih fleksibel, tidak sekaku saat di usia kanak-kanak awal. Mereka mulai memahami bahwa penilaian baik-buruk atau aturan-aturan dapat diubah tergantung dari keadaan atau situasi munculnya perilaku tersebut. Nuansa emosi mereka juga makin beraga

### 2.3 Pengendalian Emosi

Adanya kondisi yang tinggi pada remaja, membuat remaja dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mentalnya menjadi terhambat, untuk itu hendaknya adanya suatu bentuk pengendalian emosi agar emosi yang timbul dapat tersalurkan dengan baik dan dapat memaksimalkan potensi yang dimiliki remaja. Agar remaja mencapai tingkat kematangan emosi yang sesuai dengan tugas-tugas perkembangan yang sedang mereka jalani saat ini.

Menurut Cole dkk. (2004: 152) “pengendalian emosi menekankan pada bagaimana dan mengapa emosi itu sendiri mampu mengatur dan memfasilitasi proses-proses psikologis, seperti memusatkan perhatian, pemecahan masalah, dukungan sosial dan juga mengapa pengendalian emosi memiliki pengaruh yang merugikan, seperti mengganggu proses pemusatan perhatian, interferensi pada proses pemecahan masalah serta mengganggu hubungan sosial antar individu”.

Selain itu, Sigmund Freud (2006: 13) menyatakan bahwa “belajar mengendalikan emosi merupakan tanda perkembangan kepribadian yang menentukan apakah seseorang sudah beradaptasi atau belum”. Freud percaya bahwa kepribadian seseorang remaja yang sedang tumbuh dengan dua faktor kekuatan besar. Pertama untuk mencari kesenangan, kedua untuk berusaha menyadari rasa sedih dan rasa tidak nyaman. Makin tinggi kesadaran seseorang remaja, maka makin mampu remaja untuk menimbang berbagai pilihan, dan makin besar kemungkinan sukses yang diperoleh dalam pencapaian sarana melalui kompromi

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menarik kesimpulan pengendalian emosi adalah kemampuan memahami apa yang sedang dirasakan, sehingga

pertahanan psikologis dalam bentuk pengendalian dan pengaturan diri terhadap stimulus yang menghasilkan segala bentuk emosi negatif mampu dilakukan oleh individu.

#### **2.4. Pentingnya Pengendalian Emosi**

Pada saat orang sedang emosi, seseorang akan merasakan keseimbangan pola berfikirnya dan kemampuan cara berfikir seseorang tersebut akan sulit untuk mengendalikan perilakunya saat sedang emosi

Menurut Cole dkk. (2004:156), “pada saat emosi kita cenderung ingin menyerang balik serta menyakiti orang lain dan memiliki keinginan yang kuat untuk membalas dendam kepada orang yang telah menyakiti kita. pada saat kita sedang dikuasai emosi kita banyak mengeluarkan energi negatif yang dapat membahayakan kesehatan, pikiran kita cenderung tidak stabil dan tidak terkontrol sehingga menyebabkan kita bertindak ceroboh dan gegabah”.

Untuk itu kita perlu mengontrol emosi agar kita tidak salah bertindak yang berakibat mencelakakan diri kita sendiri maupun orang lain. Pada saat emosi hendaknya kita tidak langsung bertindak melainkan diam sejenak sambil menarik nafas dalam-dalam untuk meredam emosi. Tenangkan pikiran sejenak agar bisa berpikir jernih untuk menjaga agar tindakan yang kita lakukan tidak keliru apalagi sampai ceroboh dalam bertindak.

Dari penjelasan tersebut dapat difahami bahwa pengendalian emosi itu sangat diperlukan karena jika tidak, emosi yang berlebihan yang tidak dapat terkendalikan akan membawa dampak terjadinya perubahan perilaku pada individu, perubahan fisik pada individu, akan mempengaruhi fungsi-fungsi organ-organ yang ada dalam tubuh dan dapat mempercepat kematian individu. Mekanisme dari itu

pentingnya pengendalian emosi itu harus diperhatikan oleh setiap individu.

## **2.5 Jenis-Jenis Pengendalian Emosi**

Ada beberapa definisi tentang jenis pengendalian diri menurut beberapa ahli antara lain seperti menurut Ramdani dan Thiomina (2009: 11) ada dua jenis pengendalian emosi yang diantaranya:

### **1. Pengendalian *Internal***

Pengendalian *Internal* pengendalian emosi yang dilakukan oleh subjek/dalam diri tersebut. Misalnya: pada saat individu sedang mengalami patah hati dan jengkel dengan pacarnya ia lebih memilih meluapkan emosinya dengan menangis, dari pada ia harus memarahi orang lain yang ada disekitarnya. Karena jika ia meluapkan emosinya kepada orang lain maka hal ini dapat menimbulkan masalah baru yang akan dialami oleh individu tersebut.

### **2. Pengendalian *eksternal***

Pengendalian *eksternal* adalah penelitian emosi yang dilakukan oleh orang-orang yang berada dilingkungan subjek/individu, baik itu lingkungan keluarga, sekolah dan tempat terapi untuk mengendalikan emosi subjek /individu.

## **2.6 Aspek-Aspek Pengendalian Emosi**

Goleman mengutip Salovey (2006: 125) mengemukakan lima aspek pengendalian emosi:

### **a. Mengenali Emosi Diri**

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan

dasar dari pengendalian emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai metamood, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri.

#### b. Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi.

#### c. Memotivasi Diri Sendiri

Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

#### d. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Menurut Goleman (2006) kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

#### e. Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2006). Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan

dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek pengendalian emosi meliputi mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain. Kelima aspek pengendalian emosi tersebut akan dijadikan indikator alat ukur pengendalian emosi dalam penelitian ini dengan pertimbangan bahwa aspek-aspek tersebut sudah cukup mewakili untuk mengungkap sejauh mana pengendalian emosi subjek penelitian.

## **2.7. Manfaat Pengendalian Emosi**

Adapun manfaat dari mengandalkan emosi bagi kehidupan sebagai berikut:

1. Tidak pernah panik dalam menghadapi situasi apapun
2. Bisa menjaga kualitas kerja dengan baik
3. Dapat meningkatkan kepercayaan diri.
4. Menghemat energi, tidak mudah lelah dan selalu siap dengan aktifitas sehari hari
5. Lebih sehat, baik fisik maupun mental
6. Hidup akan nyaman dan indah
7. Tujuan hidup akan mudah tercapai

## **2.8 Akibat Tidak Mengendalikan Emosi**

Salah satu meningkatkan kemampuan mengendalikan diri ialah dengan mengenal ciri ciri orang yang berhasil dan sukses menjalankan tugasnya, Seseorang yang tidak berhasil mengendalikan diri biasanya:

- a. Cenderung menunda permasalahan dan mengakhiri sesuatu yang semestinya didahulukan
- b. Saling ragu-ragu dan goyah ketika hendak melakukan penyelesaian masalah, karena khawatir gagal melakukannya.
- c. Sering tidak konsentrasi pada penyelesaian masalah, karena ragu menyelesaikan atau mencapai keberhasilan.
- d. Membebani diri dengan sesuatu yang tidak disanggupi. Karena dia tidak
- e. Dapat mengkonsentrasikan tenaga dan kehilangan keseimbangan.
- f. Sering jenuh dan dialihkan perhatiannya dari pekerjaan utamanya, sehingga kedisiplinan dan produktifitasnya menurun.
- g. Sering tergesa-gesa, seringkali mengeluh dan putus asa.

## **3. Broken Home**

### **3.1 Pengertian Broken Home**

Willis (2015: 66) menyatakan bahwa yang dimaksud kasus keluarga pecah (*broken home*) dapat dilihat dari dua aspek: (1) keluarga itu pecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai; (2) orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah atau ibu sering tidak di rumah, dan atau tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang lagi. Misalnya orang tua sering bertengkar sehingga keluarga itu tidak sehat secara psikologis.

Menurut Ulwan (Sujoko, 2011: 26) mengatakan bahwa “*broken home* adalah kurangnya perhatian dari keluarga atau kurangnya kasih sayang dari orangtua sehingga membuat mental seorang anak menjadi frustrasi,brutal dan susah diatur”.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *broken home* (keluarga pecah) adalah keluarga itu pecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai. Atau orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah dan ibu sering tidak dirumah dan atau tidak memperhatikan hubungan kasih sayang lagi. Misalnya orang tua sering bertengkar sehingga keluarga itu tidak sehat secara psikologis.

### **3.2 Faktor-Faktor Penyebab *Broken Home***

Penanganan kasus siswa dengan kaitan terhadap keluarga pecah biasanya agak sulit, sebab jarang sekali mendatangkan seluruh anggota keluarga keruang konseling sekolah, kelemahan lain adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan guru pembimbing tentang konseling keluarga.

Menurut Sulistyarini dan Mohammad Juahar (2014:256) pada zaman sekarang banyak potensial yang dapat menimbulkan keretakan keluarga (*broken home*). Sumber-sumber konflik keluarga dapat dari faktor ekonomi, kecurigaan mengenai perselingkuhan, soal anak, soal mertua, dan anggota keluarga atau pihak suami dan istri.

Menurut Sofyan Wilis (2013:14) faktor-faktor penyebab terjadinya krisis keluarga yaitu:



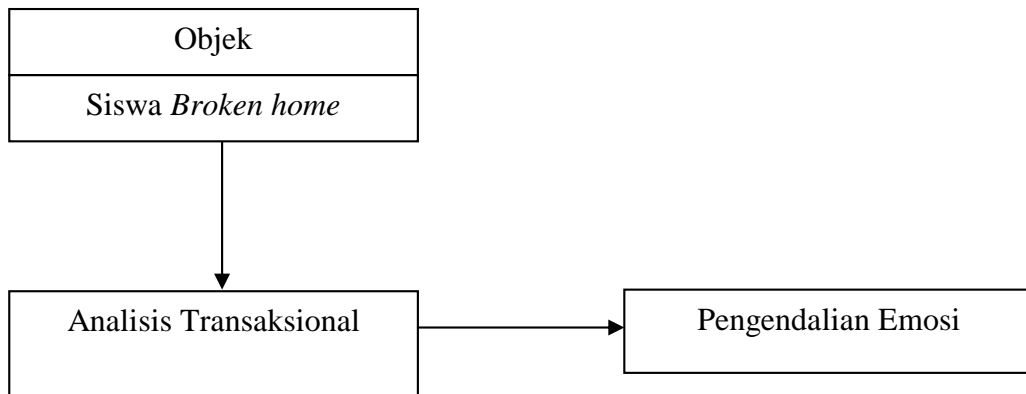
- a. Kurang atau putus berkomunikasi diantara anggota keluarga terutama ayah dan ibu. Sering ditunding faktor kesibukan sebagai biang keladi, dalam keluarga dimana sibuk dimana ayah dan ibu keduanya kerja dari pagi hingga sore hari.
- b. Masalah ekonomi, kemiskinan berdampak terhadap kehidupan keluarga. Jika kehidupan emosiaonal suami istri tidak dewasa maka akan timbul pertengkaran.
- c. Sikap egosentrisme masing-masing suami istri merupakan penyebab pula terjadinya konflik rumah tangga yang berujung pada pertengkaran yang terus menerus.
- d. Masalah pendidikan sering merupakan ppenyebab terjadinya krisis dalam keluarga.
- e. Jauh dari agama
- f. Masalah perselingkuhan

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab keluarga pecah (*broken home*) ini bermacam-macam bisa dari faktor ekonomi, pendidikan perbedaan usiayang terlampau jauh, keinginan memperoleh anak pemikiran/prinsip yang berbeda, penekanan cara mendidik anak, KDRT dan lain sebagainya.

## **B. Kerangka Konseptual**

Pengendalian emosi adalah kemampuan memahami apa yang sedang dirasakan, sehingga pertahanan psikologis dalam bentuk pengendalian dan pengaturan diri terhadap stimulus yang menghasilkan segala bentuk emosi negatif mampu dilakukan oleh individu.

Dalam pelaksanaan ini dapat dilakukan dengan pendekatan analisis transaksional agar siswa di sekolah dapat mengendalikan emosinya dengan baik didalam kehidupannya. Adapun kerangka konseptual pada penelitian ini dapat dijelaskan dalam skema berikut ini:



**BAB III**  
**METODE PENELITIAN**

**A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Budi Agung Medan yang beralamat di Jl. Platina Raya No. 7A Titipapan Medan Marelan.

2. Waktu Penelitian

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2018/2019. Dengan perkiraan bulan Maret sampai Juni 2019.

**Tabel 3.1**  
**Waktu Pelaksanaan Penelitian**

No	Jenis Kegiatan	Maret				April				Mei				Juni				Juli			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul	■	■																		
2	Persetujuan Judul			■	■																
3	Penulisan Proposal					■	■	■	■												
4	Bimbingan Proposal									■	■	■	■								
5	Revisi Proposal													■	■	■	■				
6	Seminar Proposal																	■			

**B. Subjek dan Objek Penelitian**

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian menurut Arikunto (2010: 152),”Merupakan sesuatu yang sangat penting kedudukannya dalam penelitian, subjek penelitian harus ditata sebelum penelitian siap mengumpulkan data”.

Maka dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah wali kelas, saya, guru BK, dan 4 orang siswa.

## 2. Objek Penelitian

Menurut Sugiono (2010: 13), "Objek penelitian adalah variabel atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian". Adapun objek peneliti ini adalah siswa kelas VIII SMP Budi Agung Medan yaitu pengambilan sample secara sengaja sesuai dengan persyaratan sample yang diperlukan (sifat, karakteristik, ciri, kriteria) bahwa siswa yang *broken home* sebanyak 4 orang. Dari kelas VIII-2 diambil 2 siswa dan dari kelas VIII-4 diambil 2 siswa.

Alasan mengambil 4 siswa karena pada saat observasi saya meneliti kelas VIII-1, VIII-2, VIII-3 dan VIII-4 dan banyak siswa yang *brokenhome* di setiap kelas tetapi yang masalahnya paling menonjol hanya di kelas VIII-2 (2 siswa) dan VIII-4 (2 siswa).

**Tabel 3.2**  
**Objek Penelitian**

<b>Kelas</b>	<b>Siswa</b>
VIII-1	35
VIII-2	32
VIII-3	34
VIII-4	34

## C. Definisi Operasional Variabel

Guna untuk menghindari kesalahan dan mengarahkan penelitian ini untuk mencapai tujuannya maka dapat dilihat penjelasan mengenai definisi operasional berikut:

1. Analisis Transaksional adalah komunikasi antar dua orang atau lebih yang meliputi bagaimana bentuk, cara dan isi komunikasi mereka apakah sudah tepat atau tidak, wajar atau tidak, karena ini mencerminkan ada atau tidaknya masalah yang sedang dialami oleh individu yang bersangkutan.
2. *Broken home* adalah kurangnya perhatian dari keluarga atau kurangnya kasih sayang dari orangtua sehingga membuat mental seorang anak menjadi frustrasi, brutal dan susah diatur.

#### **D. Instrumen Penelitian**

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan penelitian ini digunakan alat atau disebut juga sebagai instrument dalam penelitian meliputi:

##### 1. Observasi

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengobservasi siswa untuk melihat permasalahan yang ada pada siswa di sekolah. Pada kegiatan penelitian, peneliti mengobservasi kegiatan siswa yang direkomendasikan menjadi sampel penelitian, guna mengetahui tingkat emosi siswa yang *broken home*.

Menurut Sugiyono (2010:166), “ Observasi sebagai teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dengan sejumlah pertanyaan secara tertulis”.

Dalam penelitian ini yang akan diobservasi oleh peneliti adalah Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan. Adapun pedoman observasi yang digunakan sebagai berikut:

**Tabel 3.3**  
**Pedoman Observasi di SMP Budi Agung Medan**  
**Tahun Pembelajaran 2018/2019**

Nama Siswa :  
 Tanggal observasi :  
 Waktu observasi :  
 Kelas :

No	Aspek yang diamati	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Siswa mampu berkomunikasi dengan baik dengan teman yang lain		
2.	Mampu berkomunikasi dengan baik ketika berada di luar pelajaran		
3.	Kepercayaan diri siswa meningkat		
4.	Ketika siswa dituntut untuk berkomunikasi di luar ruangan nafasnya mampu di aturnya dengan baik		
5.	Kemampuan mendengar baik		
6.	Siswa mampu menyimak pesan yang disampaikan orang lain dengan baik		
7.	Memiliki konsentrasi yang baik		
8.	Memiliki tata bahasa yang baik		

## 2. Wawancara

Peneliti mewawancarai pihak-pihak yang berkompeten yang dianggap mampu memberikan gambaran dan informasi yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang ada di dalam penelitian dalah Guru Bimbingan Konseling dan Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan.

Menurut Sugiyono (2010:157), “Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan masalah yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin

mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan juga responden sedikit atau kecil”.

Dalam penelitian ini yang akan diwawancarai oleh peneliti adalah Guru Bimbingan dan Konseling dan Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan.

Adapun pedoman wawancara yang digunakan sebagai berikut:

**Tabel 3.4**  
**Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah SMP Budi Agung Medan**  
**Tahun Pembelajaran 2018/2019**

No	Pernyataan	Hasil Wawancara
1	Bagaimana tindakan yang ibu lakukan dalam mengumpulkan data-data konseling	
2	Bagaimana pendapat ibu mengenai emosi siswa <i>broken home</i> di lingkungan siswa maupun lingkungan guru?	
3	Selama ini, apa saja dampak yang terjadi mengenai siswa <i>broken home</i> tersebut?	
4	Perilaku emosi siswa <i>broken home</i> seperti apa yang pernah ibu hadapi di sekolah ini?	
5	Selaku guru BK, bagaimana ibu menyelesaikan masalah tersebut?	

**Tabel 3.5**  
**Pedoman Wawancara Siswa Kelas VIII SMP Budi Agung Medan Tahun**  
**Pembelajaran 2018/2019**

No	Pernyataan	Hasil Wawancara
1	Bagaimana cara ananda mengelola emosi dan menyelesaikan masalah pada diri anda?	
2	Bagaimana cara ananda memotivasi diri sendiri dan orang lain?	
3	Bagaimana cara ananda dapat mengenali orang lain yang sedang emosi dari intonasi suara, ekspresi wajah dan tingkah laku dan sikap apa yang anda tunjukan ketika orang lain sedang emosi?	
4	Apa yang ananda lakukan ketika ada seorang teman yang sedang dalam kesulitan?	
5	Bagaimana cara ananda membina hubungan dengan orang lain?	
6	Perilaku apa saja yang ananda lakukan untuk menunjukkan perasaan mencintai diri sendiri dan orang lain?	
7	Untuk mencapai kesuksesan dan kebahagiaan dalam hidup ananda sikap apa saja yang seharusnya ananda lakukan?	

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah kumpulan dari dokumen-dokumen data yang memberikan keterangan atau bukti yang berkaitan dengan proses pengumpulan dan pengelolaan dokumen secara sistematis serta menyebar luaskan kepada pemakai informasi tersebut. Dalam penelitian ini dokumentasinya memakai foto, catatan petugas konselor.



## **E. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penulisan kualitatif, analisis data dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data dipakai untuk memberikan arti dari kata-kata yang telah dikumpulkan.

Analisi data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan. Jadi , analisis berdasarkan pola data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka.

Menurut Sugiyono (2010:246), “ Aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas sehingga datanya sudah jelas. Aktivitas dalam analisis data yaitu reduksi data, data penyajian, data kesimpulan/verifikasi.

### **a) Mereduksi Data**

Mereduksi data adalah proses pemilihan, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari pola dan temanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan. Reduksi data dapat dibantu dengan peralatan elektronik seperti komputer mini, dengan memberikan kode pada aspek-aspek tertentu.

### **b) Penyajian Data**

Penyajian data adalah proses pemberian sekumpulan informasi yang disusun dan memungkinkan untuk penarikan kesimpulan. Jadi penyajian data ini

merupakan gambaran secara keseluruhan dari sekelompok data yang diperoleh agar mudah dibaca secara menyeluruh.

c) Penarikan Kesimpulan

Pada mulanya data terwujud dari kata-kata, tulisan dan tingkah laku pembuatan yang telah dikemukakan dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil observasi, wawancara dan studi dokumenter, sebenarnya sudah dapat memberikan kesimpulan secara sirkuler bersama reduksi dan penyajian, maka kesimpulan merupakan konfigurasi yang utuh.

Data yang diperoleh melalui hasil wawancara di analisis dengan cara mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan hal ini diberi kode agar sumber datanya tetap dapat ditelusuri. Sehingga diperoleh gambaran secara lengkap bagaimana efektivitas layanan bimbingan belajar untuk memperbaiki cara belajar siswa SMP Budi Agung Medan.

**BAB IV**  
**PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN**

**A. Gambaran Umum Sekolah**

**1. Identitas Sekolah**

Nama Sekolah	: <b>SMP Budi Agung</b>
NPSN	: 10210061
Alamat	: Jl. Platina Raya
Kelurahan	: Rengas Pulau
Kecamatan	: Medan Marelan
Kota	: Medan
Propinsi	: Sumatera Utara

**2. Visi dan Misi Sekolah**

**a. Visi**

Berdasarkan tujuan Pendidikan Nasional untuk mewujudkan manusia-manusia Pembangunan, yang dapat membangun dirinya sendiri. Serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa, dengan dasar tersebut.

**b. Misi**

1. Membentuk manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap tuhan yang maha esa.
2. Membentuk manusia berbudi pekerti yang luhur dan berkepribadian yang baik.

3. Membentuk manusia yang berdisiplin, bekerja keras, tangguh dan bertanggung jawab.
4. Membentuk manusia Mandiri, Cerdas, Terampil, serta Sehat Jasmani dan Rohani.
5. Memberikan bekal kemampuan untuk melanjutkan kependidikan yang lebih tinggi.

Berikut ini, nama-nama guru SMP Budi Agung antara lain:

**Tabel 4-1**  
**Nama-nama Guru SMP Budi Agung**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>JABATAN</b>
1	Hj. Megawarni	Kepala Sekolah
2	Marsiyem	KTU
5	Ali Husnan, S.Pd.	Guru BK
6	Khairi Jefri	Pembina OSIS
7	M. Mukhlis, S.Pd.I	Aguru Agama Islam
8	Sri Yanti, S.Pd.	Guru PKN
9	Lili Nur Indah Sari	Guru Bahasa Indonesia
10	Ika Handayani	Guru Matematika
11	Suci Artati	Guru IPA
12	Elfi Syafni	Guru IPS
13	Satrio Agung	Guru Penjaskes
14	Deli Sukaesih	Guru Bahasa Inggris
15	Guru Prakarya	Ismaniyah
16	Dwik Indriyani	Guru SBK

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

Deskripsi yang berkenaan dengan hasil penelitian, berdasarkan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan penelitian melalui wawancara terhadap sumber data dan pengamatan langsung di lapangan. Di antara pertanyaan dalam penelitian ini ada tiga hal yaitu (:1) Penggunaan layanan konseling individual dengan

pendekatan analisis transaksional di SMA Budi Agung Medan.(2)Penyelesaian masalah rendah diri di SMA Budi Agung Medan.(3) Penggunaan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional dengan menggunakan layanan konseling individual untuk meningkatkan pengendalian emosi siswa broken home

### **1. Hasil Wawancara dengan Kepala Sekolah dan Guru Bimbingan Konseling**

Layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional merupakan corak dominan yang digunakan dalam dunia pendidikan, salah satu alasannya adalah dengan menggunakan pendekatan berpusat pada klien memiliki sifat keamanan yang baik dalam hal ini Layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional menitik beratkan mendengarkan aktif, memberikan respek kepada klien, memperhitungkan kerangka acuan internal kliennya yang merupakan kebalikan dari menghadapi klien dengan penafsiran-penafsiran. Layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional ini dilakukan dengan menggunakan konseling individual agar konselor lebih dapat berfokus pada permasalahan klien. Konseling individual merupakan jantung hati dari sepuluh layanan bimbingan konseling yang memiliki peran penting dalam proses membimbing, mengarahkan serta mengentaskan masalah yang sedang dihadapi siswa. Jika konseling individual dilakukan tidak maksimal ataupun tidak pernah dilakukan sama sekali maka akan berdampak buruk bagi siswa-siswa yang mengalami masalah, maupun bagi siswa-siswa yang butuh pengarahan ataupun bimbingan.

Dalam pelaksanaannya efektivitas layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional ini peneliti menggunakan konseling individual, karena dengan menggunakan konseling individual peneliti dapat lebih fokus dan dapat menggali permasalahan lebih mendalam dibandingkan dengan menggunakan layanan lain dalam bimbingan konseling. Selain itu karena tujuan dari layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional adalah membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri.

Pada wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 Juli 2019 dengan Ibu Hj. Megawarni selaku kepala sekolah SMA Budi Agung Medan tentang pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah tersebut: *dalam pelaksanaannya bimbingan dan konseling di SMA Budi Agung Medan dilaksanakan atas kerja sama antara guru bimbingan dan konseling dengan guru-guru bidang studi lain serta adanya pemantauan oleh kepala sekolah, secara khusus perhatian sekolah ditunjukkan pada kinerja guru bimbingan dan konseling karena dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling diharapkan dapat mengentaskan masalah-masalah yang ada pada siswa-siswa di SMA Budi Agung Medan.*

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan Ibu Hj. Megawarni selaku kepala sekolah di SMA Budi Agung Medan, pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling terutama konseling individual disesuaikan dengan program perencanaan bimbingan dan konseling yang telah disusun di SMA Budi Agung Medan. Hal ini didukung dengan observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 7 Juli 2019 tentang bagaimana layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional yang dilakukan dalam konseling individual di

SMA Budi Agung Medan, karena bertepatan pada saat melakukan observasi peneliti mendapati kasus siswa yang kurang mampu mengendalikan emosi didalam sekolah tersebut, hal ini langsung ditangani oleh guru Bimbingan dan Konseling yang dibantu oleh wali kelas dan personil sekolah lainnya. *Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah disesuaikan dengan bidang- bidang bimbingan dan konseling dan juga disesuaikan dengan program yang telah di buat baik program tahunan maupun semesteran yang dilaksanakan untuk membantu siswa dalam penyelesaian masalah- masalah yang sedang dihadapi salah satunya mengenai keadaan emosional siswa yang apabila terus menerus dibiarkan akan mengakibatkan terganggunya proses perkembangan siswa tersebut baik perkembangan belajarnya maupun perkembangan mentalnya. Karena masa- masa di SMK inilah masa wala dimana seorang individu sedang melakukan pencarian jati dirinya, apabila ia tidak dibantu dalam penyelesaian masalah maka dimasa depannya ia akan mengalami yang lebih besar lagi.*

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 12 Juli 2019 dengan Bapak Ali Husnan, S.Pd.. selaku guru bimbingan dan konseling di SMA Budi Agung Medan tentang pelaksanaan konseling individual khususnya dengan menggunakan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional yaitu dengan memulai tahap-tahapan yaitu dengan menggunakan tahap awal, tahap inti dan tahap akhir yang dimana tahap awal merupakan proses identifikasi masalah siswa, pada tahap inti guru bimbingan dan konseling melakukan eksplorasi atau peninjauan masalah yang sedang di hadapi dan pada tahap akhir yang dimana tahap ini membuat kesimpulan mengenai hasil dari

proses konseling individual. Menurut Bapak Ali Husnan, S.Pd.. layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional sering digunakan untuk membantu siswa menyelesaikan masalahnya, karena menurut beliau permasalahan siswa itu sebenarnya berasal dari pemikiran mereka yang salah atau tidak rasional, contohnya permasalahan siswa yang tidak bisa mengatasi emosinya. Hal ini terjadi karena mereka menganggap diri mereka lemah bila dibandingkan dengan dengan yang lain, inilah tugas guru Bimbingan dan Konseling untuk membantu siswa menyelesaikan permasalahannya, dan masalah ini lebih efektif apabila menggunakan efektivitas layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional bila dibandingkan dengan model- mode pendekatan lainnya, akan tetapi pemberian bantuan ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya bantuan dari pihak lain seperti kepala sekolah, wali kelas, dan orang tua murid serta personil sekolah lainnya.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional akan lebih efektif dengan menggunakan layanan konseling individual dan pelaksanaan ini akan berjalan maksimal jika mendapat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak seperti kepala sekolah, wali kelas, orang tua siswa serta personil lainnya.

## **2. Bagaimana keadaan siswa di sekolah SMA Budi Agung Medan**

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada Ibu Dedek Sartika Sinurat, S.Pd. selaku guru bimbingan dan konseling mengenai keadaan emosi siswa kelas VIII yaitu: siswa-siswa disekolah ini ada beberapa yang mengalami kurang bisa mengatasi keadaan emosinya hal ini disebabkan oleh



lingkungan tempat mereka tinggal, lingkungan yang sehat dan kondusif sangat berpengaruh terhadap perkembangan remaja yang masih labil ini, dan juga postur tubuh yang besar atau keadaan fisik, siswa yang sehat umumnya perkembangan emosinya lebih optimal dibandingkan siswa yang mendapatkan gangguan kesehatan fisiknya, dan emosi juga di pengaruhi oleh budaya karena disekolah tersebut para siswa berasal dari latar belakang dan budaya yang berbeda-beda. Tetapi hal ini juga tidak terlepas dari peran orang tua dalam mendidiknya terkadang orang tua terlalu otoriter mendorong anaknya yang masih remaja tersebut, hal ini dapat mengembangkan emosi kecemasan dan takut sehingga mereka cenderung emosional.

Hal diatas didukung dengan observasi yang dilakukan peneliti tentang keadaan emosional siswa di kelas VIII benar ada beberapa siswa yang sering melamun jam istirahat, siswa tersebut tidak memiliki teman, siswa tersebut merasa malu bergabung dengan teman- temannya yang lain. Selain diperkuat dengan wawancara yang dilakukan oleh beberapa orang siswa, nama-nama siswa tersebut selain diperoleh dari hasil wawancara oleh guru bimbingan dan konseling dan observasi juga di peroleh dari hasil penyebaran AUM UMUM yang di sebarakan diseluruh kelas VIII, dari hasil penyebaran AUM tersebut diperoleh 8 siswa yang diidentifikasi mengalami kurang mampu mengatasi keadaan emosinya. Tetapi, setelah dilakukan wawancara lebih mendalam tanggal 20-21 Juli 2019 dari ke 8 siswa tersebut hanya 5 siswa yang kurang mampu mengatasi keadaan emosinya.

Wawancara yang di lakukan 24 Juli 2019 kepada HS, BY, FR SI dan AZ, didapati bahwa hal-hal yang membuat mereka tidak bisa mengatasi keadaan emosinya adalah karena faktor lingkungan dan juga budaya serta lemahnya pemahaman mereka tentang dirinya sendiri.

HS menyatakan bahwa dia mengalami keadaan emosi karena merasa bahwa dirinya memiliki kekurangan dibandingkan dengan teman-temannya yang lain dan kekurangan tersebut membuat dia minder kepada temannya.

### **3. Penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional Menggunakan Konseling Individual untuk meningkatkan pengendalian emosi pada siswa kelas VIII di SMA Budi Agung Medan**

Konseling individual adalah salah satu dari sepuluh layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor dengan klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Konseling individual juga merupakan jantung hati dari sepuluh layanan bimbingan konseling yang memiliki peran penting dalam proses membimbing, mengarahkan serta mengentaskan masalah yang sedang dihadapi siswa. Jika konseling individual dilakukan tidak maksimal ataupun tidak pernah dilakukan sama sekali maka akan berdampak buruk bagi siswa-siswa yang mengalami masalah maupun bagi siswa-siswa yang butuh pengarahan atau bimbingan.

Tujuan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional adalah membina kepribadian klien secara integral, dan berdiri sendiri untuk mencapai kesemuanya itu diperlukan kemampuan dan keterampilan

teknik konselor, kesiapan klien untuk menerima bimbingan serta taraf intelegensi klien yang memadai.

Langkah-langkah konseling individual yang dilakukan adalah:

1. Tahap awal konseling

Tahap awal yaitu membangun hubungan konseling yang melibatkan klien. Pada tahap ini konselor meminta klien untuk menceritakan pengalaman pemicu, seperti kesulitan-kesulitan keluarga, kendala-kendala pekerjaan, trauma-trauma masa kecil, dan hal-hal lain yang kita anggap sebagai penyebab ketidakbahagiaan.

2. Tahap pertengahan

Tahap pertengahan yaitu menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Pada tahap ini klien diminta untuk menghilangkan keyakinan-keyakinan, terutama yang bersifat irasional dan merusak diri sendiri yang merupakan sumber ketidakhahagiaan kita.

3. Tahap akhir

Tahap akhir bertujuan untuk menurunkan kecemasan pada klien. Pada tahap ini klien juga diminta untuk mengurangi emosi-emosi yang bersifat negatif seperti panik, khawatir dan cemas.

Melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, guru bimbingan dan konseling sudah melakukan upaya dalam mengatasi masalah rendah diri disekolah dengan maksimal walau belum maksimal dan belum menerapkan sepenuhnya pendekatan berpusat pada klien itu sendiri maka, dengan saran dan arahan guru bimbingan dan konseling peneliti di arahkan untuk

melakukan konseling kepada beberapa siswa yang kurang bisa mengatasi keadaan emosinya.

Di dalam melakukan pendekatan konseling berfokus pada klien peneliti terlebih dahulu melihat jadwal dan kesempatan dimana bisa memberikan layanan kepada siswa, setelah memastikan dapat memberikan layanan pada siswanya maka peneliti. Pada langkah memulai konseling dengan menggunakan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional seperti biasa awalnya melakukan langkah penerimaan, di mana peneliti menerima kedatangan siswa, pada tahap ini peneliti menciptakan pola hubungan yang hangat dengan siswa karena penerimaan awal sangat berpengaruh pada proses konseling selanjutnya, pada penerimaan awal ini peneliti menjelaskan terlebih dahulu maksud dan tujuan konseling ini, kemudian langkah kedua dimana memulai mengidentifikasi masalah apa yang terjadi pada siswa dan mengeksplorasi masalah itu, siswa diberi kesempatan untuk mengeluarkan segala penyebab siswa tersebut memiliki keadaan emosi, kemudian tahap ketiga siswa di minta untuk mengatakan perasaanya pada saat ini, dimana disini peneliti juga dapat menggunakan salah satu teknik dalam layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional yaitu dengan memahami klien, hal ini bertujuan untuk menggali masalah lebih mendalam dan memberikan pemahaman dan kesadaran pada diri siswa tentang keirasionalan pemikirannya selama ini tentang dirinya, dan langkah akhir membuat siswa memilih dan memutuskan solusi apa yang akan di ambilnya pada langkah akhir membuat kesimpulan mengenai proses konseling.

Dari hasil konseling yang dilakukan dengan ke 5 siswa yang mengalami masalah rendah diri, hasil konseling yang pertama dilakukan oleh peneliti dan HS, BY, juga FR. HS mengalami rendah diri karena berasal dari keluarga yang miskin. BY mengalami rendah diri karena wajahnya penuh dengan jerawat. Sedangkan HS mengalami rendah diri karena masa kecil yang kurang menyenangkan.

Konseling ini dilakukan dengan waktu yang berbeda dari hasil konseling yang dilakukan diperoleh bahwa penyebab BY, HS, dan FR tidak bisa mengatasi keadaan emosinya adalah karena keadaan lingkungan dan budanya mereka berbeda dengan teman-teman yang lainnya, mereka merasa tidak pantas berteman dengan yang lain dan apa yang menjadi alasan siswa mengapa mereka memiliki pemikiran irasional seperti itu tentang diri masing-masing. Setelah penggalian masalah dan diperoleh penyebab rendah diri siswa kemudian peneliti mengajak siswa untuk memahami tentang masalah yang mereka hadapi, dengan begitu siswa dapat mengetahui apa sebenarnya arti dari masalah yang sedang mereka hadapi dan apa hal negatif dari rendah diri tersebut, selain itu peneliti juga memberikan pandangan tentang keadaan emosional dan melakukan konfrontasi dengan siswa yang bertujuan untuk mengubah dan menyadarkan siswa tentang pemikiran irasional siswa tentang dirinya, setelah itu langkah selanjutnya peneliti memberikan beberapa pilihan penyelesaian masalah yang selanjutnya mereka pilih dan terapkan dalam kehidupan mereka sehari-hari. Konseling yang dilakukan peneliti dengan HS, BY, dan FR tidak dilakukan dalam 1 kali pertemuan saja

tetapi beberapa kali pertemuan, hal ini dilakukan agar peneliti dapat melihat apakah ada perubahan dan bagaimana hasil dari proses konseling yang dilakukan.

Selanjutnya konseling yang peneliti lakukan dengan SI, dan AZ, konseling ini juga dilakukan dengan waktu yang berbeda. Dari penggalian masalah diperoleh bahwa penyebab keadaan emosi mereka adalah faktor lingkungan dan juga lemahnya terhadap pemahaman diri sendiri. Setelah penggalian masalah dan diperoleh penyebab keadaan emosi sama halnya dengan proses yang peneliti lakukan dengan siswa yang lain, pada siswa-siswa ini peneliti mengajak siswa untuk melakukan pemahaman tentang masalah yang mereka hadapi, dan menanyakan tentang perasaan mereka yang memiliki tubuh yang berbeda dengan yang lain dan mengapa siswa sering melamun, dan tidak percaya diri. Setelah penyebab masalah siswa diketahui kemudian peneliti mengajak siswa untuk mengetahui sebenarnya apa arti dari keadaan emosional dan apa hal negatif rendah diri tersebut, karena dengan melakukan pemahaman selain itu peneliti juga memberikan pandangan tentang keadaan emosi dan melakukan konfrontasi dengan siswa yang bertujuan untuk mengubah dan menyadarkan siswa tentang pemikiran irasional siswa tentang dirinya, setelah itu langkah selanjutnya peneliti memberikan beberapa pilihan penyelesaian masalah yang selanjutnya mereka pilih dan terapkan dalam kehidupan mereka sehari-hari.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penulis mengakui, bahwa penulis skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih ada kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian

dan penganalisa data hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain:

1. Keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Penelitian dilakukan relative singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan penelitian.
3. Selain keterbatasan di atas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kurangnya buku pedoman atau referensi tentang teknik penyusunan daftar pertanyaan wawancara secara baik, merupakan keterbatasan penulis yang tidak dapat dihindari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan di masa datang.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil laporan penelitian diatas, maka pada bab ini penulis dapat menyimpulkan bahwa:

1. Penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional untuk meningkatkan pengendalian emosi pada siswa dikelas VIII di SMA Budi Agung Medan tahun pembelajaran 2018/2019 dapat membantu para siswa-siswi dalam meningkatkan pengendalian emosi siswa broken home.
2. Keadaan emosional tidak bisa dihadapi oleh beberapa siswa di sekolah ini muncul karena beberapa faktor, antara lain faktor lingkungan dan budaya serta lemahnya pemahaman siswa terhadap dirinya. Hal ini yang membuat keadaan kelas menjadi kurang berdamika, karena ada pengelompokan. Melihat hal ini pihak sekolah dan guru bimbingan dan konseling sering memberikan arahan dengan mengajak siswa melakukan layanan bimbingan dan konseling dengan memahami diri siswa tersebut serta memperhatikan aspek-aspek apa saja yang membuat mereka tidak bisa mengatasi keadaan emosinya. Hal ini dilakukan dengan maksud agar para siswa-siswi dapat berkembang secara utuh.
3. Dari hasil beberapa kali pertemuan konseling didapati bahwa ada perubahan dari siswa, beberapa siswa sudah dapat menerima kekurangan yang dimilikinya dan melakukan interaksi dengan teman-teman yang lainnya lebih baik dari sebelum melakukan konseling. Dari hasil yang didapati selama



proses konseling peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan analisis transaksional dapat mengurangi keadaan emosional siswa, karena siswa sudah ada perubahan dari yang tidak mau bergaul dengan temannya menjadi mau bergaul dan tidak lagi beranggapan bahwa faktor lingkungan dan budaya dan fostur tubuh yang berbadan itu menjadi penghalang mereka berteman.

## **B. Saran**

Dari hasil penelitian ini, maka saran yang dapat penulis berikan adalah:

1. Bagi siswa, diharapkan dapat mendorong siswa untuk aktif dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan proses pembelajaran terutama pada kemampuan mengingat pelajaran.
2. Bagi guru BK, diharapkan guru BK dapat meningkatkan kreativitas dan keterampilan yang bervariasi, yang dapat memperbaiki sistem pembelajaran sehingga dapat memberikan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengingat pelajaran pada siswa.
3. Bagi sekolah, sebagai sarana untuk meningkatkan mutu pendidikan, meningkatkan kerja sama antar guru yang berdampak positif untuk peningkatan profesionalisme guru guna pencapaian kualitas pendidikan sekolah.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan kajian lebih mendalam mengenai layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan

mengingat pelajaran dan juga dapat dijadikan referensi untuk penelitian sejenis dimasa yang akan datang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama
- Damayanti, Nidya. 2012. *Paduan Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta : Araska  
Elang Mas
- Fauzan, Lutfi. (2004). *Pendekatan-pendekatan Konseling Individual*. Malang:
- Kathryn Geldard dan David Geldard. 2011. Terjemahan. *Konseling Remaja*.  
Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Luddin, Abu Bakar M. 2012. *Konseling Individual dan Kelompok*. Bandung :  
Citapustaka Media Perintis
- Luddin, Abu Bakar M. 2014. *Pengantar Kepribadian Konselor*. Binjai : Difa  
Grafika
- Prawitasari, J. E. (2006). *Dasar-dasar psikoterapi: Psikoterapi Pendekatan  
Konvensional dan Kontemporer*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prayitno dan Amti Erman. 2004. *Dasar – Dasar Bimbingan Dan Konseling*.  
Jakarta. : Rineka Cipta
- Romlah, Tatik. 2006. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang:  
Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabet
- Tohirin. 2012. *Edisi Revisi Bimbingan Dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*.  
Jakarta : Rajawali Pers
- Willis, Soyfan. 2015. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung:  
Alfabeta.