

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK
MEMBANTU SISWA DALAM MENGENDALIKAN EMOSI
SISWA/I KELAS VIII SMP NEGERI 1 BATANG KUIS
T.P 2017/2018**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Pada Program
Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling*

OLEH

ELVI SANTI

NPM: 1302080164



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2017**

ABSTRAK

Elvi Santi, 1302080164 Jurusan Bimbingan dan Konseling, Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Dalam Mengendalikan Emosi Siswa/i Kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2017/2018

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah dalam penerapan layanan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi pada siswa. Teknik yang analisis data yang digunakan adalah teknik *purposive sample*, Subjek dalam penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling, wali kelas, serta siswa yang terlihat permasalahan dalam emosinya. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan observasi dan wawancara.

Dari analisis data dengan menggunakan observasi, untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi melalui layanan konseling individual dengan perhatian khusus dari guru bimbingan dan konseling dan bila diperlukan guru bimbingan dan konseling bekerja sama dengan wali kelas agar supaya hasil dari konseling individual lebih efektif.

Berdasarkan dari hasil observasi yang dilakukan peneliti pada masing-masing siswa/i sudah mencapai apa yang diharapkan.

Dengan demikian jika ada siswa yang mengalami permasalahan yang serupa, guru bimbingan dan konseling perlu mencegah siswa/i dalam mengendalikan emosi siswa/i kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2016/2017, dengan catatan dilakukan secara teratur, sistematis dan terarah serta berulang-ulang.

Kata-Kata Kunci: Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Dalam Mengendalikan Emosi.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamualikum Wr.Wb

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah member rahmat, nikmat dan karunia-Nya kepada manusia sehingga dapat berfikir dan merasakan segalanya. Satu dari sekian banyak nikmat-Nya adalah keberhasilan penulis menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Dalam Mengendalikan Emosi Siswa/I Kelas Viii SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara.

Shalawat dan salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari alam kegelapan menuju alam yang terang benderang, semoga syafaatnya kita peroleh hingga yaumul akhir kelak, Amin Ya Rabbal Alamin.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kesempurnaan dan masih banyak kekurangan baik dalam kemampuan pengetahuan dan penggunaan bahasa. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimah kasih kepada Ayahanda **Safran** dan Ibunda **Marwati** yang selama ini telah mengasuh, membesarkan, mendidik, member semangat, memberikan kasih sayang dan cinta yang tiada ternilai. Sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal dikesempatan

ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa segala upaya yang penulis lakukan dalam penyusunan proposal ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa ada bantuan dan bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimah kasih kepada:

1. Bapak Dr.Agussani, M.AP selaku Rektor Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara
2. Bapak Dr. Elfrianto Nasution, SPd, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara
3. Ibu Dra.Jamila, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara
4. Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M selaku Sekertaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Ibu Hj.Hasrita Lubis, M.Pd, P.hd selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan masukan,arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan Proposal sampai tahap Skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
7. Teman-Temanku tersayang, Hisyam Rasyidi, Fandy Ahmadi, Taupiq Qurrahman, M Yusuf Siregar, Taupiq Akbar, Agus Amin, Ardila Qarani,

Dewi Andriani. Semoga persahabatan kita tidak akan berhenti sampai disini.

8. Teman-teman Bimbingan dalam Proposal, dimana kita bersama
9. Seluruh teman-teman Stambuk 2013 Jurusan Bimbingan dan Konseling khususnya di Kelas A Malam.

Akhir kata penulis berdoa semoga Allah SWT membalas budi mereka, sehingga proposal ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya bidang studi Bimbingan dan Konseling dan terlebih bagi penulis.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Medan, Mei 2017
Penulis

Elvi Santi

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR..... | ii |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL..... | viii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 8 |
| C. Batasan Masalah | 9 |
| D. Rumusan Masalah..... | 9 |
| E. Tujuan Penelitian | 9 |
| F. Manfaat Penelitian | 9 |
| BAB II LANDASAN TEORITIS..... | 11 |
| A. Kerangka Teoritis..... | 11 |
| 1. Bimbingan Konseling..... | 11 |
| 1.1 Pengertian Bimbingan | 11 |
| 1.2 Fungsi Bimbingan | 12 |
| 1.3 Tujuan Bimbingan..... | 13 |
| 1.4 Pengertian Konseling | 14 |
| 1.5 Tujuan Konseling | 15 |
| 1.6 Bimbingan Konseling Disekolah | 16 |
| 2. Layanan Konseling Individual | 19 |

| | |
|---|-----------|
| 2.1 Pengertian Konseling Individual..... | 19 |
| 2.2 Fungsi Konseling Individual..... | 21 |
| 2.3 Tujuan Konseling Individual..... | 22 |
| 2.4 Teknik Konseling Individual..... | 23 |
| 3. Emosi..... | 27 |
| 3.1 Pengertian Emosi | 27 |
| 3.2 Ciri-Ciri Emosi | 30 |
| 3.3 Upaya Membantu Mengendalikan Emosi..... | 31 |
| 3.4 Jenis-Jenis Pengendalian Emosi | 33 |
| B. Kerangka Konseptual | 33 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 37 |
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian | 37 |
| B. Subjek dan Objek Penelitian | 38 |
| C. Defenisi Operasional | 39 |
| D. Pendekatan dan Jenis Penelitian..... | 39 |
| E. Sumber dan Jenis Data..... | 40 |
| F. Instrumen Penelitian | 44 |
| G. Teknik Analisis Data..... | 45 |
| H. Pemeriksaan Atau Pengecekan Keabsahan Data | |
| BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN..... | |
| A. Deskripsi Lokasi Penelitian | |
| 1. Gambaran Profil Sekolah | |
| 1.1 Profil Sekolah | |

| | | |
|---|--|--|
| 1.2 | Visi dan Misi Sekolah | |
| 1.3 | Struktur Program Bimbingan dan Konseling | |
| 1.4 | Keadaan Guru SMP Negeri 1 Batang kuis | |
| 1.5 | Keadaan Guru pembimbing SMP Negeri 1 Batang Kuis | |
| 1.6 | Keadaan Data Siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis | |
| B. | Diskusi Hasil Penelitian | |
| 1. | Pelaksanaan Kegiatan Konseling Individual di SMP Negeri 1 Batang Kuis | |
| 2. | Siswa/i Yang Kurang Mampu Dalam Mengendalikan Emosi di SMP Negeri 1 Batang Kuis | |
| 3. | Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa/I Dalam Mengendalikan Emosi SMP Negeri 1 Batang Kuis | |
| C. | Keterbatasan Penelitian..... | |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | | |
| A. | Kesimpulan | |
| B. | Saran | |
| DAFTAR PUSTAKA | | |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP | | |
| LAMPIRAN | | |
| DAFTAR PUSTAKA | | |

DAFTAR TABEL

| |
|--|
| Tabel 3.1 Waktu Penelitian |
| Tabel 4.1 Data Guru SMP Negeri 1 Batang Kuis |
| Tabel 4.2 Nama Guru Pembimbing SMP Negeri 1 Batang Kuis..... |
| Tabel 4.3 Tabel Data Siswa |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Lembar Observasi Siswa

Lampiran II Daftar Pedoman Wawancara Dengan Wali Kelas

Lampiran III Daftar Pedoman Wawancara Dengan Konselor/Guru Pembimbing

Lampiran IV Daftar Pedoman Wawancara Dengan Siswa

Lampiran V Daftar Observasi Siswa Setelah Pelaksanaan Konseling Individual

Lampiran VI Data Guru SMP Negeri 1 Batang Kuis

Lampiran VII Sarana dan Prasarana SMP Negeri 1 Batang Kuis

Lampiran VIII Struktur Organisasi Pelayanan Bimbingan dan Konseling SMP

Negeri 1 Batang Kuis

Lampiran IX Form K-1

Lampiran X Form k-2

Lampiran XI Form K-3

Lampiran XII Berita Acara Seminar Proposal

Lampiran XIII Surat Permohonan Perubahan Judul

Lampiran XIV Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal

Lampiran XV Surat Keterangan Seminar Proposal

Lampiran XVI Surat Pernyataan Plagiat

Lampiran XVII Surat Riset

ix

Lampiran XVIII Surat Balasan Riset

Lampiran XIX Berita Acara Bimbingan Skripsi

Lampiran XX Lembar Pengesahan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi yang ditandai dengan kemajuan dunia ilmu informasi dan teknologi , memberikan banyak perubahan dan tekanan dalam segala bidang. Dunia pendidikan yang secara filosofis dipandang sebagai alat atau wadah untuk mencerdaskan dan membentuk watak manusia agar lebih baik. Pendidikan adalah salah satu kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk membangun kecerdasan anak. Baik kecerdasan intelektualnya (IQ) kecerdasan emosinya (EQ) serta kecerdasan spiritualnya (SQ). Pendidikan juga merupakan investasi yang amat berharga bagi peningkatan kualitas sebuah generasi. Karena pendidikan adalah jembatan untuk seseorang atau bangsa untuk berkembang dan berkarya dengan ilmu yang telah ia peroleh dari sekolah, maupun dari lingkungan sekitar.

Pendidikan bertujuan tidak sekedar proses alih budaya atau alih ilmu pengetahuan (transfer of knowledge), tetapi juga sekaligus sebagai proses alih nilai (transfer of value). Artinya bahwa pendidikan, disamping proses pertalian dan tranmisi pengetahuan, juga berkenaan denga proses perkembangan dan pembentukan kepribadian atau karakter siswa.

Dalam UU No 2 Tahun 1989 Disebutkan bahwa fungsi pendidikan nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermatabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman

dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlakul karimah, sehat,berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri.

Dalam proses pembentukan karakter anak sangat dipengaruhi oleh beberapa factor diantaranya setiap hari anak disugukan dengan tayangan televise yang mereka sukai, video game, dan film yang berhubungan dengan kekerasan sehingga televise dan video game memegang peranan penting bagi anak untuk meningkatkan tingkat emosi pada anak.

Manusia mulai sejak lahir kedunia telah memperoleh pendidikan sampai ia masuk ke bangku sekolah. Kata pendidikan pun tak asing lagi ditelinga, semuanya manusia yang hidup tentunya memerlukan pendidikan, supaya arah hidupnya terwujud serta bisa melenyapkan kebodohan. Lalu apa pengertian pendidikan yang selama ini dijalani manusia. Menurut KBBI kata pendidikan datang dari kata “didik” dengan memperoleh imbuhan “pe” serta akhiran”an” yang artinya langkah sistem atau perbuatan mendidik. Kata pendidikan secara bahasa datang dari kata”pedagogi” yaitu “paid” yang artinya anak serta “agogos” yang artinya menuntun, jadi pedagogi yaitu pengetahuan dalam menuntun anak. Sedangkan secara istilah pengertian pendidikan adalah satu sistem perubahan sikap serta prilaku. Seorang atau kelompok dalam usaha mendewasakan manusia atau peserta didik lewat usaha pengajaran serta kursus.

Pendidikan dalam prespektif kebijakan, kita telah memiliki rumusan formal dan operasional, sebagaimana dalam UU No.20 Tahun 2003 Tentang SISDIKNAS yaitu: pendidikan adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara

aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Sementara itu pasal 1 ayat 6 UU No.20 Tahun 2003 menyatakan bahwa konselor termasuk kedalam kategori pendidik. Dengan rumusan dalam kedua pasal diatas tereksplisitkan bahwa tugas konselor (sebagai pendidik) adalah mewujudkan (a) suasana belajar, (b) proses pembelajaran. Kearah terwujudkannya dua hal itulah konselor melaksanakan tugas-tugas profesionalnya.

Pelaksanaan pendidikan dalam praktiknya sebenarnya mengalami berbagai macam problem, baik berkaitan langsung dengan siswa (faktor intern) maupun yang berasal dari luar diri siswa (faktor ekstern).

Dalam pendidikan, Bimbingan Konseling sangat berperan aktif.

Menurut Prayitno dan Amti, (2009:94) Bimbingan ialah “bagian dari proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna membantu pertumbuhan anak muda atas kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan hidupnya sendiri, yang pada akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat”

Seperti halnya pengertian bimbingan, didalam pengertian konseling juga terdapat beberapa macam tinjauan atas pengertian itu.

Menurut Prayitno dan Amti, (2009:100) Konseling adalah kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua pengalaman siswa difokuskan pada masalah tertentu diatasi sendiri oleh yang bersangkutan dimana ia diberikan bantuan pribadi dan langsung dalam pemecahan masalah itu. Konselor tidak

memecahkan masalah untuk klien. Konseling harus ditujukan pada perkembangan yang progresif dari individu untuk memecahkan masalah-masalahnya sendiri tanpa bantuan.

Sebelumnya telah dikemukakan mengenai kedua pengertian tersebut. Selanjutnya, muncul pertanyaan: ‘ bagaimana hubungan antara kedua pengertian itu?

Menurut Prayitno dan Amti (2009:92) Pengertian Bimbingan Konseling ialah “bahwa pelayanan bimbingan konseling dilaksanakan dari manusia, untuk manusia, dan oleh manusia. Dari manusia, artinya pelayanan itu diselenggarakan berdasarkan hakikat keberadaan manusia dengan segenap dimensi kemanusiannya. Untuk manusia, dimaksudkan bahwa pelayanan itu diselenggarakan demi tujuan-tujuan yang agung, mulia dan positif bagi kehidupan kemanusiaan menuju manusia seutuhnya, baik manusia sebagai individu maupun kelompok. Oleh manusia mengandung pengertian penyelenggaraan kegiatan itu adalah manusia dengan segenap derajat, martabat dan keunikan masing-masing yang terlibat didalamnya. Proses Bimbingan dan Konseling seperti itu melibatkan manusia dan kemanusiaannya sebagai totalitas yang menyangkut segenap potensi-potensi kecenderungan-kecenderungannya, perkembangannya, dinamika kehidupannya, permasalahan-permasalahannya dan interaksi dinamis antara berbagai unsur yang ada”.

Dalam layanan bimbingan dan konseling tidak dapat berjalan dengan efektif apa bila tidak didukung dengan profesionalismenya guru bimbingan konseling dalam melayani siswanya dengan terprogram secara efektif apabila

kurang atau tidak didukung faktor lain, misalnya faktor pengalaman bekerja.

Layanan konseling yang diberikan kepada peserta didik untuk belajar dengan efektif. Efektivitas konseling dapat tercapai bila seorang konselor atau guru pembimbing melaksanakan pola BK 17 Plus antara lain: enam bidang Bimbingan, Sembilan jenis layanan dan enam kegiatan pendukung. Enam bidang Bimbingan tersebut antara lain: Bimbingan Pribadi, Bimbingan Sosial, Bimbingan Karir, Bimbingan Belajar, Bimbingan Keluarga, dan Bimbingan Keagamaan. Sembilan jenis layanan yaitu: Layanan Orientasi, Layanan Informasi, Layanan Penempatan dan Penyaluran, Layanan Konten, Layanan Konseling Individual/Perorangan, Layanan Bimbingan Kelompok, Layanan Konseling Kelompok, Layanan Mediasi, Layanan Konsultasi dan Layanan Advokasi. Dan Enam kegiatan pendukung dalam kegiatan Bimbingan Konseling yaitu: Aplikasi Instrumentasi, Himpunan Data, Konferensi Kasus, Kunjungan Rumah, Tampilan Kepustakaan, Ahli Tangan Kasus.

Salah satu dari jenis layanan konseling adalah layanan konseling individual. Pada bagian ini konseling dimaksudkan sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dengan klien.

Menurut Prayitno dan Erman, (2009:288) dalam hubungan itu masalah klien dicermati dan diupayakan pengentasannya, sedapat-dapatnya dengan kekuatan klien sendiri. Dalam kaitan itu konseling dianggap sebagai layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Bahkan dikatakan merupakan "Jantung Hatinya" pelayanan bimbingan secara menyeluruh.

Menurut Prayitno, (2012:105) Konseling individual ialah “merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien); bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien; namun juga bersifat spesifik menuju kearah pengentasan masalah. Layanan Konseling Perorangan adalah jantung hatinya pelayanan konseling secara menyeluruh”.

Menghadapi ketidak nyamanan emosional, tidak sedikit remaja yang mereaksikannya secara defensit, sebagai upaya untuk melindungi dirinya, reaksinya itu tampil dalam tingkah laku seperti:1.agresif, seperti melawan, keras kepala, bertengkar, berkelahi, dan mengganggu orang lain, dan 2. Melarikan diri dari kenyataan, melamun, pendiam, sering menyendiri, ketakutan hingga mengalami Trauma.

Faktor utama yang menentukan apakah sebuah sikap dapat diakses dalam memori adalah seberapa seringkah sikap itu diekspresikan.

Menurut Jim Blascovich dan rekannya (2009:367) bahwa “kehadiran orang lain dapat memicu dua pola respon yang berbeda: tantangan atau ancaman. Apabila individu memiliki sumber daya yang cukup untuk menjalankan tugas, muncullah respon tantangan. Secara fisiologis, pola ini sama dengan perubahan yang terjadi selama latihan aerobik yang memperlancar fungsi kardiovaskular.

Sebaliknya, jika sumber daya manusia tidak cukup, muncullah respon ancaman, seolah-olah sedang menghadapi bahaya”.

Perasaan didefinisikan sebagai gejala psikis yang bersifat subjektif, berhubungan dengan gejala mengenal. Dialami dalam kualitas senang atau tidak senang dalam berbagai taraf. Selain tergantung kepada stimulus dari luar, perasaan juga tergantung pada: keadaan jasmani (misal perasaan orang yang sedang sakit ketika melihat pemandangan indah berbeda dengan ketika ia melihatnya pada waktu sehat). Oleh karena adanya subjektivitas pada perasaan maka perasaan tidak dapat disamakan dengan pengenalan. Pengenalan hanya bersandar pada realitas sedangkan perasaan dipengaruhi oleh tafsiran orang yang mengalaminya. Perasaan juga tergantung pada keadaan dasar pribadi atau cirri sifat (misal:perasaan orang pemurung dan periang) dan keadaan individu pada suatu waktu (misal:perasaan orang yang baru kalut pikirannya dan keadaan biasa).

Menurut Triantoro dan Nofrans (2009:60) “Trauma secara psikologis pengalaman individu yang unik dari suatu kejadian atau peristiwa atau situasi yang meliputi: (a) ketidakmampuan individu untuk mengintegrasikan pengalaman emosionalnya, (b) pengalaman individu secara subjektif yang mengancam hidup,kebutuhan jasmaniah , atau kesehatan jiwanya”.

Pada kesempatan ini sekolah SMP Negeri 1 Batang Kuisyang memiliki berbagai macam latar belakang setiap siswanya. Dan dalam pelaksanaan observasi peneliti belum menemukan atau mendapatkan informasi siswa yang pernah mengalami trauma.

Kondisi tersebut diatas, apabila tidak mendapatkan penanganan yang lebih intensif dikhawatirkan akan menjadi beban dalam hidup terhadap siswa dan menghambat tercapainya tujuan pendidikan khususnya SMP Swasta Azizi Medan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan sikap bimbingan serta perhatian terhadap bahaya dari pada Trauma. Hal ini merupakan langkah preventif yang akan lebih efektif dilaksanakan semenjak awal yaitu semenjak siswa tersebut berada dikelas VIII SMP.

Berdasarkan uraian di atas, maka dalam penyusunan Proposal ini penulis tertarik untuk meneliti: “Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Dalam Mengendalikan Emosi Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2017/2018”.

B. Identifikasi Masalah

Dari Latar Belakang Masalah Diatas dapat teridentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan tentang bagaimana cara mengendalikan emosi
2. Belum mampu dalam bagaimana cara mengkspresikan emosi
3. Kurangnya pengendalian diri dalam megentrol emosionalnya
4. Banyak factor yang menjadikan siswa semakin sering mengekspresikan emosionalnya secara negative.
5. Belum diterapkan Konseling Individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosinya.

C. Batasan Masalah

Agar tidak terjadi permasalahan yang kompleks dan kesalah pahaman maka perlu diadakan pembatasan masalah. Adapun batasan masalah yang diambil peneliti dalam penelitian ini meliputi layanan konseling individual untuk membantu dalam mengendalikan emosi siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Bagaimana penerapan layanan konseling individual untuk membantu dalam mengendalikan emosi siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018?”

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui penerapan layanan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Sebagai bahan kajian dan bahan masukan untuk dunia pendidikan dan dapat dijadikan rujukan untuk peneliti lain dalam pengembangan penelitian serupa dikemudian hari dalam hal Menerapkan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Dalam Mengendalikan Emosi .

2. Secara Praktis

- a. Bagi Konselor, sebagai bahan pertimbangan untuk menjalankan program kerja konselor disekolah
- b. Bagi Siswa, sebagai bahan bacaan dan sumber informasi agar siswa mampu mengendalikan emosi.
- c. Bagi peneliti, sebagai bekal ilmu dan penambah wawasan sebagai calon konselo agar mampu diterapkan di dalam dunia kerja.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Bimbingan Konseling

1.1 Pengertian Bimbingan

Jika dilihat berbagai sumber akan dijumpai pengertian-pengertian yang berbeda mengenai bimbingan, tergantung dari jenis sumbernya dan yang merumuskan pengertian tersebut. Perbedaan tersebut disebabkan hanyalah oleh perbedaan tekanan atau dari sudut pandang saja.

Menurut Prayitno dan Amti (2009:94) Bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang, laki-laki atau perempuan yang memiliki kepribadian yang memadai dan terlatih dengan baik kepada individu-individu setiap usia untuk membantunya mengatur kegiatan hidupnya sendiri, mengembangkan pandangan hidupnya sendiri, membuat keputusan sendiri, dan menanggung bebannya sendiri.

Dengan demikian dia akan dapat menikmati kebahagiaan hidupnya dan mampu mengambil keputusannya yang tepat didalam kehidupannya dan mampu menanggung beban dalam hidupnya.

Dari uraian diatas tentang Bimbingan adalah bantuan kepada individu agar dapat memahami dirinya sendiri secara wajar.

Menurut Bimo Walgito (2010:6) Bimbingan ialah “merupakan suatu pertolongan yang menuntun. Bimbingan merupakan suatu tuntunan. Hal ini mengandung pengertian bahwa dalam memberikan bimbingan bila keadaan menuntut, kewajiban dari pembimbing untuk memberikan bimbingan secara aktif yaitu memberikan arah kepada yang dibimbingnya”.

Dari uraian diatas tentang bimbingan adalah pemberian bimbingan atau pertolongan diutamakan kepada yang dibimbing.

Menurut Prayitno dan Amti (2009:95) Bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyesuaian yang bijaksana. Bantuan itu berdasarkan atas prinsip demokrasi yang merupakan tugas dan hak setiap individu untuk memilih jalan hidupnya sejauh tidak mencampuri hak orang lain. Kemampuan membuat pilihan seperti itu tidak diturunkan (diwarisi), tetapi harus dikembangkan.

Dari uraian diatas tentang Bimbingan adalah proses pemberian bantuan dan dituntut untuk mengambil keputusan sendiri.

1.2 Fungsi Bimbingan

Dalam Kelangsungan perkembangan dan kehidupan manusia, berbagai pelayanan diciptakan dan diselenggarakan, adapun salah satunya adalah fungsi bimbingan dan konseling.

Menurut Prayitno dan Eman (2009:197) fungsi bimbingan dan konseling terbagi dari 7 bagian yaitu:

- a. *pemahaman*, yaitu membantu peserta didik atau (siswa) agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama).
- b. *Preventif*, yaitu upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh peserta didik (siswa)
- c. *Pengembangan*, berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan siswa.

- d. *Perbaikan (penyembuhan)*, fungsi bimbingan yang bersifat kuratif, fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir.
- e. *Penyaluran*, yaitu fungsi bimbingan dalam membantu individu memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan atau program studi, dan memantapkan penguasaan karir atau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat, keahlian dan ciri-ciri kepribadian lainnya.
- f. *Adaptasi*, fungsi bimbingan yang membantu para pelaksana pendidikan khususnya konselor, guru atau dosen untuk mengadaptasikan program pendidikan terhadap latar belakang pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan individu (siswa)
- g. *Penyesuaian*, fungsi bimbingan dalam membantu (siswa) agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap program pendidikan, peraturan, sekolah atau norma agama.

Dari uraian diatas bahwa fungsi Bimbingan mencakup aspek perkembangan siswa dalam mencapai tugas perkembangannya untuk kehidupan selanjutnya.

Menurut Pastiria Sembiring (2015:20-22), Fungsi bimbingan dan konseling terbagi menjadi 12 Aspek yaitu (1) Fungsi Pemahaman (2) Fungsi Preventif (3) Fungsi Pelayanan Orientasi (4) Fungsi Pengembangan (5) Fungsi Penyembuhan (6) Fungsi Penyaluran (7) Fungsi Adaptasi (8) Fungsi Penyesuaian (9) Fungsi Perbaikan (10) Fungsi Fasilitasi (11) Fungsi Pemeliharaan.

1.3 Tujuan Bimbingan

Setiap apa yang dilakukan dalam hal membimbing atau menasehati pasti memiliki tujuan atau hal yang ingin tercapai .

Menurut Syamsu dan Juntika (2010:13), tujuan pemberian layanan bimbingan ialah agar siswa dapat: (1) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang; (2) mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin; (3) menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat serta lingkungan kerjanya; (4) mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi,penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerja.

Tujuan bimbingan Menurut Pastiria Sembiring (2015:18) membantu individu atau peserta didik agar memiliki kesadaran diri, yaitu menggambarkan penampilan dan mengenal akan dirinya, dapat mengembangkan sikap positif, memiliki rasa tanggung jawab

Dari uraian diatas tujuan bimbingan adalah untuk membantu siswa dalam mengatasi permasalahan dalam menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan.

1.4 Pengertian Konseling

Konseling merupakan terjemahan dari counseling, yaitu bagian dari bimbingan, baik sebagai pelayanan maupun secara teknik pelayanan konseling merupakan jantung dari usaha layanan bimbingan secara keseluruhan.

Menurut Achmad Juntika Nurihsan (2010:10) konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antar konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.

Dari uraian diatas konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu secara pribadi dan mampu mandiri berdasarkan nilai-nilai yang berlaku.

Dengan demikian pengertian konseling menurut Singgih D. Gunarsa (2011:19) “suatu proses yang terjadi dalam hubungan pribadi antara seseorang yang mengalami kesulitan dengan seseorang yang profesional yang latihan dan pengalamannya mungkin dapat dipergunakan untuk membantu orang lain mampu memecahkan persoalan pribadinya.

Oleh karena itu konseling merupakan bentuk khusus dari usaha bimbingan yaitu pelayanan yang diberikan oleh konselor kepada seseorang yang membutuhkan dalam memecahkan persoalan pribadinya.

Dari uraian diatas konseling adalah kontak antara dua orang untuk tujuan yang berguna bagi konseli.

Menurut Bimo Walgito (2010:8) Konseling ialah “Merupakan bantuan yang diberikan kepada individu untuk memecahkan masalah kehidupannya dengan cara wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya”.

Dari uraian diatas konseling adalah usaha membantu konseli/klien teratasnya masalah yang dihadapi dengan melalui wawancara.

Menurut Prayitono dan Amti (2009:100) konseling ialah “suatu proses dimana konselor membantu konseli membuat interpretasi-interpretasi tentang fakta-fakta yang berhubungan dengan pilihan, rencana, atau penyesuaian-penyesuaian yang perlu dibuatnya”.

Dari uraian diatas konseling adalah proses pemberian bantuan agar klien bertanggung jawab sendiri atas persoalan dengan pilihan-pilihan dengan penyesuaiannya.

Menurut Achmad Juntika Nurihisan (2010:10) Konseling adalah “proses belajar yang bertujuan agar konseli (siswa) dapat mengenal diri sendiri, menerima diri sendiri serta realistis dalam proses penyesuaian dengan lingkungannya”.

Dari uraian diatas konseling adalah membantu konseli (siswa) dapat mengenal kepribadiannya secara utuh dan menyeluruh untuk menyesuaikan dirinya.

1.5 Tujuan Konseling

Konseling memberikan bantuan kepada individu (siswa) untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku.

Menurut Achmad Juntika Nurhisan (2010:11) Tujuan konseling ialah “Membantu individu untuk interpretasi fakta-fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang”.

Menurut Pastiria Sembiring (2015:19) tujuan bimbingan dan konseling adalah memiliki komitmen yang kuat dalam mengoptimalkan nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki sifat toleransi, pemahaman tentang irama hidup, penerimaan diri, sikap positif atau respek, memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan, respek terhadap orang lain, rasa tanggung jawab, berinteraksi sosial, menyelesaikan konflik, mengambil keputusan, merencanakan kegiatan studi, mengembangkan seluruh potensi, menyesuaikan diri dilingkungan pendidikan, mengatasi hambatan

Dari uraian diatas tujuan konseling ialah membantu konseli (siswa) untuk bertanggung jawab atas kehidupan nanti dan kehidupan yang akan datang.

1.6 Bimbingan Konseling Disekolah

Kegiatan Penyusunan bimbingan konseling disekolah, perlu di persiapkan dengan baik, kegiatan menyusun program bimbingan dan konseling disekolah adalah seperangkat kegiatan yagn dilakukan merlalui berbagai survey, untuk

mengetahui tujuan, kebutuhan, kemampuan sekolah, serta persiapan sekolah untuk melaksanakan program bimbingan dan konseling.

Ada beberapa kegiatan bimbingan dan konseling mengacu kepada sasaran pelayanan yang lebih luas, sehingga mencakup siswa disekolah dan warga masyarakat.

Layanan konseling yang diberikan kepada peserta didik untuk belajar dengan efektif. Efektivitas konseling dapat tercapai bila seorang konselor atau guru pembimbing melaksanakan pola BK 17 Plus antara lain: enam bidang bimbingan, Sembilan jenis layanan, dan enam kegiatan pendukung.

Adapun menurut Prayitno (2004:1) menguraikan bimbingan konseling disekolah sebagai berikut:

1. Bidang Bimbingan

- a. Bidang pengembangan kehidupan pribadi adalah pelayanan bidang pribadi yang beriman dan bertaqwa terhadap tuhan yang Maha Esa.
- b. Bidang pengembangan kehidupan sosial adalah untuk membantu siswa memahami diri dalam kaitannya dengan lingkungan dan etika pergaulan yang dilandasi budi pekerti luhur dan tanggung jawab sosial.
- c. Bidang pengembangan kegiatan belajar adalah membantu siswa untuk mengenal, menumbuhkan dan mengembangkan diri.
- d. Bidang pengembangan karir adanya kegiatan dimana siswa melakukan atau memikirkan apa yang ingin mereka capai sesudah tamat sekolah.

- e. Bidang pengembangan kehidupan berkeluarga yaitu perkembangan individu yang meliputi beberapa peranan, termasuk dari peranan mereka dalam sebuah keluarga mereka.
- f. Bidang pengembangan kehidupan keberagaman adanya kepercayaan yang dimiliki masing-masing dari mereka, yang memungkinkan mereka menjadi pribadi yang baik.

Dari uraian diatas terdapat enam bidang bimbingan dalam bimbingan Konseling, yaitu: Bidang pengembangan kehidupan pribadi, bidang pengembangan kehidupan sosial, bidang pengembangan kegiatan belajar, bidang pengembangan karir, bidang pengembangan kehidupan berkeluarga, dan bidang pengembangan kehidupan keberagaman.

2. Jenis Layanan Bimbingan Konseling

- a. Layanan Orientasi adalah layanan bimbingan yang dilakukan untuk memperkenalkan siswa baru dan atau seseorang terhadap lingkungan yang baru dimasukinya.
- b. Layanan informasi adalah bermaksud memberikan pemahaman kepada individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang perlu diperlakukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan.
- c. Layanan penempatan dan penyaluran adalah wadah atau kegiatan yang dapat dimanfaatkan untuk pengembangan bakat, kemampuan dan minat serta hobi.

- d. Layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan kepada individu sendiri ataupun kelompok untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar.
- e. Layanan konseling individual adalah sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien.
- f. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok.
- g. Layanan konseling kelompok adalah layanan konseling perorangan yang dilakukan pada suasana kelompok.
- h. Layanan konsultasi merupakan layanan konseling yang dilaksanakan oleh konselor terhadap seseorang pelanggan.

Layanan mediasi merupakan layanan konseling yang dilaksanakan konselor terhadap dua pihak atau lebih yang sedang dalam keadaan saling tidak menemukan kecocokan.

3. Kegiatan Pendukung

- a. Aplikasi instrumentasi bermaksud mengumpulkan data dan keterangan tentang siswa / konseli baik secara individu maupun kelompok.
- b. Himpunan data yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk menghimpun seluruh data dan keterangan yang relevan dengan keperluan pengembangan siswa
- c. Konferensi kasus yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk membahas permasalahan yang dialami oleh siswa, klien, dan

konseli dalam suatu forum pertemuan yang dihadiri oleh berbagai pihak.

- d. Kunjungan rumah yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk memperoleh data, keterangan, kemudahan, dan komitmen, bagi terentaskannya permasalahan siswa melalui kunjungan rumah.
- e. Tampilan kepustakaan yaitu adanya penjelasan asal pengambilan data mana adanya isi dari penjelasan yang kita ambil.
- f. Alih tangan kasus yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk mendapatkan penanganan yang lebih tepat dan tuntas atas masalah yang dialami peserta didik klien/konseli dengan memindahkan penanganan kasus dari pihak ke pihak lainnya.

Dari uraian di atas terdapat enam kegiatan pendukung dalam bimbingan dan konseling, yaitu aplikasi instrument, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, tampilan kepustakaan, dan alih tangan kasus.

2. Konseling Individual

2.1 Pengertian Konseling Individual

Konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara konselor dan seorang klien.

Menurut Dewa Ketut dan Kusmawati (2008:62) Konseling Individual “ialah ‘pelayanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien/konseli) mendapatkan pelayanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing (konselor) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dideritanya”.

Dari uraian diatas konseling individual adalah pemberian layanan secara tatap muka yang dilakukan antara konselor dengan konseli dalam rangka mengentaskan permasalahannya.

Lebih lanjut sukardi dan Kusmawati (2008:62) pelayanan konseling memungkinkan siswa (konseli) mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing (konselor) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya.

Dari uraian diatas bahwa pembahasan dalam rangka pengentasan permasalahan dilakukan secara mendalam.

Menurut Prayitno (2012:105) Konseling individu adalah “layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.

Dari uraian diatas konseling individual adalah pemberian bantuan secara khusus antara konselor dengan klien.

Menurut Tohirin (2013:157) Konseling Individual adalah “layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien”

Menurut Dina, (2012) Bahwa “Konseling individual merupakan bentuk layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah Klien”.

Dari uraian diatas konseling individual adalah layanan konseling yang diselenggarakan dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.

2.2 Fungsi Konseling Individual

Pelayanan konseling mengemban sejumlah fungsi yang hendak dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatannya untuk semua klien atau pengguna.

Menurut Abu Bakar M.Luddin (2011:146) Fungsi-fungsi konseling individual sebagai berikut: Fungsi Pemahaman, Pencegahan, Pengentasan, Pemeliharaan Pengembaga dan Advokasi.

Lebih lanjut Abu Bakar M.Luddin (2001:146) menguraikan masing-masing fungsi konseling individual sebagai berikut:

- 1) Fungsi Pemahaman, yaitu pelayanan konseling dimanfaatkan untuk memahami diri klien, permasalahan dan lingkungannya.
- 2) Fungsi Pencegahan, yaitu pelayanan konseling dimanfaatkan untuk menghindarkan individu-individu dari permasalahan-permasalahan yang mungkin akan menimpahnya.
- 3) Fungsi pengentasan, yaitu pelayanan konseling dimanfaatkan untuk membantu individu terlepas dari permasalahan yang dihadapinya.
- 4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembaga, yaitu pelayanan konseling dimanfaatkan untuk memelihara dan mengembangka segala yang baik yang ada pada diri individu, baik berupa potensi sebagai bawaan ataupun hasil perkembangan yang akan diperoleh dari bawaan ataupun hasil perkembangan yang akan diperoleh dari belajar
- 5) Fungsi Advokasi, yaitu pelayanan konseling dimanfaatkan untuk memberikan perlindungan pada individu dan tindakan yang tidak adil

yang dikenakan pada mereka , terutama perlindungan terhadap hak pendidikan anak.

2.3 Tujuan Konseling Individual

Adapun Menurut Prayitno (2012:108) “Tujuan Konseling Individual terbagi menjadi 2 bagian yaitu Tujuan Umum dan Tujuan Khusus”.

Lebih lanjut Prayitno (2012:108) Menguraikan Tujuan Umum dan Khusus Konseling Individual sebagai berikut:

- a. Tujuan umum konseling individual ialah Terentasnya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) suatu yang diinginkan dihilangkan atau , dan (c) sesuatu yang dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud; atau, meniadakan keberadaan sesuatu yang dimaksud; dan/atau mengurangi intensitas hambatan dan/atau kerugian yang ditimbulkan oleh suatu yang dimaksudkan itu. Dengan layanan konseling individual beban klien , diringankan, kemampuan klien ditingkatkan, potensi klien dikembangkan, tujuan umum layanan konseling individual adalah pengentasan masalah klien, dan dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini.
- b. Tujuan Khusus konseling individual ialah dalam rangka tujuan umum itu, tujuan layanan konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling secara menyeluruh diembannya.

Pertama , melalui layanan konseling individual klien memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komperhensif , serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman), kedua pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan). Pemahaman dan pengentasan masalah merupakan focus yang sangat khas, konkrit dan langsung ditangani dalam layanan konseling individual.

Dalam Pelaksanaan konseling individual ada Sembilan azas yang perlu di aplikasikan: Azas kerahasiaan, azas kesukarelaan, azas keterbukaan, azas kemandirian, azas kegiatan, azas kedinamisan, azas keterpaduan, azas kenormatifan, azas ahli tangan kasus.

Selanjutnya menurut Achmad Juntika Nurihsan (2011:11) Tujuan Konseling Individual ialah “ Memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku.

2.4 Teknik Konseling Individual

Menurut Abu Bakar M.luddin (2012:42) ada beberapa teknik dasar yang biasanya dihunakan dalam konseling individual, yaitu: perilaku attending, empat, refleksi, eksplorasi, menangkap pesan utama, bertanya untuk membuka percakapan, bertanya tertutup, dorongan minimal, interpretasi, mengarahkan, menyimpulkan sementara, memimpin, focus, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan, diam, mengambil inisiatif, member nasihat, pemberian informasi, merencanakan, dan menyimpulkan.

Lebih lanjut Abu Bakar M.Luddin (2012:42) menguraikan masing-masing teknik layanan konseling individual sebagai berikut:

- a. Prilaku *Attending* (perhatian/menghampiri konseli adalah keterampilan/teknik yang digunakan konselor untuk memusatkan perhatian kepada klien agar klien merasa dihargai dan terbina suasana yang kondusif sehingga klien bebas mengekspresikan/mengungkapkan tentang apa saja yang ada dalam pikiran, perasaan ataupun tingkah lakunya.
- b. Empati merupakan kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berfikir bersama klien dan bukan untuk tentang klien.
- c. Refleksi adalah teknik yang digunakan konselor untuk memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pikiran dan pengalaman klien
- d. Eksplorasi adalah suatu keterampilan konselor untuk menggali perasaan pengalaman dan pikiran klien
- e. Menangkap pesan utama (*paraphrasing*), *paraphrase* merupakan suatu metode untuk menyatakan kembali pesan klien dengan kata-kata yang lebih pendek dan benar.
- f. Bertanya untuk membuka percakapan (*open Question*) kebanyakan calon konselor sulit untuk membuka percakapan dengan klien.
- g. Bertanya tertutup (*Closed Question*), yaitu bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dimulai dengan kata-kata apakah, adakah, dan harus dijawab klien dengan ya atau tidak atau dengan kata-kata singkat.
- h. Dorongan minimal (*Minimal Encouragement*) adalah suatu dorongan langsung yang terhubung dengan isyarat, anggukan, sepetah kata atau suara tertentu, gerakan anggota badan atau pengulangan kunci yang

menunjukkan bahwa konselor mempunyai perhatian dan ikut serta dalam pembicaraan klien.

- i. Interpretasi, upaya konselor untuk mengulas pemikiran, perasaan dan perilaku/pengalaman klien dengan merujuk pada teori-teori, sifat-sifat subjektif konselor tidak termasuk kedalam interpretasi.
- j. Mengarahkan (*Directing*), untuk mengajak klien berpartisipasi secara penuh didalam proses konseling, perlu ada ajakan dan maksud tersebut adalah mengarahkan.
- k. Menyimpulkan sementara (*Sumarrizing*), supaya pembicaraan maju secara bertahap dan arah pembicaraan makin jelas, maka setiap periode waktu tertentu konselor bersama klien perlu menyimpulkan pembicaraan.
- l. Memimpin (*Leading*), agar pembicaraan dalam wawancara konseling tidak melantur atau menyimpang, seorang konselor harus mampu memimpin arah pembicaraan sehingga nantinya mencapai tujuan.
- m. Focus, seseorang konselor yang efektif harus mampu membuat focus melalui perhatiannya yang terseleksi terhadap pembicaraan dengan klien.
- n. Konfrontasi adalah suatu teknik yang menantang klien untuk melihat adanya diskrepansi (perbedaan).
- o. Menjernihkan (*Clarifying*) dan memberikan penafsiran, menjernihkan adalah suatu keterampilan untuk, menjernihkan ucapan-ucapan klien yang semar-semar.

- p. Memudahkan (*Facilitating*) adalah suatu keterampilan membuka komunikasi agar klien mudah berbicara dengan konselor dan menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas.
- q. Diam, diam amat penting dengan cara attending .
- r. Mengambil inisiatif, perlu dilakukan konselor manakala klien kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam dan kurang partisipatif.
- s. Memberi nasihat, Pemberian nasihat sebaiknya dilakukan jika klien memintanya karena pemberian nasihat bukanlah fungsi konseling yang tepat dan memadai.
- t. Pemberian informasi, banyak kesempatan yang baik digunakan untuk memberikan informasi yang diperlukan oleh klien.
- u. Merencanakan, menjelang akhir sesi konseling seseorang konselor harus dapat membantu klien untuk dapat membuat rencana berupa suatu program untuk action.
- v. Menyimpulkan adalah proses menyatukan semua yang telah dikomunikasikan selama pertemuan konseling.

Menurut Singgih D. Gunarsa (2011:107) Teknik Konseling secara umum yang dikenal dengan: Tiga pendekatan Tradisional dalam konseling (*The Three Traditional Approaches*), Yaitu: Pendekatan (teknik langsung), tidak langsung dan eklektik (*directive, non-directive and eclectic*).

Lebih lanjut Singgih D. Gunarsa (2011:107) menguraikan masing-masing teknik layanan konseling individual sebagai berikut:

- a. Pendekatan Langsung (*Directive Approach*) juga disebut sebagai pendekatan terpusat pada konselor untuk menunjukkan bahwa dalam interaksi ini, konselor lebih banyak berperan untuk menentukan sesuatu.
- b. Pendekatan tidak Langsung (*Non Directive Approach*) menitikberatkan penerimaan pada klien, pembentukan suasana positif yang netral, percaya kepada kebijaksanaan klien, sikap membolehkan dan mempergunakan penjelasan-penjelasan dari dunia klien sebagai teknik utama.
- c. Pendekatan Eklektik secara terminology dalam konseling dan psikoterapi yang memilih teori yang lebih baik atau berguna dari macam-macam teori, metode dan pengalaman-pengalaman praktik, untuk dipergunakan bersama-sama dalam menghadapi klien. Tidak hanya meliputi dua pendekatan yang sering dipakai dalam konseling, yakni pendekatan langsung dan tidak langsung.

3. Emosi

3.1 Pengertian Emosi

Emosi berasal dari kata *e* yang berarti energi dan *motion* yang berarti getaran. Emosi bisa dikatakan sebagai sebuah energi yang terus bergerak dan bergetar.

Manusia adalah makhluk yang memiliki rasa dan emosi. Hidup manusia diwarnai dengan emosi dan berbagai macam perasaan. Manusia sulit menikmati hidup secara optimal tanpa memiliki emosi. Manusia bukanlah manusia, jika tanpa emosi. Kita memiliki emosi dan rasa, karena emosi dan rasa menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan kita sebagai manusia.

Ahli psikologi memandang manusia adalah makhluk yang secara alami memiliki emosi.

Menurut Triantoro dan Nofrans (2009:11) emosi adalah keadaan jiwa yang menampakkan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada tubuh. Emosi setiap orang adalah mencerminkan keadaan jiwanya, yang akan tampak secara nyata pada perubahan jasmaninya.

Lebih Lanjut Triantoro dan Nofrans (2009:12) merumuskan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mandalam sifatnya, dan perubahan perilaku. Emosi merupakan keadaan yang ditimbulkan oleh situasi tertentu. Emosi cenderung terjadi dalam kaitannya dengan perilaku yang mengarah atau menyingkir terhadap sesuatu.

Dari uraian diatas pengertian emosi adalah keadaan jiwa yang dibarengi dengan perubahan tubuh yang tampak dan perubahan perilaku yang cenderung terjadi dan perilaku mengarah atau menyingkir terhadap sesuatu.

Menurut Triantoro dan Nofrans (2009:15) Emosi menurut pandangan teori kognitif, Emosi lebih banyak ditentukan oleh hasil interpretasi kita terhadap sebuah peristiwa.

Pada dasarnya emosi memiliki banyak keunggulan , di antaranya sebagai berikut:

- a. Emosi adalah bentuk komunikasi yang dapat memengaruhi orang lain.

Guratan ekspresi yang terlihat pada raut muka seseorang adalah bagian dari emosi. Sejak dahulu di dalam kehidupan masyarakat primitive, dan di dalam dunia buas binatang, guratan ekspresi merupakan bentuk komunikasi seperti kata-kata

- b. Emosi dapat mengorganisasi dan memotivasi tindakan. Emosi secara teoretis dapat memotivasi perilaku. Pada situasi yang penting, emosi dapat

bereaksi dalam menghadapi situasi tersebut. Kita tidak perlu untuk mempersiapkan segala sesuatunya untuk menghadapi situasi tersebut karena emosi akan mempersiapkan segalanya untuk dapat melewati rintangan yang ada dalam pikiran kita dan yang ada di lingkungan kita.

Menurut Sarlito W.S (2005:114-115) Bahwa emosi merupakan “setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif baik pada tingkat lemah (dangkal) maupun pada tingkat yang luas (mendalam)”.

Menurut Slamet Dwi Priatmoko (2011) Emosi adalah perasaan subjektif individu yang sering kali berkaitan dengan ekspresi raut muka maupun gerak tubuh dan mengandung perasaan-perasaan yang membangkitkan maupun memotivasi dan diri individu.

Kemudia Menurut santoso (2008:8) menjelaskan emosi adalah suatu pola perubahan individu yang kompleks dan mencakup pembangkitan fisiologis, perasaan-perasaan subjektif, proses-proses kognitif dan reaksi-reaksi tingkah laku.

Dari uraian diatas pengertian emosi adalah keadaan diri seseorang disertai warna afektif dan perasaan subjektif perubahan yang kompleks berkaitan dengan ekspresi raut muka serta perasaan-perasaan subjektif dan reaksi-reaksi tingkah laku.

3.2 Ciri-Ciri Emosi

Menurut Slamet Dwi Priatmoko (2011) menjelaskan bahwa emosi mempunyai cirri-ciri sebagai berikut: (1) lebih bersifat subjektif dari peristiwa psikologis lainnya, seperti pengamatan dan berfikir, (2) bersifat fluktuatif (tidak tepat), (3) banyak bersangkutan paut dengan peristiwa pengenalan panca indera.

Slamet juga menjelaskan bahwa emosi dapat dikelompokkan menjadi 2 bagian, yaitu:

1. Emosi Sensoris, Yaitu emosi yang ditimbulkan oleh rangsangan dari luar terhadap tubuh seperti: rasa dingin, manis, lelah, sakit, Kenyang, dan lapar.
2. Emosi Psikis, yaitu emosi yang mempunyai alasan-alasan kejiwaan. Yang termasuk emosi ini diantaranya, (1) Perasaan Intelektual, (2) Perasaan Sosial, (3) Perasaan Susila, (4) Perasaan Keindahan (Estesis), (5) Perasaan Ketuhanan.

Lebih lanjut Slamet menjelaskan masing-masing dari Emosi Psikis sebagai berikut:

- (1). Perasaan Intelektual yaitu perasaan yang mempunyai sangkut paut dengan ruang lingkup kebenaran
- (2). Perasaan Sosial yaitu perasaan yang menyangkut hubungan dengan orang lain yang ada disekitarnya.
- (3). Perasaan Susila yaitu perasaan yang berhubungan dengan nilai-nilai baik dan buruk atau etika (norma)
- (4). Perasaan Keindahan (estesis) yaitu perasaan yang berkaitan erat dengan keindahan dari sesuatu, baik bersifat kebendaan maupun kerohanian.
- (5). Perasaan Ketuhanan yaitu merasa sebagai salah satu manusia sebagai makhluk tuhan yang dianugrahi fitrah (kemampuan atau perasaan) untuk mengenal tuhan.

Selain itu Slamet (2011) mengemukakan bahwa ada empat ciri emosi, yaitu:

1. Pengalaman Emosional bersifat pribadi dan Subjektif.
2. Adanya perubahan Aspek jasmaniah
3. Emosi diekspresikan dalam perilaku
4. Emosi sebagai motif.

Dari uraian diatas cirri-ciri emosi adalah bersifat subjektif dan bersifat fluktuatif dan yang bersangkutan pada panca indera, serta emosi sensoris dan emosi psikis. Emosi psikis terbagi menjadi 4 bagian yaitu perasaan intelektual, sosial ,susila, keindahan (estesis) dan perasaan ketuhanan.

3.3 Upaya Membantu Mengendalikan Emosi

Adanya kondisi emosi yang tinggi pada remaja, membuat remaja dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mentalnya menjadi terhambat, untuk itu perlunya suatu bentuk pengendalian emosi agar emosi yang timbul dapat tersalurkan dengan baik dan dapat memaksimalkan potensi yang dimiliki remaja.

Menurut Slamet Dwi Priatmoko (2011) menjelaskan bahwa pengendalian emosi merupakan suatu bentuk usaha yang menitik beratkan pada penekanan reaksi yang tampak terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi, dan mengarahkan energi emosi tersebut ke suatu bentuk ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima oleh lingkungan.

Selaian itu slamet (2011) menyatakan bahwa belajar mengendalikan emosi merupakan tanda perkembangan kepribadian yang menentukan apakah seseorang sudah beradab apa belum. Dari uraian diatas mengendalikan diri adalah usaha menitik beratkan pada penekanan reaksi terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi dan merupakan tanda perkembangan kepribadian.

Selanjutnya Slamet (2011) menjelaskan tentang cirri-ciri orang yang bisa mengendalikan emosi yaitu:

1. mempunyai kemampuan untuk memotivasi diri
2. mampu bertahan menghadapi frustrasi
3. mampu mengendalikan hawa nafsu,
4. menjaga agar tidak stress yang dapat melumpuhkan kemampuan berfikir
5. mampu menyelesaikan masalah atau konflik sendiri dengan baik
6. mampu membaca dan memahami perasaan orang lain
7. berhubungan dengan kasih sayang, politik, organisasi, produktivitas, lebih berhasil.
8. mempunyai kemampuan untuk memantau perasaan diri sendiri dan orang lain dari waktu ke waktu
9. mampu mengelola emosi dalam situasi apapun
10. tidak penakut, tidak gelisah, bermoral , tegas, sosial, hangat, mampu menyesuaikan diri, terbuka, mandiri, amanah, bijaksana, adil dan sebagainya.

Dari uraian diatas ciri-ciri orang yang bisa mengendalikan emosi adalah mampu mengendalikan diri dalam situasi apapun dan bersikap dapat diterima oleh lingkungan sosial

3.4 Jenis-Jenis Pengendalian Emosi

Menurut Slamet Dwi Priatmoko (2011) ada 2 jenis pengendalian emosi yang diantaranya:

1. Pengendalian Internal

Pengendalian internal adalah pengendalian emosi yang dilakukan oleh subjek dalam diri individu tersebut.

2. Pengendalian Eksternal

Pengendalian eksternal adalah pengendalian emosi yang dilakukan oleh orang-orang yang berada di lingkungan individu. Baik itu lingkungan keluarga, sekolah dan lain.lain.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pengendalian diri emosi ada 2 yaitu pengendalian emosi internal yang berperan aktif dalam mendendalikan dirinya secara pribadi dan eksternal pengendalian diri yang dilakukan dengan bantuan orang lain yang ada di sekitar individu yang emosinya ingin dikendalikan.

B. Kerangka Konseptual

Dari teori yang telah dikemukakan terlebih dahulu dalam kerangka teoritis, maka kerangka konseptual ini lebih berfokus terhadap masalah yang akan diuraikan yaitu tentang Layanan Konseling Individual untuk Membantu mengendalikan Emosi.

Layanan Konseling Individual kalau dilihat dari bentuk layanan adalah pelayanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien/konseli) mendapatkan pelayanan langsung tatap muka (secara perorangan) denga guru pembimbing (konselor) dalam rangka pembahasan dan pengentasa permasalahan pribadi yang dideritanya

Sedangkan untuk Tujuan Konseling Individual Tujuan umum konseling individual ialah Terentasnya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien

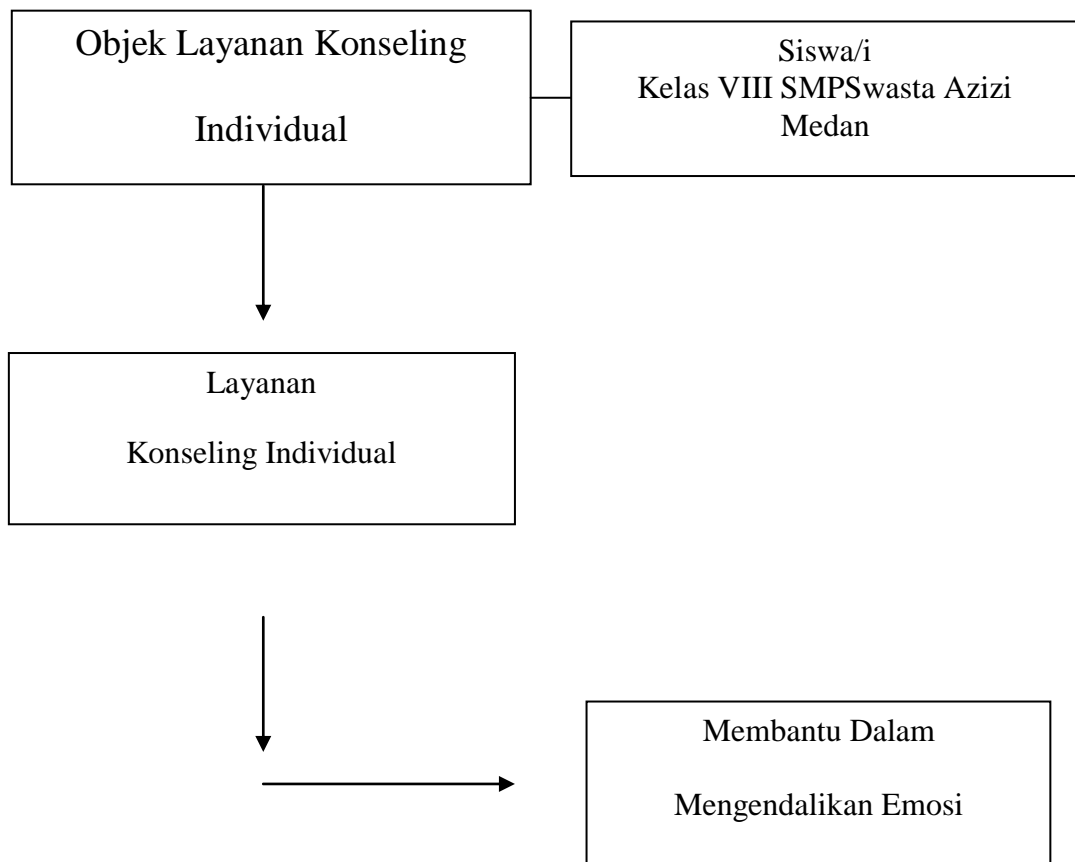
itu dicirikan sebagai (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) suatu yang diinginkan dihilangkan atau , dan (c) sesuatu yang dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud

Tujuan Khusus konseling individual ialah dalam rangka tujuan umum itu, tujuan layanan konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling secara menyeluruh di dalamnya. Pertama , melalui layanan konseling individual klien memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif , serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman), kedua pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan). Pemahaman dan pengentasan masalah merupakan fokus yang sangat khas, konkret dan langsung ditangani dalam layanan konseling individual.

Emosi sendiri diartikan sebagai tindakan dalam mengekspresikan perasaan yang ada dalam diri setiap masing-masing individu . tindakan ini dipengaruhi oleh responden tertentu dalam beberapa situasi tertentu. Tidak ada seseorang yang tidak pernah dalam mengekspresikan emosinya dalam situasi apapun, tetapi setiap orang berbeda-beda dalam mengekspresikan emosinya dan bagaimana cara seseorang untuk mengendalikan dirinya dalam emosi untuk mengekspresikannya.

Pemberian layanan ini dapat dilakukan dengan menggunakan layanan konseling individual, yang mana konseling individual ini adalah layanan yang dilakukan secara tatap muka terhadap konselor dan klien untuk membantu dalam menyelesaikan masalahnya dalam konteks tidak terlalu cepat dalam mengekspresikan emosionalnya.

**BAGAN KERANGKA
KONSEPTUAL**



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Yang beralamatkan di Jl. Desa Baru-Batang Kuis Kecamatan Batang Kuis Kabupaten Deli Serdang lokasi yang dijadikan penelitian adalah SMP Negeri 1 Batang Kuis Sumatera Utara.

Sesuai dengan judul penelitian yang penulis tetapkan maka lokasi penelitian ini menjadi tempat yang tepat sebagai penelitian kualitatif.

2. Waktu Penelitian

Adapun Waktu Penelitian ini dilakukan pada Tahun Pembelajaran 2017/2018, pada Bulan Juli sampai Bulan Oktober yaitu dengan jadwal penelitian sebagai berikut:

Tabel 3.1
Rencana Waktu Penelitian

| No | Kegiatan | Bulan / Minggu | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----------------------------------|----------------|---|---|---|---------|---|---|---|-----------|---|---|---|---------|---|---|---|
| | | Juli | | | | Agustus | | | | September | | | | Oktober | | | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Seminar Proposal | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Perbaikan Proposal | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Permohonan Surat Izin Penelitian | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Pengumpulan Data | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Pengolahan Data | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Penulisan Hasil Penelitian | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Bimbingan Penulisan Skripsi | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Acc Skripsi | | | | | | | | | | | | | | | | |

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek

Dalam sebuah penelitian penentuan populasi sebagai subjek penelitian merupakan hal yang penting. Menurut Arikunto (2010:131). Subjek adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti yang dijadikan sebagai sumber dalam suatu penelitian.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018 yang terdiri dari kelas 1 kelas yang berjumlah 23 siswa. Peneliti menggunakan subjek penelitian untuk menggali informasi kepada informan peneliti, dalam hal ini informan peneliti yang dimaksud adalah : kepala sekolah, wali kelas, dan guru bimbingan dan konseling, serta siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018.

Tabel 3.2

Subjek Penelitian

| Kelas | Jumlah Subjek |
|--------------|----------------------|
| VIII | 23 |

2. Objek

Jika hanya akan meneliti sebagai dari populasi, maka penelitian disebut penelitian sample. Menurut Arikunto (2006:131), Objek adalah sebagian dari populasi yang dipilih untuk sumber data dari sebuah penelitian.

Objek dalam penelitian ini adalah Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Dalam Mengendalikan Emosi Siswa/i Kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018.

Karena besarnya populasi yang ada dengan keterbatasan waktu, tenaga dan dana sehingga peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi yang ada. Oleh karena itu dengan jumlah populasi yang terdiri dari 1 kelas yang diambil dengan sampel bertujuan seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.:

Tabel 3.3
Objek Penelitian

| Kelas | Jumlah Populasi | Jumlah Siswa Yang Direkomendasikan |
|--------------|------------------------|---|
| VIII | 23 | 4 |
| Total | 23 | 4 Orang |

C. Variabel Penelitian

Di dalam penelitian ini variabel penelitiannya yaitu Konseling Individual Untuk Membantu Siswa dalam Mengendalikan Emosi Siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2017/2018.

D. Defenisi Operasional Variabel

Defenisi Operasional Variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Emosi

Perasaan didefenisikan sebagai gejala psikis yang bersifat subjektif berubungan dengan gejala mengenal, dialami dalam kualitas senang atau tidak senang dalam berbagai taraf. Selain tergantung dari stimulus dari luar, perasaan juga tergantung pada keadaan jasmani, perasaan juga tergantung pada keadaan dasar pribadi .

2. Konseling Individual

Konseling individu/perorangan adalah berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dengan klien (siswa) yang membahas berbagai masalah yang dialami klien.

E. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian ini, digunakan alat atau instrument dalam penelitian ini yaitu berupa observasi dan wawancara.

1. Observasi

Pada penelitian ini metode pengamatan yang dilakukan oleh penulis adalah metode observasi langsung di lapangan. Observasi adalah metode pengumpulan data dimana penulis mencatat informasi sebagaimana yang mereka saksikan selama penelitian. Penyaksian terhadap peristiwa-peristiwa itu bisa melihat, mendengar, merasakan yang kemudian dicatat sesubjektif mungkin.

Menurut Susilo dan Gudnanto (2013:47) membedakan bentuk-bentuk observasi menjadi observasi partisipatif, sistematis dan eksperimental.

Selanjutnya Susilo dan Gudnanto (2013:47) menguraikan bentuk-bentuk observasi yaitu sebagai berikut:

- a. Observasi Partisipatif, ialah observasi di mana orang yang mengobservasi (pengamat, observer) benar-benar turut serta mengambil bagian dalam kegiatan yang dilakukan oleh orang atau objek yang diamati.
- b. Observasi Sistematis ialah disebut juga observasi terstruktur, observasi dimana sebelumnya telah diatur struktur yang berisikan faktor-faktor yang telah diatur berdasarkan kategori masalah yang hendak diobservasi.

- c. Observasi eksperimental, ialah observasi yang dilakukan secara non partisipatif dan secara sistematis untuk mengetahui perubahan-perubahan atau gejala-gejala sebagai akibat dari situasi yang sengaja diadakan.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik observasi partisipan, mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti.

Adapun pedoman observasi yang dilakukan, sebagaimana diterakan pada tabel berikut ini:

Tabel 3.4
Pedoman Observasi

| No | Pertanyaan |
|----|--|
| 1 | Adakah siswa/i yang menampakan perilaku yang kurang baik |
| 2 | Adakah perilaku yang memunculkan perasaan emosi |
| 3 | Apakah ada siswa yang kontak fisik saat memunculkan emosi |
| 4 | Adakah siswa yang meluapkan emosi seketika itu bentuk emosi seperti apa yang ditimbulkan |
| 5 | Apakah ada siswa yang terlalu sering meluapkan perasaan emosinya |
| 7 | Adakah guru bimbingan konseling memberikan layanan konseling individual kepada siswa? |
| 8 | Apakah ada perubahan yang terjadi setelah siswa menerima layanan konseling individual. |

2. Wawancara

Wawancara atau interview mempunyai kesamaan dengan kuesioner dalam keduanya sebagai teknik pemahaman individu yang menggunakan daftar pertanyaan.

Menurut Susilo dan Gudnanto (2013:124) “wawancara adalah teknik untuk memahami individu (siswa) secara lisan, dengan mengadakan kontak langsung pada sumber data”. Pengertian ini mengandung makna:

- a. Teknik ini digunakan untuk memahami individu, yaitu siswa sebagai sasaran layanan bimbingan dan konseling
- b. Dilakukan secara lisan (tanya jawab) dengan menggunakan sejumlah daftar pertanyaan sebagai panduan komunikasi antara konseling dengan klien
- c. Pertanyaan secara lisan tersebut dilakukan dengan mengadakan kontak langsung dengan sumber data (klien yang bersangkutan, dan/orang lain yang terkait dengan masalah klien).

Menurut Susilo dan Gudnanto (2013:127) ditinjau dari beberapa hal, wawancara ada bermacam-macam jenis dibedakan menjadi empat yaitu (a) *The employment interview* (b) *Informational interview* (c) *administrative interview* (d) *Counseling interview*.

- a. The Employment interview, yaitu wawancara yang dijalankan dengan suatu maksud yang berhubungan dengan employment (pekerjaan)
- b. Informational Interview, yaitu wawancara yang ditujukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan, atau menyampaikan suatu informasi kepada interviewee
- c. Administrative Interview, yaitu wawancara yang dilakukan untuk keperluan administrasi. Misalnya untuk kesejahteraan organisasi dan untuk

mendapatkan perubahan-perubahan di dalam tindakannya, yaitu pimpinan membagi jam.

- d. Counseling Interview, yaitu wawancara yang dilakukan untuk kepentingan konseling. Wawancara ini khas digunakan dalam proses konseling, karena itu berbeda dengan wawancara lainnya. Kekhasan wawancara konseling adalah adanya masalah yang dihadapi oleh interview dan interviewer semampunya semaksimal mungkin untuk memecahkan masalah, bersifat therapeutic dan mempunyai keahlian khusus.

Dalam penelitian ini pendekatan yang dipilih adalah petunjuk umum wawancara orientasi mendalam (deeft interview), dengan instrument guide interview (check list). Alasan penggunaan model ini, untuk mencari dan mengungkapkan data sedalam-dalamnya dan sebanya-banyaknya, tentang rumusan yang ingin digali dalam penelitian.

Tabel 3.5
Pedoman Wawancara Dengan Siswa

| No | Pertanyaan | Deskripsi Jawaban |
|----|--|-------------------|
| 1 | Bagaimana kondisi tempat tinggal dikawasan rumah kamu | |
| 2 | Menurut kamu bagaimana keadaan ekonomi keluarga kamu | |
| 3 | seberapa sering kamu tersebut meluapkan emosi dan bagaimana siswa tersebut kamu mengelola emosi | |
| 4 | Bagaimana cara kamu dalam meluapkan emosi yang kamu rasakan | |
| 5 | Bagaimana yang kamu rasakan ketika orang lain membuatmu meluapkan emosi kamu | |
| 6 | Bagaimana jika emosional kamu meluap karena disebabkan orang lain | |
| 7 | Expresi seperti apa yang kamu luapkan saat sedang emosi | |
| 8 | Tahukah kamu dampak dari emosi tersebut bagi orang disekitarmu | |
| | Apakah emosi ini kamu anggap hal yang wajar bagi diri kamu dan orang lain | |
| | Apakah ada perasaan menyesal dalam diri kamu setelah mengekspresikan emosi kamu | |
| | Apakah kamu tahu apa itu konseling individual | |
| | Menurut kamu perlukah konseling individual ini diberikan kepada kamu untuk mengatasi emosi kamu yang kurang stabil | |
| | Apakah selama ini kamu sudah pernah mendapatkan layanan konseling individual | |

| | | |
|--|--|--|
| | Setelah kita berbincang-bincang dan dilakukannya konseling individual ini, apakah kamu merasakan ada perubahan yang terjadi dalam dirimu | |
| | Apakah setelah kita melakukan konseling individual ini, kamu masih ingin mengekspresikan/meluapkan emosi kamu yang kurang terkontrol. | |

F. Langkah-Langkah Penelitian

Dalam melakukan kegiatan penelitian ini, dibutuhkan langkah-langkah dalam menjalankan kegiatan penelitian. Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Melakukan Observasi

Untuk mendapatkan sumber data yang akurat dalam penelitian, dilakukan observasi lapangan terlebih dahulu. Peneliti dapat mengobservasi sekolah, guru bimbingan konseling juga siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2017/2018.

2. Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling

Peneliti dapat memberikan berbagai layanan dengan menggunakan konseling individual. Melalui konseling individual ini, dapat diketahui sejauh mana perkembangan atau perubahan dalam mengendalikan emosi siswa tersebut.

3. Melakukan Wawancara

Wawancara dapat membantu peneliti untuk mendapatkan data dan jawaban penelitian, yang mana dalam penelitian ini akan melihat penerapan

layanan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi siswa/i kelas VIII SMP Negeri 1 Batang KuisT.P 2017/2018.

4. Menyiapkan Hasil

Melalui observasi dan wawancara dan juga pemberian layanan dengan menggunakan konseling individual yang telah dilakukan, diharapkan siswa dapat mengetahui dan memahami bahwa mengendalikan emosi merupakan perilaku positif bila di ekspresikan dengan baik , bila tidak akan timbul perlakuan negative. Dan dengan adanya konseling individual ini dapat mengentaskan dalam mengendalikan emosi.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam penelitian kualitatif. Analisis data yang telah dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data dipakai untuk memberikan arti dari data-data yang telah terkumpul semua.

Analisis data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan. Jadi, analisis berdasar pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka. Penelitian kualitatif data yang terkumoul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa catatan lapangan dan komentar peneliti.

Berdasarkan uraian diatas, maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Mereduksi Data

Data yang terdapat dalam penelitian ini akan direduksi, agar tidak berumpuk-tumpuk guna memudahkan pengelompokan data serta memudahkan memudahkan dalam menyimpulkannya.

Mereduksi data artinya sebagai proses pemeliharaan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan tranformasi data kasar yang muncul dari catatan yang tertulis dari lapangan, mereduksi data berlangsung terus-menerus selama penelitian berlangsung.

2. Penyajian Data

Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan, hubungan antara kategori, flow chart dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk teks deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian, untuk selanjutnya dianalisis demi kepentingan pengambilan kesimpulan.

3. Mengambil Kesimpulan

Dari kesimpulan analisis data kualitatif terletak pada penulisan atau penuturan tentang apa saja yang dihasilkan, dapat dimengerti berkenaan dengan suatu masalah yang diteliti. Dari sinilah lahir kesimpulan atau permasalahan yang bobotnya tergolong komperhensif dan mendalam.

H. Pemeriksaan Atau Pengecekan Keabsahan Data

Keabsahan data yang diperoleh terutama dari hasil wawancara dan teknik triangulasi. Melalui tiangulasi data di cek kembali dengan kepercayaan sebagai

suatu informasi. Sugiono (2009:255) menjelaskan bahwa hal ini dapat dicapai dengan jalan:

1. Membandingkan data dari hasil wawancara
2. Membandingkan dengan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi
3. Membandingkan dengan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu.
4. Membandingkan keadaan dari perspektif orang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa itu sendiri, yang bisa menjawabnya adalah para pembaca laporan penelitian. Bila pembaca laporan memperoleh gambaran yang sedemikian jelas “semacam apa” sesuatu hasil penelitian di berlakukan tranferable maka laporan tersebut memenuhi standar transferability.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Gambaran Profil Sekolah

1.1 Profil Sekolah

SMP Negeri 1 Batang Kuis di Jl. Desa Baru – Batang Kuis Kecamatan Batang Kuis Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara, NPSN: 10213870 (Kode Pos: 20372) Telepon: (061 - 7381959). SMP Negeri 1 Batang Kuis didirikan pada tahun 1983, dan mulai beroperasi pada tahun 1984. Kepemilikan tanah atau status tanah milik pemerintah yang memiliki luas tanah 13. 528 M² dan sekarang SMP Negeri 1 Batang Kuis pada tahun 2017/2018 dipimpin oleh Bapak Drs. MUSIMIN. SMP Negeri 1 Batang Kuis adalah sekolah yang memiliki murid terbanyak tingkat Deli Serdang di Sumatera Utara. 30 ruang kelas yang digunakan dalam proses belajar mengajar, yang memiliki siswa/i ± 1.000 murid, selain itu ruangan lainnya adalah, Perpustakaan, Lab. IPA, Lab. Bahasa, Lab. Komputer, Ruang Keterampilan, Kesenian, UKS, WC Siswa dan lain-lain.

1.2 Visi dan Misi Sekolah

a. Visi Sekolah

Visi SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pelajaran 2017/2018 yaitu “Menjadikan sekolah yang bersih, berprestasi, berkarakter, dan berbudaya lingkungan”.

b. Misi Sekolah

Untuk mewujudkan visi tersebut ditetapkan misi SMP Negeri 1 Batang Kuis ini adalah:

Untuk mencapai visi tersebut sekolah menetapkan indikator sebagai berikut :

- a) Menciptakan lingkungan belajar,sekolah yang bersih dan nyaman
- b) Menciptakan prestasi akademik dan non akademis siswa,tenaga pendidik dan tenaga kependidikan.
- c) Menciptakan budaya karakter peserta didik,guru dan tenaga kependidikan melalui contoh perbuatan.
- d) Menciptakan budaya Peduli Lingkungan

1.3 Struktur Program Bimbingan dan Konseling

Adapun struktur program Bimbingan dan Konseling yang digunakan oleh SMP Negeri 1 Batang Kuis dan guru Bimbingan dan Konseling yang dibuat sesuai dengan keadaan yang ada yang berkaitan dengan kebutuhan yang diarahkan dengan kebutuhan bagi kelanjutan jalannya program Bimbingan dan Konseling.

Adapun gambar struktur program Bimbingan dan Konseling dapat dilihat di dalam lampiran.

1.4 Keadaan Data Guru SMP Negeri 1 Batang Kuis

Guru merupakan contoh teladan bagi murid, guru juga harus bertanggung jawab memberikan bimbingan dan bantuan kepada siswa/i dalam perkembangan jasmani dan rohani agar mencapai kedewasaan, guru juga melaksanakan kegiatan belajar mengajar kepada siswa agar mencapai tujuan pendidikan. SMP Negeri 1

Batang Kuis memiliki guru sebanyak kurang lebih 79 orang yang terdiri dari 32 orang guru pria dan 47 Orang guru wanita dan dapat dijelaskan melalui lampiran halaman:

Tabel 4.1

Data Guru SMP Negeri 1 Batang Kuis

| No | Data Guru | Banyak Guru |
|-------------|-----------|-------------|
| 1 | Pria | 32 Orang |
| 2 | Wanita | 47 Orang |
| Jumlah Guru | | 79 Orang |

1.5 Keadaan Guru Pembimbing SMP Negeri 1 Batang Kuis

Guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Batang Kuis, sebanyak 4 Orang yang mempunyai latar belakang pendidikan bimbingan dan konseling maupun yang tidak, untuk lebih jelasnya dapat di jelaskan sebagai berikut:

Tabel 4.2
Nama Guru Pembimbing

| No | Nama Guru | Latar Belakang Pendidikan | Jabatan | Siswa Asuh | |
|----|--------------------------|--|------------------------------------|--------------------------------------|-----------|
| | | | | Kelas | Jumlah |
| 1 | Anda Erlin Simbolon S.Pd | S1 Bimbingan dan Konseling | Guru Bimbingan dan Konseling | IX ³ -IX ⁹ | 225 Orang |
| 2 | Nurlia Yuwmawati S.Pd | S1 Ilmu Kurikulum Teknologi Pendidikan | Guru Bimbingan dan Konseling | VII ³ -VII ⁹ | 218 Orang |
| 3 | Rinto Rianto S.Pd | S1 Bahasa Indonesia | Kordinator Bimbingan dan Konseling | VIII ³ -VIII ⁹ | 273 Orang |
| 4 | Winarsih S.Pd | S1 Bimbingan dan Konseling | Guru Bimbingan dan Konseling | VII ¹ -VII ² | 64 Orang |
| | | | | VII ¹⁰ -VII ¹¹ | 65 Orang |
| | | | | VIII ¹ -VIII ² | 78 Orang |
| | | | | IX ¹ -IX ² | 78 Orang |

1.6 Keadaan Data Siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis

Siswa di sekolah SMP Negeri 1 Batang Kuis, terdiri dari 6 lokal siswa kelas VII, 4 lokal siswa kelas VIII, dan 4 lokal siswa kelas IX. Dapat dijelaskan lebih jelas mengenai jumlah siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis seperti berikut ini.

Tabel 4.3
Tabel Data Siswa

| No | Kelas | Perempuan | Laki-Laki | Jumlah Siswa |
|--------------------|-------|-----------|-----------|--------------|
| 1 | VII | 158 | 162 | 320 Orang |
| 2 | VIII | 135 | 184 | 319 Orang |
| 3 | IX | 152 | 208 | 360 Orang |
| Total Jumlah Siswa | | 430 | 541 | 999 Orang |

B. Diskusi hasil Penelitian

Dalam penelitian ini yang dilakukan di SMP Negeri 1 Batang Kuis yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah beberapa siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis yang siswanya kurang mampu dalam mengendalikan emosianya tampak sudah memunculkan tanda-tanda pada siswa yang mengalami emosi secara berlebihan. Selanjutnya dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah layanan penerapan layanan konseling individual mampu dalam membantu siswa dalam mengendalikan emosi di sekolah ini. Berdasarkan jawaban atas pertanyaan penelitian ini dapat dilalui dengan cara wawancara terhadap sumber data dan pengamatan langsung di lapangan, antara pertanyaan-pertanyaan dalam penelitian ini ada tiga hal yaitu pelaksanaan konseling individual disekolah, membantu siswa dalam mengendalikan emosi kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis, dan penerapan layanan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi di SMP Negeri 1 Batang Kuis. Dapat dijelaskan lebih lanjut mengenai hasil penelitian dapat di uraikan sebagai berikut.

1. Pelaksanaan kegiatan konseling individual di SMP Negeri 1 Batang Kuis

Layanan konseling individual adalah salah satu dari sepuluh layanan bimbingan konseling yang sering diterapkan oleh konselor kepada siswa yang terutama mempunyai masalah ataupun yang tidak mempunyai masalah baik siswa itu sendiri yang datang keruangan bimbingan dan konseling maupun guru bimbingan konseling yang memanggil siswa.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Bapak Rinto Rianto, S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Batang Kuis ini pada tanggal 04 September 2017 tentang tugas seorang guru bimbingan dan konseling di sekolah adalah sebagai berikut: Guru bimbingan dan konseling sudah melaksanakan semua jenis layanan yang ada di bimbingan konseling, tetapi jenis layanan yang paling sering dilakukan oleh guru bimbingan konseling adalah konseling individual.

Berdasarkan hasil wawancara diatas guru bimbingan konseling di SMP Negeri 1 Batang Kuis sudah melaksanakan tugasnya sebagai guru bimbingan konseling dengan sebaik-baiknya.

Wawancara yang dilakukan peneliti dengan Bapak Rinto Rianto S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Batang Kuis tentang konseling individual yang dilakukan di sekolah berhubungan dengan siswa yang terlambat, absensi, merokok, dan siswa yang kurang mampu bersosialisasi dengan baik maupun siswa yang mengalami emosi berlebihan ataupun kurang mampu dalam mengendalikan emosi pada dirinya. Dalam konseling individual guru

bimbingan konseling memberikan arahan agar siswa dapat menyadari perbuatannya serta mengenal tentang dirinya sendiri yang belum disadari dan akhirnya siswa dapat menemukan upaya pengentasannya.

Berdasarkan hasil wawancara diatas pelaksanaan konseling individual, sudah dilakukan guru bimbingan konseling di sekolah, namun pelaksanaannya hanya berhubungan dengan siswa/i yang melanggar peraturan dan tata tertib sekolah.

Wawancara yang dilakukan peneliti dengan Bapak Rinto Rianto, S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling dan sebagai guru bimbingan konseling di SMP Negeri 1 Batang Kuis ini pada tanggal 4 September 2017, tentang bagaimana pelaksanaan konseling individual yang dilakukan dengan teknik-teknik konseling individual itu sendiri, guru bimbingan konseling belum dapat menggunakannya secara menyeluruh ini diakibatkan masalah yang dihadapi oleh siswa terlalu banyak sehingga memerlukan waktu yang lama.

Hal ini didukung dengan observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 dan 2 September 2017, Tentang tugas guru bimbingan konseling melakukan kegiatan konseling individual seperti yang terlihat saat itu guru bimbingan dan konseling memanggil siswa yang sering marah-marah. Siswa tersebut mempunyai sikap yang sedikit berbeda dengan teman-temannya yang lain seperti sering marah, mudah marah, sering sedih, dan tidak mampu mengontrol emosinya.. Guru bimbingan dan konseling benar-benar bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan sekolah kepadanya agar siswanya dapat bertingkah laku lebih baik lagi.

Kekurang optimalan pelaksanaan konseling individual disebabkan siswa/i

yang dikonseling kurang mampu memahami dan tidak mau mengatakan sejujurnya dan kurang terbuka, seharusnya teknik konseling individual digunakan untuk dapat mengungkapkan lagi secara mendalam factor penyebab dari permasalahan mereka, memberikan kesadaran bahwa tidak pantas dilakukan bahwa siswa/i merasakan takut, cemas bila berada dalam ruang lingkup sekolah dan mengarahkan siswa untuk dapat mengatasi dan mencari solusi dalam menyelesaikan masalahnya. Waktu yang tidak mencukupi ini membuat guru bimbingan dan konseling sebatas melakukan konseling individual hanya menyentuh sedikit teknik konseling individual ini dan tidak melakukannya secara optimal.

Wawancara yang dilakukan pada tanggal 04 September 2017 dengan Bapak Rinto Rianto S.Pd, untuk konseling individual yang dilaksanakan disekolah hampir rata-rata hanya terhadap siswa/i yang melanggar tata tertib dan peraturan sekolah, siswa yang suka rela datang kepada guru bimbingan dan konseling untuk menyampaikan masalahnya sangat kecil.

Siswa yang dilaksanakan konseling individual pada umumnya berhubungan dengan dipanggil atau dikirim guru, wali kelas dan piket. Sehingga pelaksanaan konseling individual belum optimal.

2. Siswa Yang Kurang Mampu Dalam Mengendalikan Emosi di SMP Negeri 1 Batang Kuis

Pengalaman individu yang unik dari suatu kejadian atau peristiwa atau situasi tertentu meliputi, ketidakmampuan individu untuk mengintegrasikan pengalaman emosional, pengalaman individu secara subjectif yang mengancam

hidup, kebutuhan jasmaniah atau kesehatan jiwanya, serta kurang mampu dalam mengontrol emosinya.

Melalui wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 05 September 2017 dengan Rinto Rianto S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling, tentang siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosinya, guru bimbingan dan konseling menjelaskan bahwa: ada 2 orang yang mempunyai gejala tersebut, pada saat mengamati siswa tersebut didalam kelas maupun diluar kelas. Ternyata tak lain siswa tersebut mempunyai masalah dengan emosionalnya. Dan pihak sekolah langsung melakukan tindakan konseling individual terhadap siswa tersebut.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 05 September 2017 dengan Bapak Rinto Rinato S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling tentang siswa yang mengalami trauma konselor menjelaskan bahwa ada 2 orang siswa yang benar-benar dikatakan mempunyai masalah dengan emosionalnya. Dari pengamatan di dalam proses pembelajaran mereka hanya berdiam diri, kurang bersosialisasi, dan sedikit cemas, terlebih lagi dengan pengalamannya yang selalu diejeki oleh teman sekelasnya yang membuat siswa tersebut kurang baik dalam mengontrol emosionalnya, terkadang memunculkan sikap menangis, berdiam diri, marah yang tidak menentu

Dari hasil wawancara diatas terdapat 2 orang siswa yang benar-benar sudah mengalami masalah dalam emosional siswa, sehingga menghambat proses perkembangannya dan membuat prestasi belajarnya semakin menurun.

Melalui wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 05 September 2017 dengan Bapak Rinto Rianto S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling

tentang siswa yang memiliki emosi berlebihan guru bimbingan dan konseling menjelaskan bahwa: terdapat 4 orang siswa yang sudah mulai menampakkan masalahnya, sebelum mereka merasakan cemas, ketakutan terhadap pengalamannya, konselor memberikan layanan konseling individual untuk mencegah siswa dalam menimbulkan emosi yang berlebihan.

Dari hasil wawancara penulis diatas terdapat 2 orang lagi siswa yang sudah mulai menampakkan sikap emosi yang kurang baik dalam mengintegrasikannya, sehingga guru bimbingan dan konseling memberikan pencegahan agar tidak terjadinya perilaku yang dapat merusak atau mengganggu jiwanya ataupun terhadap orang lain.

Hal ini di dukung dari beberapa kali peneliti melakukan observasi pada tanggal 1-2, dan 6 September 2017 baik dalam lingkungan sekolah sampai saat penanganan masalah siswa yang ditangani oleh konselor dan dapat dikatakan bahwa dari hasil wawancara dapat dikemukakan bahwa ada 3 orang siswa yang memunculkan masalah siswa yang tidak mampu dalam mengendalikan emosi kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis dan guru bimbingan dan konseling sangat berupaya memberikan pencegahan dengan cara melakukan konseling individual.

Maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa siswa yang mengalami masalah dalam emosinya sering terjadi namun guru bimbingan dan konseling berupaya secepat mungkin mengatasi hal ini agar siswanya dapat tercegah dalam efek yang berlebihan.

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 07 September 2017 oleh Ibu Ida Rani S.Pd selaku wali kelas bahwa ada satu siswa yang mungkin

menunjukkan sikap yang mudah emosional. Tetapi kalau menurut yang saya ketahui siswa yang mengalami emosional berlebihan itu sepertinya tidak ada atau mungkin saya sendiri selaku wali kelas yang tidak mengetahuinya.

Melalui wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 7 September 2017 dengan Bapak Rinto Rianto S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling tentang penyebab siswa mengalami sering memunculkan sikap emosionalnya ini dapat dijelaskan sebagai berikut. Factor dalam diri individu yang sangat berpengaruh, serta kurang mempunyai, dalam mengintegrasikan pengalamannya. Dan factor eksternal ini adalah factor yang sangat berpengaruh misalnya ejekan dari teman, pengalaman yang pernah terjadi dan kurang mempunya dalam menghadapi.

Hasil wawancara penulis dengan siswa yang bernama Andre Ariq Athallah pada 08 September 2017 penyebab siswa tersebut kurang mampu dalam mengendalikan emosinya karena kurangnya bersosialisasi dan kurang mampu dalam mengaplikasikan pengetahuannya yang mungkin factor dari teman-temannya yang menyebabkan dia merasa cemas, dan merasa takut kalah dan siswa tersebut kurang suka untuk dicandain, serta tidak suka di ejekin sehingga menunjukan rasa emosional seperti marah yang berlebihan.

Hasil wawancara penulis dengan siswa yang bernama Sri Sinarmi pada tanggal 08 September 2017 penyebab siswa kurang mampu dalam mengendalikan emosinya karena merasa kurang percaya diri dan pernah merasakan pengalaman yang kurang menyenangkan, seperti sering di ejekin teman-teman sekelasnya karena penampilannya yang kurang baik sehingga siswa tersebut pun merasa malu

dan sering berdiam diri dan mudah menangis., serta membuat siswa tersebut lebih mengingat pengalaman yang pernah terjadi pada saya sebelumnya yang membuat saya sedikit kurang percaya diri yang memunculkan kesedihan yang dialami terus menerus.

Hasil wawancara penulis dengan siswa yang bernama Ika Purnama Sari pada tanggal 09 September 2017 penyebab siswa tersebut kurang mampu dalam mengendalikan emosi adalah karena kurang mampu mengintegrasikan pengalamannya, tetapi tingkat emosinya masih taraf rendah dan perlu pengarahan saja.

Hasil wawancara penulis dengan siswa yang bernama M.Agung Wijaya pada tanggal 09 September 2017 penyebab siswa tersebut kurang mampu dalam mengendalikan emosi adalah memang watak dan karakter dari siswa tersebut yang sedikit keras sehingga anggapan orang lain jika belum mengetahuinya, berpersepsi memiliki emosi yang berlebihan.

Dari uraian siswa diatas penyebab mereka kurang mampu dalam mengendalikan emosi diantaranya:

1. Kurangnya bersosialisasi
2. kurangnya mampu dalam mengaplikasikan pengetahuannya
3. Mempunyai pengalaman yang kurang baik
4. Ejekan teman-teman
5. Rasa tidak ingin dikalahkan
6. Tidak suka di ajak bercanda terlalu berlebihan.

Oleh karena itu secara umum gejala yang timbul dari beberapa siswa yang mengarah kepada emosional yang berlebihan masih kecil, maka kalau tidak dikonseling/ditangani, harus segera diatasi oleh pihak sekolah dalam penyelesaian masalahnya.

Peneliti menemukan adanya siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosi nya yang dialami oleh beberapa siswa tersebut.

Dari hasil wawancara diatas penyebab siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosi ini merupakan dampak pengaruh internal dan eksternal dari dalam diri siswa dan dari luar diri siswa yang menanggung siswa menerima keadaan seperti tersebut, membuat memendamkan perasaannya dan mengakibatkan kecemasan mendalam/meluapkannya secara berlebihan. Namun guru bimbingan dan konseling sudah melakukan upaya terbaik dengan melakukan konseling individual.

3. Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Membantu Siswa Yang Kurang Mampu dalam Mengendalikan Emosi di SMP Negeri 1 Batang Kuis.

Layanan konseling individual adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang sering diterapkan oleh konselor kepada siswa. Siswa itu sendiri yang datang ke ruang bimbingan dan konseling maupun konselor yang memanggil siswa terutama yang mempunyai masalah walaupun tidak semua layanan konseling individual hanya menangani siswa yang bermasalah tapi bisa bagi siswa juga tidak bermasalah.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 4-5 September 2017 dengan Bapak Rinto Rianto S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling tentang layanan konseling individual diutamakan kepada siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosinya apabila tidak diberikan layanan konseling individual tidak dapat mengeksplorasi dan mengenai langsung faktor penyebab dirinya dan sekaligus memahami atas situasi yang terjadi. Teknik dalam layanan konseling individual ini juga akan menyelesaikan masalah dan dapat mencegah diri untuk terhindar dari hal yang memang dapat mengganggu ketentraman hidup mereka.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 4-5 September 2017 dengan Bapak Rinto Rianto S.Pd selaku kordinator bimbingan dan konseling, bahwa akan melakukan konseling individual kepada beberapa siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosi. Di dalam melakukan konseling individual, terlebih dahulu melihat jadwal dan kesempatan dimana bisa memberikan layanan konseling individual kepada siswa, setelah memastikan dapat memberikan layanan pada siswanya maka guru bimbingan konseling memulai layanan konseling individual. Pada langkah memulai konseling individual seperti biasa awalnya melakukan langkah penerimaan, dimana guru bimbingan konseling menerima kedatangan siswa, pada tahap ini guru bimbingan konseling menciptakan pola hubungan yang baik dengan siswa karena setiap siswa yang bermasalah pasti memiliki perbedaan, kemudian langkah kedua dimana memulai mengidentifikasi masalah apa yang terjadi pada siswa dan mengeksplorasi masalah itu, serta berusaha mengembangkan teknik-teknik

konseling agar menampakkan pribadi yang benar-benar peduli, kemudian tahap akhir membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.

Berdasarkan konseling yang dilakukan oleh saya selaku peneliti kepada siswa Andre Ariq Athallah, Sri dan Ika sebagai langkah awal guru bimbingan dan konseling mengidentifikasi masalah siswa yang mengalami trauma yang memang sudah mulai menampakkan gejala-gejala trauma di SMP. Langkah pertama peneliti menjalin pola hubungan yang baik dengan siswa dan menjelaskan bahwa kecemasan, kurangnya bergaul, suka emosi yang berlebihan, kurang mampu mengontrol diri, itu merupakan perbuatan yang tidak semestinya dilakukan, karena setiap orang pasti harus menjalin hubungan yang baik, kemudian di langkah kedua siswa diberikan kesempatan mengeluarkan segala perasaan yang mengganjal di dirinya kemudian guru bimbingan dan konseling mengeksplorasi masalah yang ada pada diri siswa tersebut, menanyakan penyebab kenapa mempunyai masalah dalam emosi yang berlebihan. Dan pada tahap terakhir dimana mengarahkan pemberian solusi, siswa ditanyai atas kesadaran dan apa solusi yang akan diambil dan dapat ditentukan solusi apa yang benar dan tepat untuk membantu agar siswa tersebut menghindari rasa emosi yang berlebihan, dan efek dari tersebut siswa bisa hilang kepercayaan diri, dan tahap maksimalnya bisa menyebabkan siswa melakukan sikap agresif.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 – 17 Januari 2017 peneliti melihat sudah ada perubahan yang terjadi pada siswa yang telah diberikan layanan konseling individual dalam mengurangi trauma pada siswa/i.

Menurut Prayitno dan Amti (2009:297) dengan mencapai dan menemukan orang lain dapat membantunya, terbuka bagi klien / siswa kemungkinan untuk memecahkan masalah itu.

Penerapan konseling individual dapat dilihat dari tingkat keberhasilan menurut Prayitno dan Amti (2009:298) tahap keberhasilan konseling itu dapat digambarkan melalui lima tahapan.

1. Kesadaran dan pemahaman masalah
2. Kesadaran akan perlunya bantuan orang lain
3. Usaha mencari bantuan
4. Partisipasi aktif dalam proses bantuan konseling
5. Pelaksanaan konseling

Peneliti mengambil kesimpulan, siswa yang mengalami trauma, setelah dilakukan wawancara melalui proses konseling individual yang diberikan kepada siswa dan beberapa kali penelitian / observasi kepada masing-masing siswa dan melakukan konseling individual kepada siswa dan dibantu dengan arahan dan dukungan dari guru bimbingan dan konseling sudah mengalami perubahan. Terlihat dari hasil yang telah dipaparkan diatas.

C. Keterbatasan Penelitian

Sebagai manusia, peneliti tidak terlepas dari kesalahan dan kehilafan yang berakibat dari berbagai faktor yang ada pada peneliti. Kendala-kendala yang dihadapi sejak dari pembuatan, rangkaian penelitian, pelaksanaan penelitian sehingga penelitian pengolahan data seperti:

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun material dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Penelitian relatif singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dalam efektivitas layanan konseling individual dimana tidak adanya waktu khusus untuk melakukan layanan konseling individual dan dana yang dimiliki peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan.

Disamping adanya keterbatasan waktu, dana serta material dari berbagai faktor tersebut maka, peneliti ini masih banyak kelemahan dan kekurangan. Oleh karena itu dengan senang hati peneliti mengharapkan adanya kritik yang akan didapat dalam menyempurnakan peneliti.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Konseling individual yang dilaksanakan di sekolah terhadap siswa/i yang melanggar peraturan dan tata tertib sekolah, dan suka membulying, siswa yang suka rela datang kepada konselor untuk menangani masalah masing sangat kecil, siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosi dilakukan dengan pengarahan dan nasihat.
2. Siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan di SMP Negeri 1 Batang Kuis berjumlah 3 orang dari jumlah keseluruhan. Faktor yang menyebabkan siswa tersebut mengalami gejala trauma disebabkan karena tidak mempunya mengekspresikan pengalaman yang buruk dan ejekan teman, serta sikap yang merasa hebat, kurangnya mampu mengaktualisasikan dirinya serta jarang bersosialisasi dengan teman di kelasnya dan rasa takut serta cemas akan kehilangan perannya di dalam kelas.
3. Pelaksanaan layanan konseling individual sudah berjalan dengan baik dan terencana serta tingkat penerapan layanan konseling individual sudah tercapai dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti yang menyangkut tugas perkembangan yaitu pribadi, sosial, belajar, dan karir.

4. Penerapan layanan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi sudah berjalan dengan baik dan mendapatkan hasil yang cukup maksimal. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti kepada siswa/i sudah mencapai perubahan yang diamati oleh peneliti. Serta hasil dari apa yang diharapkan pun terpenuhi. Berarti penerapan layanan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengendalikan emosi di SMP Negeri 1 Batang Kuis sudah mendapatkan hasil yang positif.

B. Saran

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

1. Bagi Guru, hendaknya para guru agar memberikan nasehat, arahan kepada siswa yang sedikit emosional dalam diri siswa agar siswa/i mengerti bahwa kecemasan, ketakutan, perasaan, itu bisa di minimalisirkan secara optimal yang efeknya bisa membantu perkembangan siswa/i.
2. Bagi wali kelas, hendaknya dapat memberikan mereka perhatian, ataupun pengamatan atau diamati apakah siswa/i yang kurang mampu dalam mengendalikan emosinya bisa berubah atau tidak.
3. Bagi Guru bimbingan dan konseling, hendaknya terus menerus mencari informasi yang akurat mengenai siswa yang kurang mampu dalam mengendalikan emosinya, agar masalah yang ada pada diri siswa bisa terselesaikan agar tidak mengganggu tugas perkembangan dari siswa.
4. Bagi seluruh siswa/i sebagai generasi penerus hendaknya memiliki kemampuan untuk terus belajar menjadi diri sendiri dan meninggalkan

perilaku yang tidak baik yang salah satunya adalah kurangnya bersosialisasi, merasakan kecemasan, ketakutan, cara mengekspresikan perasaan, baik itu rasa sedih, marah, dll. Karena sikap tersebut dapat merugikan diri sendiri dan dapat menghambat perkembangannya di masa depan yang siswa/i miliki.

5. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan layanan yang berbeda dan lebih intensif dalam melakukan penelitian serta lebih dispesifikasikan dalam melakukan penelitian agar pembahasannya tidak terlalu lebar dan terkesan lebih menjerus pada permasalahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto.(2006). *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Dewa Ketut dan Kusmawati.(2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta:Rineka Cipta
- Gunarsah. D.Singgih.(2011) *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta:PT.BPK Gunung Mulia
- Juntika, Nurihsan, Achmad.(2010) *Bimbingan dan Konseling Dari beberapa Latar Belakang Kehidupan*. Bandung:Refika Aditama
- Luddin, Abu Bakar. M.(2012). *Psikologi Konseling*. Bandung:ciptapustaka Media Printis.
- Prayitno dan Amti.(2009) *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta:PT. Rineka Cipta
- Prayitno. (2012). *Jenis dan Layanan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang.
- Safaria, Triantoro dan Eka,Saputra,Nofrans.(2009) *Manajemen Emosi*. Jakarta:..Bumi Aksara
- Sosilo dan Gudnanto.(2013). *pemahaman individu teknik non tes*. Jakarta:PT.Kharisma Putra Utama.
- Tohirin.(2013). *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah (berbasis ALfabeta)*. Jakarta:Raja Ali Pers

Walgito,Bimo. (2009) Bimbingan Konseling (Studi & Karir). Yogyakarta:..Andi
Offset

Yusuf,S. (2009). Program Bimbingan dan Konseling di sekolah. Bandung:Rizqi
Press

(Slamet Dwi Priatmoko 2011. “Pengendalian Emosi”, Jurnal (<http://de-kill.blogspot.com/2009/01/Gejolak-emosi-remaja.html>) diakses pada
tanggal 27 November 2016