

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *RASIONAL EMOTIF* UNTUK MENINGKATKAN
KEMATANGAN EMOSIONAL PADA SISWA KELAS VIII
SMP MUHAMMADIYAH 01 MEDAN TAHUN
PEMBELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

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

OLEH

DIAN ANGGRAINI

NPM: 1602080010



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

MEDAN

2020



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

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

BERITA ACARA

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



Panitia Ujian Sarjana Strata-I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Kamis, Tanggal 06 Agustus 2020, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

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

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

PANITIA PELAKSANA

Netua

Sekretaris

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

Dr. Hj. Syamsuurnita, M.Pd

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dra. Jamila, M.Pd
2. Dr. Hj. Sulhati Syam, M.A
3. Drs. Zaharuddin Nur, MM

1.

3.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umusu.ac.id> Email: depan@umusu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Dian Angraini
N.P.M : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

sudah layak disidangkan.

Medan, Juli 2020

Disetujui oleh:
Pembimbing


Drs. Zaharuddin Nur, MM

Diketahui oleh:



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

Ketua Program Studi


Dra. Jamila, M.Pd

ABSTRAK

Dian Anggraini, 1602080010. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Rasional Emotif* Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa kelas VIII di SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa kelas VIII di SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. Objek penelitian ini sebanyak 9 siswa kelas VIII yang memiliki ciri-ciri kematangan emosionalnya rendah. Sample yang digunakan adalah *teknik purposive sampling*. Instrumentasi pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dapat disimpulkan bahwa dengan diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* dapat mampu meningkatkan kematangan emosional siswa. Hal itu terlihat dari hasil analisis peneliti dengan melihat siswa menjawab pertanyaan yang peneliti berikan di dalam lampiran laiseg. Pada hasil laiseg yang penelitian dapat gambarkan bahwa kematangan emosionalnya meningkat. Dikarenakan siswa tersebut sudah bisa memahami apa saja materi tentang kematangan emosional sehingga dapat mengontrol emosinya dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Layanan Bimbingan Kelompok, *rasional emotif*, Kematangan emosional

KATA PENGANTAR



Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga kita dapat menyelesaikan skripsi guna melengkapi tugas-tugas serta memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Serta shalawat beriring salam pada junjungan nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa kita kejalan yang di ridhoi Allah SWT.

Didasari rasa ingin menyalurkan kreasi sebagai ilmu pengetahuan yang penulis dapatkan selama masa perkuliahan, ditambah realita yang penulis temukan selama proses observasi, maka penulis menuangkannya dalam sebuah skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Layanan Bimbingan kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020”**.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT yang selalu melindungi dan melancarkan pembuatan skripsi, terima kasih yang tak terhingga Ayahanda tercinta **Mismantri** yang telah menjadi pelindung, imam yang selalu kuat lahir dan batin menjaga penulis serta memberikan limpahan kasih sayang yang tidak ternilai dan ibunda tercinta **Sudilah** yang telah mengasuh, membesarkan penulis dengan rasa cinta dan kasih sayang yang tulus serta doa, dukungan dan semangat yang diberikan kepada penulis hingga akhir hayat.

Disini penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak **Dr. Agussani M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak **Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu **Dra. Jamila M.Pd** selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak **Drs. Zaharuddin Nur M.M**, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan sekaligus Pembimbing dalam penulisan skripsi.
5. Seluruh staf pengajar dan pegawai pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
6. Bapak **Paiman S.Pd** selaku Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 01 Medan dan seluruh staf PKS SMP Muhammadiyah 01 Medan atas bantuan dan kerjasama kepada penulis selama penelitian.
7. Bapak Fakhur Rizal S.T selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMP Muhammadiyah 01 Medan atas arahan nya selama peneliti melakukan penelitian di sekolah tersebut.
8. Keluarga besarku yang tercinta adik **Khairunnisa**, abang **Basirun Pratama**, kakak **Rina Sari Lubis S.Pd**, yang sangat membantu selama penelitian yang telah memberikan doa serta dukungannya selama ini.
10. Sahabat- sahabatku tercinta **Ema, Yuni, Rani, Layla, Tiara, Dila, Eka, Wiwid** dan tak terlupakan **Jayanti** dan **Anggi** yang membantu penulis dalam

penyelesaian skripsi ini dan juga menjadi sumber semangat untuk menyelesaikan perkuliahan peneliti hingga terselesaikan skripsi ini.

11. Teman seperjuangan **Windy, Anggi, Ani, Uci, Endang, Ayu, Rika, Yuni, Bela** dan teman-teman **BK A Pagi stambuk 2016** dan **BK B Pagi Stambuk 2016**, dan **Teman-teman PLP di SMP Muhammadiyah 01 Medan** yang telah saling memberikan dukungan hingga selesainya skripsi ini.
12. Serta siswa-siswi SMP Muhammadiyah 01 Medan yang telah berpartisipasi untuk penulis melakukan penelitian skripsi ini.

Akhirnya dengan kerendahan hati, penulis mengharapkan semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Tiada kata yang lebih baik yang dapat penulis ucapkan bagi semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, melainkan kepada Allah Swt penulis serahkan untuk membalas jasa mereka, juga tidak lupa penulis mohon ampun kepada Allah Swt atas segala dosa “Amin ya robbal alamin”.

Wassalam

Medan, Juli 2020

Dian Anggraini

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Kajian Teoritis.....	8
1. Bimbingan dan Konseling.....	8
1.1. Pengertian Bimbingan	8
1.2. Pengertian Konseling	10
1.3. Tujuan Bimbingan dan Konseling.....	11
1.4. Fungsi Bimbingan dan Konseling	11
1.5. Layanan Bimbingan dan Konseling	12
2. Layanan Bimbingan Kelompok	14
2.1. Pengertian Layanan Bimbingan dan Kelompok.....	14
2.2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	15
2.3. Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	16
2.4. Komponen-Komponen Layanan Bimbingan Kelompok.....	16
2.5. Dinamika Kelompok	18
2.6. Jenis-jenis Layanan Bimbingan Kelompok.....	18
2.7. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok.....	19
3. Rasional Emotif Terapi (RET).....	20

3.1. Pengertian Rasional Emotif Terapi	20
3.2. Hakikat Manusia Menurut Terapi Rasional Emotif	21
3.3. Karakteristik Perilaku Bermasalah Menurut Pandangan Terapi Rasional Emotif.....	23
3.4. Karakteristik Keyakinan Irasional Dalam Terapi Rasional Emotif.....	24
3.5. Tujuan Terapi Rasional Emotif	26
3.6. Peranan Konselor Dalam Terapi Rasional Emotif	26
3.7. Teknik-teknik Terapi Rasional Emotif Terapi	27
4. Emosi	31
4.1. Pengertian Emosi.....	31
4.2. Pengertian Kematangan Emosional	32
4.3. Bentuk-bentuk dan Ciri-ciri Emosi	33
4.4. Kategori Emosi.....	35
4.5. Fungsi Emosi.....	35
4.6. Cara Mengendalikan Emosi	36
4.7. Manfaat Mengelola Emosi	37
4.8. Akibat Tidak Dapat Mengelola Emosi.....	38
B. Kerangka Konseptual	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	41
1. Lokasi Penelitian	41
2. Waktu Penelitian	41
B. Subjek dan Objek Penelitian	42
1. Subjek Penelitian	42
2. Objek Penelitian	42
3. Variabel Penelitian.....	43
C. Definisi Operasional Variabel.....	44
D. Pendektan dan Jenis Penelitian	45

E. Instrument Penelitian	45
1. Observasi	45
2. Wawancara	47
3. Dokumentasi	50
F. Teknik dan Analisis Data	50
1. Reduksi Data	50
2. Penyajian Data.....	51
3. Penarikan Kesimpulan.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Gambaran Umum Sekolah.....	52
1. Identitas Sekolah.....	52
2. Visi, Misi di Sekolah SMP Muhammadiyah 01 Medan.....	54
3. Tujuan di Sekolah SMP Muhammadiyah 01 Medan.....	55
4. Data Siswa Rombongan Belajar.....	59
5. Sarana dan Prasarana Sekolah SMP Muhammadiyah 01 Medan.....	61
6. Kurikulum yang Digunakan.....	63
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	64
1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Di SMP Muhammadiyah 01 Medan.....	64
a. Hasil Observasi.....	64
b. Hasil Wawancara.....	65
2. Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional siswa.....	68
a. Hasil Observasi.....	68
b. Hasil Wawancara.....	69

C. Diskusi Hasil Penelitian	72
D. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jadwal Penelitian	41
Tabel 3.2	Subjek Penelitian	41
Tabel 3.3	Objek Penelitian	42
Tabel 3.4	Pedoman Observasi Kepada Siswa	45
Tabel 3.5	Pedoman Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling	46
Tabel 3.6	Pedoman Wawancara dengan Siswa	47
Tabel 3.7	Sarana dan Prasarana Sekolah.....	59
Tabel 3.8	Kurikulum yang Digunakan.....	62

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia pada dasarnya adalah unik yang memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irrasional. Ketika berpikir dan bertindak laku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan kompeten. Ketika berpikir dan bertindak laku irrasional individu tersebut menjadi tidak efektif. Reaksi emosional seseorang sebagian di sebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari. Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irrasional. Pikiran rasional adalah suatu sikap berdasarkan pikiran dan pertimbangan yang logis dan cocok dengan akal sehat manusia. Pikiran irrasional adalah tidak berdasarkan pikiran yang sehat. Emosi sebagai suatu keadaan yang kompleks yang berlangsung tidak lama yang mempunyai komponen pada badan dan pada jiwa individu tersebut. Dapat di pahami bahwa pikiran rasional adalah suatu pikiran yang dapat di terima di akal manusia. Pikiran irrasional adalah pikiran yang sulit di terima oleh akal manusia. Emosi adalah keadaan sadar, kompleks, dan perasaan yang muncul serta mengekspresikan dirinya dalam tingkah laku.

Sekarang ini terdapat banyak pelajar di sekolah yang sulit untuk mengontrol emosinya. Akibatnya siswa mengalami beberapa gangguan yang berkaitan dengan emosionalnya antara lain yaitu memiliki rasa takut, cemas, rasa bersalah, dan tidak konsentrasi. Pada siswa yang tidak dapat mengontrol emosinya

perlu di tangani dan diberi pelayanan dengan segera agar tidak terjadi ke masalah yang lebih besar lagi.

Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir, berdasarkan norma-norma yang berlaku, Prayitno, dkk (2004:2). Bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh pembimbing (konselor) kepada individu (konseli) melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbale balik antara keduanya, supaya konseli mempunyai kemampuan atau kecakapan melihat dan menemukan masalahnya serta mempunyai kemampuan memecahkan masalahnya sendiri. Bimbingan dan konseling pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar, dan perencanaan karir, melalui berbagai jenis layanan.

Bimbingan dan konseling di sekolah bertugas untuk membuat siswa-siswi tidak mengalami permasalahan di bidang belajar maupun pribadinya. Maka dari itu pelayanan-pelayanan yang di berikan oleh guru bimbingan dan konseling di harapkan dapat mengoptimalkan hal tersebut. Ada 10 layanan yang terdapat di bimbingan dan konseling. Layanan yang terdapat di bimbingan dan konseling yaitu layanan orientasi, layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan penempatan dan penyaluran, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi,

layanan advokasi. Layanan-layanan tersebut digunakan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah dengan berbagai tujuan dan berbeda pelaksanaannya kepada setiap siswa-siswi di sekolah.

Sekian banyaknya layanan yang ada di bimbingan dan konseling, layanan bimbingan kelompok menjadi salah satu layanan efektif untuk mengatasi masalah kematangan emosional karena dalam layanan bimbingan kelompok menggunakan dinamika kelompok yang terdiri dari 5-10 orang. Pelaksanaan bimbingan kelompok terdiri dari pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Pemimpin kelompok yang bertugas mengarahkan jalannya kegiatan layanan bimbingan kelompok dan memusatkan perhatiannya keseluruhan anggota kelompok. Anggota kelompok bertugas membantu terbinanya suasana lebih akrab dalam hubungan antara anggota kelompok dengan mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok (dinamika kelompok) yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dan berbagai pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau ketrampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

Dalam pelaksanaan layanan-layanan bimbingan dan konseling ada beberapa pendekatan yang sesuai untuk menunjang keberhasilan layanan yang diberikan. Salah satu pendekatannya yaitu pendekatan Rasional Emotif. Rasional Emotif Therapy (RET) adalah aliran psikoterapi yang berasumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun berpikir rasional dan jahat. Irasional emotif terapi adalah terapi yang berusaha untuk menghilangkan cara berpikir klien dari yang tidak logis menjadi logis. Guru bimbingan dan konseling yang ada di SMP Muhammadiyah 01 Medan belum pernah menggunakan pendekatan Rasional Emotif untuk menangani kematangan emosional. Sehingga siswa-siswi kurang memahami bagaimana cara mereka untuk mengelola emosi mereka pada saat remaja.

Siswa yang tidak dapat mengontrol emosinya akan mengalami beberapa gangguan yang berkaitan dengan emosionalnya antara lain yaitu memiliki rasa takut, cemas, rasa bersalah, dan tidak konsentrasi. Dan gangguan tersebut sangat berpengaruh untuk prestasi dan kelangsungan keseharian yang efektif bagi siswa.

Maka dari itu peneliti sangat ingin melakukan penelitian dengan menggunakan judul penelitian **”Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Rasional Emotif untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Menurun nya minat belajar.
2. Siswa lebih sensitive terhadap kritikan.
3. Perasaan tidak suka, iri terhadap keberhasilan temannya.
4. Siswa memiliki hubungan sosial yang burukdengan kelompoknya.
5. Siswa tidak mampu mengontrol tingkah laku.
6. Tidak ada usaha untuk melakukan atau mencoba sesuatu.
7. Layanan bimbingan kelompok belum optimal dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan rasional emotif terapi untuk mengelola emosi siswa disekolah.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari luasnya permasalahan yang dapat menimbulkan bermacam penafsiran, maka peneliti memberikan batasan masalah yang berpusat pada penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik rasional emotif untuk meningkatkan kematangan emosional siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan TahunPembelajaran 2019/2020.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang dikemukakan diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik rasional emotif untuk meningkatkan kematangan emosional pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik rasional emotif untuk meningkatkan kematangan emosional pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi disiplin ilmu bimbingan dan konseling khususnya di bidang pendidikan yang menyangkut kematangan emosional siswa di sekolah.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai bahan masukan dan menambah ilmu pengetahuan serta wawasan bagi peneliti mengenai layanan bimbingan kelompok dan kematangan emosional.

- b. Sebagai bahan masukan bagi SMP Muhammadiyah 01Medan khususnya bagi guru bimbingan dan konseling.
- c. Sebagai bahan masukan dan perbandingan bagi peneliti lain yang akan meneliti lebih lanjut bahan kajian yang sama.
- d. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa dan dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Bimbingan dan Konseling

1.1. Pengertian Bimbingan

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:99) Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sasaran yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Pengertian bimbingan yang dikemukakan Prayitno dan Erman Amti (2004:99) menunjukkan bahwa bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada kelompok atau individu dari usia anak-anak sampai dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimiliki oleh dirinya sendiri sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Sedangkan Menurut Winkel (2005:27) Mengemukakan bahwa bimbingan meliputi:

- 1) Suatu usaha untuk melengkapi individu dengan pengetahuan, pengalaman dan informasi tentang dirinya sendiri.
- 2) Suatu cara untuk memberikan bantuan kepada individu untuk memahami dan mempergunakan secara efisien dan efektif segala kesempatan yang dimiliki perkembangan pribadinya.

3) Suatu proses pemberian bantuan atau pertolongan kepada individu dalam hal memahami diri sendiri, menghubungkan pemahaman tentang diri sendiri dengan lingkungannya, memilih menentukan dan menyusun rencana sesuai dengan konsep dan tuntutan lingkungan.

Menurut Dunsmoor dan Miller dalam Abu Bakar M Luddin (2012:9) menyebutkan bahwa bimbingan adalah membantu individu untuk memahami dan menggunakan secara luas kesempatan-kesempatan pendidikan, jabatan, dan pribadi yang mereka miliki atau dapat mereka kembangkan, dan sebagai bentuk bantuan yang sistematis, dimana siswa dibantu untuk memperoleh penyesuaian yang baik terhadap sekolah dan lingkungannya.

Menurut C.Patterson dalam Abu Bakar M Luddin (2012:3) “Bimbingan merupakan proses yang melibatkan hubungan antar pribadi antara seorang konselor dengan satu atau lebih klien dimana konselor menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematis tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien. Menurut Sutirna (2012:2) bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimum kepada sekolah, keluarga dan masyarakat.

Bimbingan adalah bantuan yang di berikan konselor kepada klien secara sistematis untuk mencapai pemahaman diri , mengembangkan kemampuan dirinya seoptimal mungkin.

1.2. Pengertian Konseling

Prayitno (2004:23) mengemukakan bahwa konseling adalah pertemuan empat mata antara konselor dan klien yang berisi usaha yang unik dan manusiawi, yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku. Menurut Shertzer dan Stone dalam Mashudi Farid (2011:17) konseling adalah interaksi yang terjadi antara dua individu, masing-masing disebut konselor dan klien. Interaksi ini terjadi dalam suasana profesional, dilakukan dan dijaga sebagai alat untuk memudahkan perubahan-perubahan dalam tingkah laku.

Menurut Abu Bakar M Luddin (2012:145) konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu agar mandiri dengan menggunakan berbagai bahan, interaksi, nasehat, dan gagasan dalam suasana yang bersifat asuhan, berdasarkan norma-norma yang berlaku. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:54) “Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang sedang mengalami masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh individu tersebut.

Sedangkan Konseling menurut Walgito (2010: 8) menyatakan bahwa Konseling 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. Konseling adalah bantuan yang di berikan konselor

kepada klien untuk membantu klien memecahkan masalah yang di hadapi klien serta mengubah tingkah laku klien dan untuk mencapai kesejahteraan hidup nya.

1.3. Tujuan Bimbingan dan Konseling

Menurut Sulistyarini dan Mohammad Jauhar (2014: 102), mengemukakan bahwa tujuan bimbingan dan konseling dibagi menjadi 2, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

1) Tujuan Umum

Membantu individu dalam mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimilikinya, berbagai latar belakang yang ada, serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya.

2) Tujuan Khusus

Tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan penjabaran tujuan umum tersebut yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dialami individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahannya. Dengan demikian, maka tujuan khusus bimbingan dan konseling untuk tiap-tiap individu bersifat unik pula, artinya tujuan bimbingan dan konseling untuk individu yang satu dengan individu yang lain tidak boleh disamakan.

1.4. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Menurut Sulistyarini dan Mohammad Jauhar (2014: 101), mengemukakan masing - masing fungsi bimbingan dan konseling sebagai berikut:

- 1) Fungsi pemahaman, antara lain: pemahaman tentang diri konseli, pemahaman tentang lingkungan konseli, pemahaman lingkungan yang lebih luas terutamaoleh konseli.

- 2) Fungsi pencegahan, merupakan fungsi yang menghasilkan terhindarnya konseli dari berbagai permasalahan yang dihadapinya yang dapat mengganggu, menghambat, atau menimbulkan kesulitan, dan kerugian- kerugian tertentu dalam proses perkembangannya.
- 3) Fungsi pengentasan, merupakan fungsi yang menghasilkan teratasinya berbagai permasalahan yang dialami konseli.
- 4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan, merupakan fungsi yang menghasilkan terpeliharanya dan berkembangnya berbagai potensi dan kondisi positif konseli dalam rangka perkembangan dirinya secara terarah, mantap, dan berkelanjutan.
- 5) Fungsi advokasi, merupakan fungsi yang menghasilkan pembelaan terhadap konseli dalam rangka upaya pengembangan seluruh potensi secara optimal.

Dapat dipahami bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki 5 fungsi, yaitu fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan, fungsi advokasi. Semua fungsi- fungsi tersebut bertujuan untuk memaksimalkan perkembangan siswa kearah yang lebih baik.

1.5. Layanan Bimbingan dan konseling

Prayitno (2004: 2) menjelaskan bahwa layanan mencakup sembilan layanan, yaitu:

- 1) Layanan Orientasi, yaitu layanan yang membantu peserta didik memahami lingkungan baru, terutama lingkungan sekolah/ madrasah dan proyek- proyek yang dipelajari, untuk menyesuaikan diri serta mempermudah dan memperlancar peserta didik dilingkungan baru.

- 2) Layanan Informasi, yaitu layanan yang membantu peserta didik menerima dan memahami berbagai informasi diri, sosial, belajar, karir/ jabatan dan pendidikan lanjutan.
- 3) Layanan Penempatan dan Penyaluran, yaitu layanan yang membantu peserta didik memperoleh penempatan dan penyaluran yang tepat didalam kelas, kelompok belajar, jurusan/ program studi, program latihan, magang dan kegiatan ekstrakurikuler.
- 4) Layanan Penguasaan Konten, yaitu layanan yang membantu peserta didik menguasai konten tertentu, terutama kompetensi dan kebiasaan yang berguna dalam kehidupan disekolah, keluarga dan masyarakat.
- 5) Layanan Konseling Perorangan, yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah yang dialaminya.
- 6) Layanan Konseling Kelompok, yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah pribadi melalui dinamika kelompok.
- 7) Layanan Bimbingan Kelompok, yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir/ jabatan, dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok.
- 8) Layanan Konsultasi, yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam memperoleh wawasan, pemahaman, dan cara- cara yang perlu dilaksanakan dalam menangani kondisi atau masalah peserta didik.

- 9) Layanan Mediasi, yaitu layanan yang membantu peserta didik menyelesaikan permasalahan dan memperbaiki hubungan antara mereka.

2. Layanan Bimbingan Kelompok

2.1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan disekolah. Penyelenggaraan bimbingan kelompok oleh konselor dimaksud untuk membantu mengatasi masalah bersama atau membantu seorang individu yang menghadapi masalah dengan menempatkannya dalam suasana kehidupan kelompok. Menurut Prayitno (2009:87-89) menyatakan layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan baru dari nara sumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari, dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Bimbingan sangat berperan penting dalam kehidupan siswa baik itu dilingkungan sekolah maupun diluar ssekolah. Sebab, individu akan mengalami banyak masalah dalam kehidupan sehari-harinya. Dengan adanya bimbingan kelompok individu mendapatkan berupa arahan dan bimbingan terhadap masalahnya dan individu dapat mengambil keputusan secara mandiri. Sedangkan menurut Abu Bakar (2011:156) menyatakan layanan bimbingan kelompok adalah layanan konseling dalam rangka membantu sejumlah siswa secara bersama-sama

memperoleh berbagai bahan dari nara sumber yang berguna untuk menunjang kehidupannya, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar untuk dapat menyesuaikan diri dalam suasana kelompok, menerima secara terbuka persamaan dan perbedaan antar anggota kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang terdiri dari 6-10 anggota kelompok melalui dinamika kelompok untuk mendapatkan berbagai informasi dari nara sumber dan membahas bersama-sama untuk pemahaman diri dan terbuka terhadap anggota kelompok dan tidak ada perbedaan setiap anggota kelompok.

2.2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Setiap melaksanakan layanan bimbingan kelompok harus ada tujuan yang dicapai, dari tujuan tersebut dapat dilihat keberhasilan suatu layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan. Menurut Prayitno (2004:108) tujuan bimbingan kelompok terdiri dari dua bagian yaitu:

1) Tujuan Umum

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif dan serta tidak efektif. Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu dapat diselesaikan dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

2) Tujuan Khusus

Tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan komunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan.

2.3. Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004:84) Asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Asas Kerahasiaan. Para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui oleh orang lain.
- 2) Asas Keterbukaan. Para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- 3) Asas Kesukarelaan. Semua anggota dapat menampilkan diri secara sukarela atau tanpa dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- 4) Asas Kenormatifan. Semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.

2.4. Komponen-komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Komponen yang ada dalam bimbingan kelompok diantaranya terdapat pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

1) Pemimpin kelompok

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Prayitno (2009:35-36) bahwa peranan pimpinan kelompok yaitu:

- a. Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, mengarahkan atau campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan ini meliputi, baik yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun mengenai proses kegiatan itu sendiri.
- b. Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami. Jika kelompok tampaknya kurang menjurus kearah yang dimaksudkan itu.
- c. Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
- d. Pemimpin kelompok juga diharapkan mampu mengatur “lalu lintas” kegiatan kelompok, pemegang aturan permainan (menjadi wasit) pendamai dan pendorong kerjasama serta suasana kelompok.

2) Anggota Kelompok

Kegiatan layanan bimbingan kelompok sebagian besar juga didasarkan atas peranan para anggotanya. Peranan kelompok tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan secara aktif para anggota kelompok tersebut. Karena dapat

dikatakan bahwa anggota kelompok merupakan badan dan jiwa kelompok tersebut.

2.5. Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok berasal dari kata dinamika dan kelompok. Dinamika kelompok berarti interaksi atau *interdependensi* antar anggota kelompok yang satu dengan yang lain, sedangkan kelompok adalah sekumpulan individu yang saling berinteraksi dan mempunyai tujuan yang sama. Menurut Luddin (2012: 75) dinamika kelompok manfaat media untuk mencapai bimbingan, agar dinamika kelompok bermanfaat bagi pembinaan para anggota kelompok maka setiap anggota kelompok beranggotakan 10- 15 orang.

Anggota kelompok dibentuk berdasarkan keberagaman baik dari jenis kelamin, maupun akademik, sosial ekonomi, tempat tinggal bahkan permasalahannya. Semua anggota kelompok memberikan peran untuk saling berinteraksi mengeluarkan pendapat, pengalaman, gagasan, dan bentuk penyumbangan saran.

2.6. Jenis- jenis Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok mempunyai jenis- jenis yang telah disusun sebelumnya dalam proses pelaksanaannya dalam proses pelaksanaannya. Oleh karena itu perlunya penentuan topik dalam pelaksanaan bimbingan kelompok agar mempunyai titik fokus permasalahan yang akan dibahas. Menurut Prayitno (2004: 309) Dalam penyelenggaraan kelompok dikenal 2 jenis, yaitu kelompok Tugas dan kelompok Bebas. Adapun uraiannya sebagai berikut:

1) Topik Tugas

Yaitu topik yang secara langsung dikemukakan oleh pemimpin kelompok (Guru Pembimbing) dan ditugaskan kepada seluruh anggota kelompok untuk bersama-sama membahasnya.

2) Topik Bebas

Yaitu anggota secara bebas mengemukakan permasalahan yang dihadapi atau yang sedang dirasakan kemudian dibahas satu persatu.

2.7. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004:40) ada empat tahap kegiatan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu:

1) Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri anggota dalam kelompok, sehingga memungkinkan anggota kelompok mau berperan aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok.

2) Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan menuju tahap ketiga yaitu tahap kegiatan, dalam tahap ini dilakukan kegiatan sebagai berikut:

- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- b. Mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya.
- c. Jika perlu menjelaskan kembali beberapa aspek pada tahap pembentukan.

3) Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok. Sasaran yang ingin dicapai adalah terbebasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok terciptanya suasana untuk mengembangkan diri anggota kelompok, baik yang menyangkut dengan pemecahan masalah yang dikemukakan dalam kelompok.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan tahap penutup dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dalam tahap ini pemimpin kelompok melakukan kegiatan antara lain:

- a. Mengemukakan bahwa kegiatan sudah selesai
- b. Meminta kesan-kesan dari anggota kelompok
- c. Memberikan tanggapan
- d. Merencanakan pertemuan lanjutan
- e. Menyampaikan ucapan terimakasih.

3. Rasional Emotif Terapi (RET)

3.1. Pengertian Rasional Emotif

Pendekatan *rasional emotif terapi (RET)* adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Pendekatan *rasional emotif terapi (RET)* dikembangkan oleh Albert Ellis melalui beberapa tahapan. Pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berpikir irrasional yang salah satunya dapat melalui belajar sosial. Latipun (2005:91) berpandangan bahwa terapi rasional emotif adalah aliran salah satu bentuk terapi yang menaruh

perhatiannya pada asumsi bahwa manusia itu dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun berfikir irrasional atau jahat, sehingga individu akan menjadi lebih produktif dalam kehidupannya.

Menurut Gerald Corey (2009:240) mengasumsikan bahwa rasional emotif terapi itu adalah terapi yang menitikberatkan untuk berfikir, menilai, memutuskan, menganalisis dan bertindak. Dia juga menegaskan bahwa manusia itu memiliki sumber yang tak terhingga bagi aktualisasi potensi dirinya dan bias mengubah ketentuan-ketentuan pribadi yang dihadapi dalam tatanan masyarakat.

Rasional emotif terapi yaitu merupakan terapi yang berusaha untuk menghilangkan cara berfikir seseorang klien yang awal mulanya tidak logis dan irasional dengan menggantinya kepada sesuatu yang logis dan rasional dengan cara mengonfrontasikan seseorang klien atas keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan dan membahas keyakinan yang irasional sehingga seseorang klien akan menjadi bahagia, produktif dan berkualitas.

3.2. Hakikat Manusia Menurut Rasional Emotif Terapi

Secara umum prinsip yang mendominasi manusia ada dua, yaitu pikiran dan perasaan. Pada hakikatnya bahwa setiap manusia yang normal memiliki pikiran, perasaan, dan perilaku yang ketiganya berlangsung secara simultan. Dalam memandang hakikat manusia tersebut, rasional emotif terapi behavior memiliki sejumlah asumsi tentang kebahagiaan dan ketidakbahagiaan dalam hubungannya dengan dinamika pikiran dan perasaan. Latipun (2005:99-101)

mengatakan asumsi tentang hakikat manusia menurut rasional emotif terapi behavior adalah sebagai berikut:

- 1) Pada dasarnya individu itu unik. individu memiliki kecenderungan untuk berfikir rasional dan irrasional. Ketika berfikir dan berperilaku rasional maka dia efektif, bahagia dan kompeten. Ketika berfikir dan berperilaku irrasional, maka sebaliknya dia dalam keadaan tidak efektif.
- 2) Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari.
- 3) Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berfikir yang tidak logis atau irrasional. Emosi menyertai individu yang berfikir dengan penuh prasangka, sangat personal dan irrasional.
- 4) Berfikir irrasional diawali dengan belajar secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan kultur tempat dimana dibesarkan. Dalam proses pertumbuhannya mereka akan terus berfikir dan merasakan dengan pasti tentang dirinya dan tentang yang lain. “Ini adalah baik” dan yang “itu adalah jelek”. Pandangan ini terus membentuk cara pandang kehidupan selanjutnya.
- 5) Berfikir secara irrasional akan tercermin dari verbalisasi yang digunakan. Verbalisasi yang tidak logis menunjukkan cara berfikir yang salah dan verbalisasi yang tepat menunjukkan cara berfikir yang tepat.
- 6) Perasaan dan berfikir negative dan penolakan diri harus dilawan dengan cara berfikir yang rasional dan logis yang dapat diterima oleh akal sehat serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

3.3.Karakteristik Perilaku Bermasalah Menurut Pandangan Rasional

Emotif Terapi

Dalam rasional emotif terapi behavior bahwa yang dinamakan perilaku bermasalah adalah perilaku yang didasari oleh cara berfikir yang irrasional. Albert Ellis mengemukakan indikator keyakinan irasional yang berlaku secara universal. Indikator orang yang berkeyakinan irasional tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Tuntutan untuk selalu dicintai dan didukung oleh orang terdekat (significant others).
- 2) Pandangan bahwa tindakan tertentu adalah mengerikan dan jahat, dan orang yang melakukan tindakan demikian itu sangat terkutuk.
- 3) Tidak senang atau mengerikan atas kejadian yang tidak diharapkan.
- 4) Pandangan bahwa segala masalah selalu disebabkan oleh faktor eksternal, dan peristiwa itu menimpa kita melalui orang lain.
- 5) Pandangan bahwa jika sesuatu itu berbahaya atau menakutkan maka akan terganggu dan selalu tidak akan berakhir memikirkannya.
- 6) Pandangan bahwa kita lebih mudah menghindari berbagai kesulitan hidup dan tanggung jawab dari pada berusaha untuk menghadapinya.
- 7) Pandangan bahwa kita selalu membutuhkan bantuan orang lain atau orang asing yang lebih besar daripada diri sendiri sebagai sandaran.
- 8) Pandangan bahwa kita seharusnya kompeten, inteligen, dan mencapai semua kemungkinan yang menjadi perhatian kita.

- 9) Pandangan bahwa kebahagiaan manusia dapat dicapai dengan santai tanpa berbuat apapun.
- 10) Pandangan bahwa kita harus memiliki kepastian dan pengendalian yang sempurna atas sesuatu hal bahwa dunia ini penuh dengan probabilitas (serba mungkin) dan berubah serta kita hidup nikmat sekalipun demikian keadaannya.
- 11) Pandangan bahwa kebahagiaan manusia dapat dicapai dengan santai dan tanpa berbuat.

Keyakinan yang irasional tersebut menghasilkan reaksi emosional pada individu. Dalam perspektif Ellis, keyakinan yang rasional mengakibatkan pada perilaku dan reaksi individu yang tepat, sedangkan keyakinan yang irasional berakibat pada reaksi emosional dan perilaku yang salah. Menurut Pihasnawati (2008:81) ciri-ciri dari berfikir irasional yaitu:

- 1) Tidak dapat dibuktikan kebenarannya
- 2) Menimbulkan perasaan tidak enak (seperti kecemasan, kekhawatiran, prasangka) yang sebenarnya tidak perlu,
- 3) Menghalangi individu untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari yang produktif efektif.

3.4. Karakteristik Keyakinan Irrasional Dalam Rasional Emotif Terapi

Nelson-Jones (Latipun, 2005:97) menambahkan karakteristik umum cara berfikir irasional yang dapat dijumpai secara umum sebagai berikut:

- 1) Terlalu menuntut (Demandingness), dimana perintah atau komando yang berlebihan oleh rasional emotif terapi behavior dibedakan dengan hasrat, pikiran dan keinginan. Hambatan emosional terjadi ketika individu menuntut

“harus” terpuaskan, dan bukan “ingin” terpuaskan. Menurut Ellis “harus” merupakan cara berpikir absolut tanpa ada toleransi. Tuntutan itu membuat individu mengalami hambatan emosional.

- 2) Generalisasi secara berlebihan (*Overgeneralization*), berarti individu menganggap sebuah peristiwa atau keadaan diluar batas yang wajar. *Overgeneralization* dapat diketahui secara semantik “sayalah orang yang paling bodoh di dunia ini ”. ini adalah overgeneralization karena kenyataannya dia bukan sebagai orang yang terbodoh.
- 3) Penilaian diri, pada dasarnya seseorang dapat memiliki sifat yang menguntungkan dan tidak menguntungkan. Yang terpenting dia dapat belajar untuk menerima dirinya tanpa syarat.
- 4) Penekanan (*Awfulizing*) memiliki makna yang hampir sama dengan demandingness. Jika demandingness menuntut dengan “harus”, maka dalam *awfulizing* tuntutan atau harapan itu mengarah ada upaya peningkatan secara emosional dicampur dengan kemampuan untuk problem solving yang rasional. Penekanan ini akan mempengaruhi individu dalam memandang antecedent event secara tepat dan arena itu digolongkan sebagai cara berfikir yang irrasional.
- 5) Kesalahan atribusi adalah kesalahan dalam menetapkan sebab dan motivasi perilaku baik dilakukan sendiri, orang lain, atau sebuah peristiwa. Kesalahan atribusi disini sama dengan alasan palsu diri seseorang dan umumnya berakibat pada hambatan emosional.

- 6) Anti pada kenyataan, hal ini terjadi karena tidak dapat menunjukkan fakta empiris secara tepat. Orang yang berkeyakinan irasional, pertama kali cenderung kuat untuk memaksa keyakinan yang irasional dan menggugurkan sendiri gagasannya yang sebenarnya rasional. Orang yang rasional akan dapat menunjukkan fakta secara empiris.
- 7) Repetisi, dimana keyakinan yang irasional terjadi berulang-ulang. Sebagaimana yang ditekankan oleh Ellis, seseorang cenderung mengajarkan dirinya sendiri dengan pandangan yang menghambat dirinya.

3.5. Tujuan Rasional Emotif Terapi

Berdasarkan pandangan dan asumsi tentang hakekat manusia dan kepribadiannya serta konsep teoritik dari RET. Menurut Muhammad Surya (2003:16) tujuan utama dari terapi ini adalah sebagai berikut:

- 1) Memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan klien yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis agar klien dapat mengembangkan diri,
- 2) Menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti rasa takut dan rasa bersalah.

3.6. Peranan Konselor Dalam Rasional Emotif Terapi

Dalam hal ini konselor diharapkan dapat memberikan penghargaan positif tanpa syarat kepada klien atau yang disebutnya dengan unconditional self-acceptance atau dikenal dengan sebutan penerimaan diri tanpa syarat, bukan dengan syarat. Untuk mencapai tujuan kliennya sebagaimana yang dikemukakan

diatas konselor rasional emotif terapi behavior memiliki peran yang sangat penting. Dimana konselor dalam hal ini memiliki peran sebagai berikut:

- 1) Konselor lebih edukatif-direktif kepada klien yaitu dengan banyak memberikan cerita dan penjelasan, khususnya pada tahap awal.
- 2) Mengkonfrontasikan masalah klien secara langsung.
- 3) Menggunakan pendekatan yang dapat memberi semangat dan memperbaiki cara berfikir klien, kemudian memperbaiki mereka untuk dapat mendidik dirinya sendiri.
- 4) Dengan gigih dan berulang-ulang dalam menekan bahwa ide irrasional itulah yang menyebabkan hambatan emosional pada klien.
- 5) Menyerukan klien menggunakan kemampuan rasional daripada emosinya.
- 6) Menggunakan pendekatan dedaktik dan filosofis.
- 7) Menggunakan humor sebagai cara mengkonfrontasikan berfikir secara irrasional.

3.7. Teknik-Teknik Rasional Emotif Terapi

Dalam Rasional Emotif Terapi menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, behavioral dan humor yang disesuaikan dengan kondisi klien. Setiap konselor dapat mempergunakan gabungan-gabungan teknik sejauh penggabungan itu memungkinkan. Teknik-teknik tersebut diantaranya, yaitu:

- 1) Terapi Kognitif.

Beberapa terapi kognitif yang cukup dikenal adalah :

- a. Home work assigment atau pemberian tugas rumah. Yaitu teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah untuk melatih, membiasakan

diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan.

- b. Latihan asertif, yaitu teknik untuk melatih keberanian klien dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan melalui bermain peran, latihan atau meniru model-model sosial.

2) Terapi Afektif

Teknik ini digunakan untuk membantu klien dalam mengidentifikasi emosi dan keyakinan, serta menemukan kesulitan verbalisasi. Pada saat tertentu ada klien yang mampu mengenal perasaan dan kognitifnya, tapi tidak dapat mempergunakannya dalam kejadian-kejadian tertentu. Dalam hal ini teknik yang bisa digunakan, yaitu:

- a. Teknik *Assertive Training*, merupakan teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk secara terusmenerus menyesuaikan dirinya dengan tingkah yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri klien.
- b. Teknik Sosiodrama, merupakan teknik yang digunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan yang negatif) melalui suasana yang di dramatisasikan sedemikian rupa sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan ataupun melalui gerakan dramatis.
- c. Teknik Self Modeling (diri sebagai model), merupakan teknik yang digunakan untuk meminta klien agar berjanji atau mengadakan komitmen dengan konselor untuk perasaan atau perilaku tertentu. Dalam self modeling ini klien diminta

untuk tetap setia pada janjinya dan secara terus-menerus menghilangkan diri dari sikap negatif.

- d. Teknik Mutasi, merupakan teknik untuk menirukan secara terus-menerus suatu model tingkah laku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan tingkah lakunya sendiri yang negatif

3) Terapi Behavioristik

Dalam kasusnya, kebanyakan Terapi Rasional Emotif banyak menggunakan teknik behavioristik terutama dalam hal upaya memodifikasi perilaku negatif klien, dengan mengubah akar keyakinan yang tidak rasional dan tidak logis, beberapa teknik yang tergolong behavioristik adalah:

- a. Teknik *reinforcement* (penguatan), yaitu usaha mendorong klien ke arah tingkah laku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman (*punishment*). Teknik ini dimaksudkan untuk membongkar sistem nilai-nilai dan keyakinan yang irasional pada klien dan menggantinya dengan sistem nilai yang lebih positif.
- b. Teknik *social modeling* atau dikenal dengan pemodelan sosial, yaitu teknik untuk membentuk perilaku baru pada klien. Teknik ini dilakukan agar klien dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mutasi (meniru), mengobservasi dan menyesuaikan dirinya dan menginternalisasikan norma-norma dalam sistem model sosial dengan masalah tertentu yang telah disiapkan konselor.
- c. Teknik *live models* (model kehidupan nyata), yaitu teknik yang digunakan untuk menggambar perilaku-perilaku tertentu. Khususnya situasi-situasi

interpersonal yang kompleks dalam bentuk percakapan-percakapan social, interaksi dengan memecahkan masalah-masalah.

4) Humor

Penggunaan humor dalam proses klien telah diterapkan dalam berbagai macam kesempatan, seperti Sekolah Dasar, pada konseling karier, konseling kelompok, terapi keluarga dan terapi analitik. Humor juga dapat digunakan menciptakan rapport dan sebagai teknik untuk membuka diri klien dimana konselor dapat menunjukkan kesempurnaan atau kelemahan yang sebaiknya bisa diterima oleh setiap manusia, dengan kata lain, dinyatakan tertawa adalah suatu cara “ menunjuk sendiri” terhadap ketidak mampuan dan ketidakfanaan terhadap perilaku sendiri. Kebanyakan hambatan itu muncul karena terlalu serius dalam membicarakannya, untuk itu humor diharapkan dapat membantu klien agar tercipta suasana yang tidak menakutkan dan klien juga dapat menikmati proses terapi. Dalam proses klien ini konselor dapat mengajak klien untuk menertawakan pikiran irasionalnya dan bertanggung jawab terhadap pengukuran itu.

Menurut Hartono (2007:179) penggunaan humor dalam konseling sebaiknya memperhatikan budaya yang dimiliki oleh klien. Ada budaya-budaya tertentu yang bisa menerima humor sebagai konsekuensi kegagalan yang dilakukan. Tetapi ada juga ada budaya atau nilai-nilai masyarakat yang berpikiran bahwa kegagalan bisa ditertawakan dengan demikian penggunaan memperhatikan latar belakang budaya klien.

Dalam mengaplikasikannya berbagai teknik rasional emotif terapi behavior Albert Ellis menyampaikan untuk menggunakan dan menggabungkan beberapa teknik tertentu sesuai dengan permasalahan yang dihadapi klien.

4. Emosi

4.1. Pengertian Emosi

Manusia adalah makhluk paling sempurna yang diciptakan oleh Tuhan. Makhluk yang memiliki akal pikiran dan perasaan. Setiap manusia memiliki perasaannya masing-masing dalam melihat, mendengar, menilai, dan merasakan segala hal yang terjadi pada dirinya dalam menjalani kehidupan. Manusia dapat merasakan banyak hal dalam kehidupannya seperti rasa senang, sedih, bosan, bimbang dan emosi. Emosi sendiri adalah aspek penting yang mempunyai pengaruh besar dalam sikap manusia. Emosi pada prinsipnya menggambarkan perasaan manusia dalam menghadapi berbagai situasi yang berbeda.

Emosi berasal dari kata *eberarti* energi dan *motion* yang berarti getaran. Emosi bisa dikatakan sebagai sebuah energi yang terus bergerak dan bergetar. Menurut Daniel Goleman (2015: 409) emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dari dalam diri individu. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis.

Menurut Abu Ahmadi (2009:101) emosi adalah keadaan kerohanian atau peristiwa kejiwaan yang kita alami dengan senang atau tidak senang dalam hubungan dengan peristiwa mengenal dan bersifat subjektif. Menurut Roesleny Marliany (2010: 221) emosi merupakan gejala afektif pada kejiwaan manusia yang dihayati secara subjektif, yang pada umumnya bersentuhan secara langsung dengan gejala pengenalan.

Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku intensional manusia. Emosi merupakan suatu keadaan pada diri individu pada suatu waktu tertentu diwarnai dengan adanya gradasi afektif mulai dari tingkatan yang lemah sampai pada tingkatan yang kuat, seperti tidak terlalu kecewa dan sangat kecewa.

Emosi dapat muncul dalam diri seperti sedih, gembira, kecewa, benci, cinta, marah. Sebutan yang diberikan emosi tersebut akan mempengaruhi bagaimana anak berpikir dan bertindak mengenai perasaan tersebut. Kemampuan untuk mengendalikan emosi seseorang tidak hanya berkembang sejalan dengan bertambahnya usia, tetapi juga bagaimana emosi orang-orang di sekitarnya. Emosi adalah suatu perasaan dari dalam diri individu yang mendorong individu untuk merespon dan bertindak laku baik dari dalam maupun dari luar dirinya.

4.2. Pengertian Kematangan Emosional

Kematangan emosi merupakan kondisi dimana seorang individu bisa menerima suatu keadaan atau kondisi dengan timbulnya emosi yang sesuai dengan

apa yang terjadi pada dirinya tanpa berlebihan atau meledak-ledak. Dan juga, individu tersebut dapat berfikir secara kritis terlebih dahulu sebelum menyatakan apa yang dirasakannya sehingga dia bisa mengutarakan hal tersebut di waktu yang tepat dan dengan cara yang dapat diterima orang lain.

Menurut Sukadji (dalam Ratnawati, 2005) mengatakan bahwa kematangan emosi sebagai suatu kemampuan untuk mengarahkan emosi dasar yang kuat ke penyaluran yang mencapai tujuan, dan tujuan ini memuaskan diri sendiri dan dapat diterima di lingkungan.

Menurut Yustinus Semiun (2006:410) kematangan emosi adalah mengacu pada kapasitas seseorang untuk bereaksi dalam berbagai situasi kehidupan dengan cara-cara yang lebih bermanfaat dan bukan dengan cara-cara bereaksi anak-anak. Menurut Chaplin (2011:165) kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak. Kematangan emosional merupakan suatu kondisi pencapaian kematangan emosi dengan dapat mengendalikan perasaannya dalam kehidupan sehari-hari.

4.3. Bentuk-bentuk dan Ciri-ciri Emosi

Berbicara tentang emosi, ada beberapa emosi yang begitu kompleks yang telah diidentifikasi dan dikelompokkan oleh Daniel Goleman (2015:104) yaitu sebagai berikut:

- 1) Amarah: Beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, tersinggung, bermusuhan, tindak kekerasan dan kebencian patologis.
- 2) Kesedihan: Pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa dan kalau menjadi patologis, depresi berat.
- 3) Rasa takut: Cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, perasaan takut sekali, sedih, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut; sebagai patolis, fobia dan panik.
- 4) Kenikmatan: Bahagia, gembira, ringan, puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, rasa terpesona, rasa puas, rasa terpenuhi, kegirangan luar biasa, senang, senang sekali, dan batas ujungnya, mania.
- 5) Cinta: Penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, kasih.
- 6) Terkejut: Terkejut, terkesiap, takjub, terpana.
- 7) Jengkel: Hina, jijik, muak, mual, tidak suka, mau muntah.
- 8) Malu: Rasa salah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib dan hati hancur lebur.

Atas dasar arah aktivitasnya, tingkah laku yang berhubungan dengan emosi dapat dibagi menjadi empat macam, yaitu:

- 1) Marah, orang bergerak menentang sumber frustrasi
- 2) Takut, orang bergerak meninggalkan sumber frustrasi
- 3) Cinta, orang bergerak menuju sumber kesenangan
- 4) Emosi merupakan sumber informasi tentang keberhasilan kita.

Menurut Syamsu Yusuf (2004:73) emosi sebagai suatu peristiwa psikologis mengandung ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Lebih bersifat subjektif dari pada peristiwa psikologi lainnya seperti pengamatan dan berpikir.
- 2) Bersifat fluktuatif (tidak tetap).
- 3) Banyak bersangkut paut dengan peristiwa pengenalan panca indera.

4.4. Kategori Emosi

Pada dasarnya kategori emosi manusia dibagi menjadi dua kategori umum yang di lihat dari dampak yang di timbulkan nya, yaitu sebagai berikut:

1) Emosi Positif

Emosi positif memberikan dampak yang menyenangkan dan menenangkan. Macam dari emosi positif ini seperti, tenang, santai, rileks, gembira, lucu, halus, dan senang.

2) Emosi Negatif

Emosi negatif memberikan dampak yang kita rasakan adalah negatif yaitu, tidak menyenangkan dan menyusahkan. Macam dari emosi negatif ini seperti sedih, kecewa, putus asa, depresi, frustrasi, marah, dan dendam.

4.5. Fungsi Emosi

Mpengertiann (Nyayu Khodijah, 2006:15)mengemukakanbahwabagi manusia, emosi tidak hanya berfungsi untuk Survival atau sekedar untuk mempertahankan hidup, seperti pada hewan. Akan tetapi, emosi juga berfungsi sebagai Energizer atau pembangkit energi yang memberikan kegairahan dalam kehidupan manusia. Selain itu, emosi juga merupakan Messenger atau pembawa pesan.

- 1) Survival, yaitu sebagai sarana untuk mempertahankan hidup. Emosi memberikan kekuatan pada manusia untuk membedakan dan mempertahankan diri terhadap adanya gangguan atau rintangan. Adanya perasaan cinta, sayang, cemburu, marah, atau benci, membuat manusia dapat menikmati hidup dalam kebersamaan dengan manusia lain.
- 2) Energizer, yaitu sebagai pembangkit energi. Emosi dapat memberikan kita semangat dalam bekerja bahkan juga semangat untuk hidup. Contohnya : perasaan cinta dan sayang. Namun, emosi juga dapat memberikan dampak negatif yang membuat kita merasakan hari-hari yang suram dan nyaris tidak ada semangat untuk hidup. Contohnya : perasaan sedih dan benci.
- 3) Messenger, yaitu sebagai pembawa pesan. Emosi memberitahu kita bagaimana keadaan orang-orang yang berada disekitar kita, terutama orang-orang yang kita cintai dan sayangi, sehingga kita dapat memahami dan melakukan sesuatu yang tepat dengan kondisi tersebut. Bayangkan jika tidak ada emosi, kita tidak tahu bahwa disekitar kita ada orang yang sedih karena sesuatu hal yang terjadi dalam keadaan seperti itu mungkin kita akan tertawa-tawa bahagia sehingga membuat seseorang yang sedang bersedih merasa bahwa kita bersikap empati terhadapnya.

4.6. Cara Mengendalikan Emosi

Pengendalian emosi bukan hanya untuk mengurangi ekspresi emosi yang tidak diharapkan, melainkan juga untuk mengendalikan beberapa bentuk emosi yang sering kali menyulitkan kita sendiri, seperti kemarahan, kecemasan, rasa

bersalah dan juga cinta yang terlalu romantis. Adapun cara untuk mengelola emosi

Menurut Coky Aditya (2013: 88) adalah sebagai berikut :

- 1) Meningkatkan Religius
- 2) Tertawa
- 3) Diam
- 4) Rasakan yang Orang lain Rasakan
- 5) Tenangkan Hati di Tempat yang Nyaman
- 6) Mencari Kesibukan yang disukai
- 7) Berpikir Rasional sebelum bertindak, dan
- 8) Memaafkan.

Menurut J.Maurus (2007: 94) Cara lain yang manjur dalam mengendalikan emosi ialah dengan memperhalus gerak emosi, mengangkat dan mengarahkan mereka menjadi ekspresi yang sehat. Secara Psikologis, kita dapat melepaskan diri dari perasaan yang tidak kita inginkan dengan memikirkan sesuatu yang benar-benar berlawanan dengan perasaan tersebut. Jika tidak bahagia, kita bisa mendapatkan kebahagiaan dengan sengaja mengingat sesuatu yang menyenangkan. Dengan cara yang sama, kita bisa menyemangati diri kita dengan bergairah melakukan sesuatu.

4.7. Manfaat Mengelola Emosi

Dalam kehidupan sehari-hari, emosi merupakan hal wajar selama masih dalam batas normal. Sebagai salah satu dari jenis perasaan, emosi merupakan perasaan yang identik dengan hal negatif dan tidak baik untuk dilakukan. Banyak

sekali manfaat dari emosi bagi kehidupan manusia seperti dikemukakan oleh Daniel Goleman (2015: 400) yaitu sebagai berikut:

- 1) Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi dan pengelolaan amarah.
- 2) Berkurangnya ejekan verbal, perkelahian, dan gangguan diruang kelas.
- 3) Lebih mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, tanpa berkelahi.
- 4) Berkurangnya larangan masuk sementara dan skorsing.
- 5) Berkurangnya perilaku agresif atau merusak diri sendiri.
- 6) Perasaan yang lebih positif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga.
- 7) Lebih baik dalam menangani ketegangan jiwa.
- 8) Berkurangnya kesepian dan kecemasan dalam pergaulan.

Adapun manfaat dari mengelola emosi yang lainnya bagi kehidupan, adalah:

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

4.8. Akibat Dari Tidak Dapat Mengelola Emosi

Menurut Daniel Goleman (2015: 327-328), Beberapa masalah yang mungkin muncul ketika seorang atau remaja yang tidak memiliki pengelolaan emosi yang baik antara lain:

- 1) Menarik diri dari pergaulan atau masalah sosial: Lebih suka menyendiri, bersikap sembunyi-sembunyi, banyak bermuram durja, kurang bersemangat, merasa tidak bahagia, terlampau tergantung.
- 2) Cemas dan depresi: Menyendiri, sering takut dan cemas, ingin sempurna, merasa tidak dicintai, merasa gugup atau sedih dan depresi.
- 3) Memiliki masalah dalam hal perhatian atau berpikir: Tidak mampu memusatkan perhatian atau duduk tenang, melamun, bertindak tanpa berpikir, bersikap terlalu tegang untuk berkonsentrasi, sering mendapat nilai buruk disekolah, tidak mampu membuat pikiran jadi tenang.
- 4) Nakal atau agresif: Bergaul dengan anak- anak yang bermasalah, bohong dan menipu, sering bertengkar, bersikap kasar terhadap orang lain, menuntut perhatian, merusak milik orang lain, membandel disekolah dan dirumah, keras kepala dan suasana hati sering berubah- ubah, terlalu banyak bicara, sering mengolok- olok, bertempramen mudah “panas”.

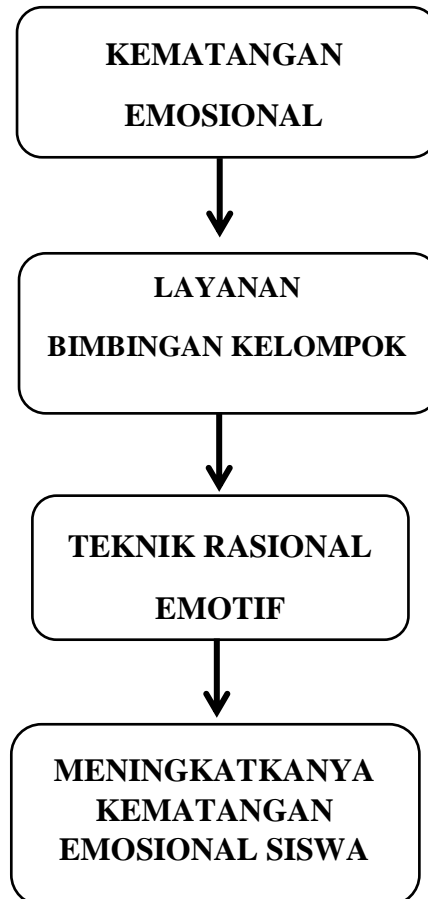
Dan Beberapa akibat yang lain dari tidak mampunya mengelola emosi dalam kehidupan, antara lain:

- 1) Menyebabkan energi terkuras habis.
- 2) Dicap tidak kuat mental dan tidak dewasa.
- 3) Membuka peluang besar untuk melakukan kesalahan fatal dalam hal apapun.
- 4) Menimbulkan penyakit mental (stres dan depresi).
- 5) Menimbulkan penyakit fisik yang cukup berat (hipertensi, alergi, maag, migrain).
- 6) Mudah gelap mata.
- 7) Berpikir irasional, karena secara langsung emosi bisa mempengaruhi logika.

B. Kerangka Konseptual

Adapun kerangka konseptual dalam penelitian ini digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2.1



**BAB III
METODE PENELITIAN**

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 01 Medan, yang berlokasi di Jalan Demak Nomor 3, Sei Rengas Permata Kec. Medan Area Kota Medan Sumatera Utara.

2. Waktu penelitian

Adapun waktu yang dipergunakan dalam penyelesaian penelitian ini adalah dari bulan Januari sampai dengan bulan Juli seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 3.1
Jadwal Penelitian**

No	JenisKegiatan	Bulan/Minggu																															
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Pengumpulan Data																																
2	Pengolahan Data																																
3	Bimbingan Skripsi																																
4	Sidang Meja Hijau																																
5	Perbaikan Skripsi																																

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian kualitatif adalah mereka para responden atau informan yang dijadikan sebagai narasumber untuk menggali yang dibutuhkan peneliti. Adapun subjek dalam penelitian ini, kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan, Tahun Pembelajaran 2019/2020.

Tabel 3.2
Subjek Penelitian

No.	Nama	Jumlah Siswa
1	Kepala Sekolah	1
2	Guru Bimbingan dan Konseling	1
3	Guru Mata Pelajaran	1
4	Siswa Kelas VIII	3
5	Peneliti	1
Jumlah		7

2. Objek Penelitian

Menurut Arikunto (2010: 183) “Teknik pengambilan data sampel dalam penelitian ini adalah *teknikpurposive sampling* teknik penarikan sampel berdasarkan ciri-ciri, sifat atau karakteristik tertentu.

Tabel 3.3
Objek Penelitian

No.	Kelas	Subjek	Objek
1	VIII Terpadu 1	35	-
2	VIII Terpadu 2	36	-
3	VIII Terpadu 3	36	-
4	VIII Terpadu 4	36	2
5	VIII Terpadu 5	36	2
6	VIII A	46	1
7	VIII B	47	1
8	VIII C	45	2
Jumlah		367	9

Karena penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang tujuannya untuk menganalisis fenomena atau kejadian, maka pengambilan sampelnya tidak ditentukan seperti kuantitatif. Oleh sebab itu maka peneliti mengambil 9 orang siswa.

3. Variabel Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan tiga variabel yaitu layanan bimbingan kelompok, teknik *rasional emotif* dan kematangan emosional.

1. Indikator dalam variabel layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:
 - a. Memecahkan masalah
 - b. Dinamika kelompok yaitu aktif dan terbuka
 - c. Kemampuan berkomunikasi (mengungkapkan masalah dan memberikan masukan dan solusi)
 - d. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang baik

- e. Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, berempati, menerima dan mengungkapkan pendapat dan mampu menjaga rahasia.
2. Indikator dalam variabel teknik *rasional emotif* adalah sebagai berikut:
 - a. Berfikir rasional
 - b. Mampu memutuskan dan bertindak rasional
 3. Indikator dalam kematangan emosional adalah sebagai berikut:
 - a. Meningkatkan religius
 - b. Mampu memahami orang lain
 - c. Memiliki rasa empati yang tinggi terhadap orang lain
 - d. Berpikir rasional sebelum bertindak

D. Definisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini variabel- variabel yang menjadi objek penelitian dapat didefinisikan sebagai berikut:

- a. Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan baru dari nara sumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari, dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.
- b. Teknik Rasional Emotif (RET) adalah pendekatan behaviour kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran.

- c. Kematangan Emosional merupakan kondisi dimana seorang individu bisa menerima suatu keadaan atau kondisi dengan timbulnya emosi yang sesuai dengan apa yang terjadi pada dirinya tanpa berlebihan atau meledak-meledak.

E. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Menurut pendekatannya penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 21) “Data kualitatif adalah data yang diwujudkan dalam keadaan atau kata sifat”. Menurut Moleong (dalam Suharsimi Arikunto, 2010: 22) “Sumber data penelitian kualitatif adalah tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh penulis dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap makna yang tersirat dalam dokumen bendanya”. Karena data yang diperoleh berupa kata-kata atau tindakan, maka jenis penelitian yang penulis gunakan adalah jenis penelitian deskriptif, yakni jenis penelitian yang hanya menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi atau berbagai variabel. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang datanya dikumpulkan berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka-angka.

E. Instrumentasi Penelitian

Untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Menurut Sugiyono (2012: 166) mengemukakan bahwa “observasi sebagai teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan sejumlah pertanyaan khusus secara tertulis”. Menurut Arikunto (2013: 31), “ Ada beberapa jenis teknik observasi yang bisa digunakan tergantung keadaan dan permasalahan yang ada, observasi

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

Adapun pedoman observasinya sebagai berikut:

Tabel 3.4 Pedoman Observasi

	Indikator Pengamatan	Sub Indikator	Hasil
1	Kemandirian	-Mampu menentukan pilihan yang tepat untuk dirinya - Bertanggung jawab untuk keputusan yang diambil.	-Siswa terkadang masih labil untuk menentukan pilihan untuk dirinya sendiri dan masih menunggu pendapat teman-teman nya. -Sebagian siswa sudah memiliki rasa tanggung jawab atas apa yang sudah di pilih nya dengan segala resiko yang ada.
2	Beradaptasi	- Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan.	-Lingkungan sangat mendukung bagaimana sikap seseorang.
3	Penanganan emosi	-Mampu menangani persoalan emosi secara tepat	-Sebagian siswa mampu menangani emosinya yang tidak stabil tetapi

		<ul style="list-style-type: none"> - Peka terhadap emosi orang lain - Mampu mengenali emosi diri 	<p>sebagian siswa lainnya tidak bisa dan cenderung melakukan sesuatu yang tidak masuk akal jika emosinya sudah melonjak.</p> <p>-Siswa terkadang mengetahui keadaan emosi teman nya tetapi cenderung tidak memperdulikan nya.</p> <p>-Siswa mampu mengenali emosinya sendiri tetapi tidak bisa untuk mengontrolnya.</p>
--	--	--	---

2. Wawancara

Salah satu teknik pengumpulan data adalah dengan cara wawancara. Menurut Sugiyono (2012:194) menyatakan bahwa “ wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal - hal dari responden sedikit atau kecil”.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara tidak terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara yang berisi garis - garis besar

permasalahan yang akan diteliti. Peneliti mewawancarai guru bimbingan dan konseling dan siswa-siswi kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020. Adapun pedoman wawancara yang akan ditanyakan peneliti dalam penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 3.5

Pedoman Wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling

	Indikator	Sub Indikator	Hasil
	Pelaksanaanprogram pelayanan bimbingan dan konseling	-Pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling	Pelaksanaan BK disekolah sudah berjalan dengan efektif.
	Keadaan siswa	-Permasalahan yang biasa dihadapi siswa -Nama-nama siswa yang memiliki kematangan emosional yang rendah	-Permasalahan yang sering terjadi yaitu permasalahan tentang diri siswa yang belum bisa mengontrol emosinya. -IAA,ZA,MH,NA,IM,NS, LF, MF
	Hambatan pelaksanaan	Permasalahan yang terjadi selama pemberian layanan.	Fasilitas yang kurang lengkap
	Pengananan masalah siswa	-Berkoordinasi dengan guru mata pelajaran dan wali kelas.	Dalam mengatasi permasalahan guru bk bekerja sama dengan semua staf sekolah dan orang tua siswa.

Tabel 3.6
Pedoman wawancara dengan siswa

No	Indikator	Pertanyaan	Hasil
	Fisik	Bagaimana sikap anda ketika seseorang menyinggung perasaan mu? Bagaimana sikap anda ketika diberi tugas oleh guru? Bagaimana cara anda mengendalikan emosional? Bagaimana sikap anda ketika sedang bersama teman temannya ?	-Perasaan saya ketika seseorang menyinggung perasaan saya pasti marah, kesal. -Dengan cara menghindari dari keramaian. Happy, saling bertukar cerita.
	Motivasi	Apa penyebab seseorang sulit mengendalikan emosinya? Apakah kematangan emosional perlu dalam kehidupan sehari-hari?	-Terlalu kesal, mudah sakit hati sehingga mudah meluap-luapkan emosinya. - iya perlu.
	Emosi	Apakah yang anda lakukan ketika teman ada membuat marah?	-terkadang saya marahi dia atau tidak pergi.
	Kreatifitas	Apa yang anda lakukan ketika anda tidak dapat mengendalikan emosi?	-Saya marah-marah atau semua orang saya diamkan.
	Interaksi	- Bagaimana keadaan pergaulan sosial anda yang anda jalani selama ini?	Baik.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya - karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, biografi, peraturan, dan kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain - lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film, dan lain- lain. Studi dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini dokumentasinya menggunakan foto dan catatan konselor sekolah.

F. Teknik dan Analisis Data

Data yang diperoleh dalam lapangan selanjutnya menggunakan teknik analisis data kualitatif dari Sugiyono (2012: 338-345) yakni sebagai berikut: (1) Reduksi data, (2) Penyajian Data, dan (3) Penarikan kesimpulan.

1. Reduksi Data

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

2. Penyajian Data

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, dan sejenisnya. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan menyajikan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

3. Penarikan Kesimpulan

Setelah data tersajikan dalam rangkaian analisis data maka proses selanjutnya adalah penarikan kesimpulan. Kesimpulan awal yang ditemukan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti- bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti - bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah melakukan penelitian di lapangan. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yang diharapkan adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah

1. Identitas Sekolah



1. Nama Sekolah : SMP Muhammadiyah 1 Medan
2. NSS / NDS / NPSN : 204076001066 / G.1701219 / 10239053
3. Alamat sekolah :
 - a. Jalan : Jalan Demak No. 3 Medan
 - b. Kelurahan / Desa : SEI RENGAS PERMATA
 - c. Kecamatan : MEDAN AREA
 - d. Kabupaten / Kota : MEDAN
 - e. Provinsi : SUMATERA UTARA
 - f. Kode Pos : 20214
 - g. No. Telepon : 061 – 7358509
 - h. Fax : 061 – 7358509
 - i. E-Mail :
smpmuhammadiyah1medan@gmail.com
- j. Klasifikasi Letak Geografi Sekolah : PERKOTAAN
- k. Kategori Wilayah Khusus : BUKAN SEMUA
- l. Posisi Geografis : 3.5821804 Latitude
: 98.6942393 Longitude
5. Akreditasi : A (Amat Baik)
6. SK Pendirian Sekolah : 1099/I.4/F/2004
7. Sub Rayon : 08 (SMP Negeri 8 Medan)

8. Nama Kepala Sekolah : Paiman, S.Pd
9. HP : 081396640404
10. Kategori Sekolah : Rintisan SSN
11. Tahun didirikan / thn beroperasi : 1953 / 1953
12. Kepemilikan tanah (swasta) : Yayasan
13. Bangunan Sekolah : Milik Sendiri
14. Luas Tanah / Status : 2318 m²
15. Luas bangunan seluruhnya : 1300 m²
16. Kegiatan Belajar Mengajar : Pagi Hingga Siang Hari
17. Rombongan Belajar : 27 ruang
18. Apakah sekolah ini telah melaksanakan Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) :
Ya
19. Khusus untuk SMP Swasta / Yayasan
- a. Nama Yayasan : MAJELIS DIKDASMEN PCM
MEDANKOTA
- b. Nama Pimpinan Yayasan : Drs. M. YAQUB, M.Pd
- c. Alamat Yayasan : JL. DEMAK NO. 3 MEDAN
- d. Kelompok Yayasan : MPK Muhammadiyah
20. **PEMAKAIAN LISTRIK**
- Sumber Listrik Utama : PLN
- Daya Listrik : 41500 va
21. **SANITASI**
- Sumber Air Bersih : - PDAM
- Air Tanah
22. Nama Bank :
- a. Nama Bank : SUMUT CAPEM ASIA
- b. No. Rekening : 123.02.04.005057-8
- c. Atas Nama : SMP MUHAMMADIYAH 1
23. No NPWP : 73.870.515.1-122.00

B. VISI, MISI SEKOLAH

VISI : SMP MUHAMAMDIYAH 1 KOTA MEDAN SEBAGAI PILIHAN DAN KEBANGGAAN UMAT. (SHALEH, BERILMU DAN BERAKHLAK MULIA)

MISI : I. IMAN DAN TAQWA (IMTAQ)

1. Memodifikasi dan mengintegrasikan antara Kurikulum Al – Islam dengan Kurikulum Nasional
2. Cerdas dalam beribadah
3. Cerdas dalam menulis dan membaca serta mengartikan ayat Al – Qur`an
4. Memahami, menghayati dan mengamalkan nilai dasar ajaran Islam
5. Cerdas bergaul, sopan berpenampilan berwibawa serta ikhlas dan berakhlak karimah

II. ILMU PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI (IPTEK)

1. Menguasai dan mengembangkan Kurikulum 2004 dan KTSP
2. Cerdas dan terampil berorganisasi
3. Cerdas dan terampil Berbahasa Inggris
4. Cerdas dan terampil Berbahasa Arab
5. Cerdas dan terampil mengoperasikan komputer
6. Cerdas dan terampil merakit komputer
7. Cerdas dan terampil memberdayakan Laboratorium Bahasa, laboratorium IPA dan Perpustakaan
8. Pengembangan skill sesuai dengan potensi dasar anak untuk menunjang kemandirian masa depan
9. Mampu mengembangkan kecerdasan IQ, EQ, dan SQ yang mencakup :
 - a. Disiplin
 - b. Prestasi
 - c. Kreasi
 - d. Karya tulis
 - e. Seni (Musik dan Budaya)
 - f. Olah raga

- g. Bela Diri Tapak Suci
- h. Drum band
- i. Pramuka / HW

C. TUJUAN

Adapun secara operasional tujuan yang akan dicapai oleh SMP Muhamamdiyah 1 Medan Tahun Pelajaran 2018/2019 meliputi :

1. Peningkatan mutu akademik menuju nilai rata – rata 8,00 (80)
2. Mempersiapkan peserta didik untuk dapat melanjutkan pada jenjang yang lebih tinggi
3. Peningkatan kemampuan sesuai dengan OSN dan O2SN yang berjalan secara efektif dan dapat meraih juara tingkat kotaMedan maupun Provinsi
4. Mempersiapkan peserta didik terbuka terhadap perkembangan IPTEK
5. Peningkatan kelengkapan sarana dan prasarana menuju keadaan yang ideal
6. Terwujudnya kehidupan sekolah yang akademis dan berbudaya
7. Terwujudnya lingkungan sekolah yang bersih, nyaman dan kondusif untuk belajar
8. Terwujudnya hubungan yang harmonis dan dinamis antar warga sekolah dan masyarakat

➤ Adapun tujuan Jangka Pendek yaitu :

1. Melaksanakan program pembelajaran baik di Reguler, Unggul dan Terpadu
2. Mengembangkan kompetensi guru menuju Guru yang professional
3. menata peraturan dan tata tertib siswa, guru tenaga administrasi dan karyawan dalam mewujudkan disiplin
4. Menetapkan targe perolehan hasil Ujian Nasional
5. Menciptakan suasana kekeluargaan diantara warga sekolah dan pimpinan di atasnya
6. Menciptakan suasana yang menyenangkan, mengembirakan dan mengasikkan disekolah dan dikelas
7. Dinamis, kreatif dan kompetitif

➤ Adapun tujuan Jangka Panjang yaitu :

1. Sekolah yang berkualitas dan menjadi pilihan ummat

2. Memiliki karakter Islami dengan figure kader perserikatan dan kader ummat
3. Memberi motivasi kepada siswa bahwa pendidikan itu langkah awal untuk mencapai kesuksesan dalam hidup
4. Dapat memasuki SMA favorit, sederajat di Kota Medan sesuai dengan yang diinginkan
5. Memunculkan SMP akselerasi Muhammadiyah 1 Medanyang berkualitas

Kegiatan Non fisik (peningkatan mutu)

➤ Kegiatan siswa

1. Imtaq
 - a. PHBI
 - b. Pesantren ramadhan
 - c. Malam ibadah
 - d. Praktek penyelenggaraan jenazah
 - e. Praktek shalat wajib
 - f. Pengajian IPM (OSIS)
 - g. Pembacaan Al – Qur`an
 - h. Tadabbur alam
 - i. Shalat Dhuha
 - j. Ibadah Praktis
2. Kreativitas Siswa
 - a. Pelatihan KIR
 - b. Pelatihan Kurcil (jurnalistik)
 - c. Pelatihan Kepemimpinan
 - d. Mading
 - e. English Club
 - f. Karya Wisata ke Coca – cola, Tahura, kebun teh Sidamanik, kebun teh bah butong, kebun binatang Siantar,
 - g. Pramuka / HW
 - h. Paskibra
3. Olah raga, seni dan budaya
 - a. Olah Raga

- 1) Bulu Tangkis
 - 2) Volly
 - 3) Sepak Bola / Futsal
 - 4) Tenis Meja
 - 5) Tapak Suci
- b. Seni dan Budaya
- 1) Paduan Suara
 - 2) Drum Band
 - 3) Drama
 - 4) Tari
 - 5) Seni Bela Diri Tapak Suci
- c. Lomba – lomba
- 1) KIR (Karya Ilmiah Remaja)
 - 2) LPIK (Lomba Penelitaian Ilmiah Remaja)
 - 3) Olimpiade Matematika
 - 4) Olimpiade Fisika
 - 5) Olimpiade Biologi
 - 6) Baca Puisi (Deklarasi)
 - 7) Pidato Bahasa Inggris
 - 8) Pramuka / HW
 - 9) Drum Band
- d. Pemberian beasiswa
- 1) Prestasi Kelas
 - 2) Prestasi Terbaik
 - 3) Siswa Miskin / Tidak Mampu
- e. Preventif terhadap penyalahgunaan narkoba
- 1) Pengarahan penyalahgunaan Narkoba
 - 2) Studi Wisata ke Lembaga Pemasarakatan (LP) Tanjung Kusta, Panti
Insyaf di Sibolangit
- Pengadaan Sarana Dan Prasarana
- a. Pengadaan Buku
- Pengadaan buku pegangan guru – guru

Buku LKS bagi siswa

1. Alat Peraga
 2. Atlas
 3. Kerangka Tubuh Manusia
 4. Lensa
 5. Komputer
 6. Lab. Bahasa
- Peningkatan Kualitas Tenaga Pendidik dan Kependidikan

1. Pelatihan KBK
2. Pelatihan tindakan kelas
3. Pelatihan metode – metode mengajar

Pelatihan keperpustakaan

1. Pelatihan kearsipan
2. Pelatihan Kantin kejujuran
3. Seminar Hari Bumi
4. Pelatihan CTL

Kegiatan Non Fisik

1. Rapat Koordinasi
2. ATK
3. Transport Lokal
4. Monitoring dan evaluasi
5. Pelaporan

**SISWA, KELAS (ROMBONGAN BELAJAR), DAN NILAI UJIAN
NASIONAL (NILAI UN)**

1. Rata – rata Nilai Ujian Nasional (UN) / Ujian Akhir Sekolah Berstandar Nasional (UASBN) dari Siswa Baru Tingkat I yang diterima : 8, 55
2. Siswa menurut Program Pengajaran dan Kelas/Rombongan Belajar dan Agama

Tingkat	Rombel	Islam	Protestan	Katolik	Hindu	Budha	Konghucu	Jumlah
VII	9	352	-	-	-	-	-	352
VIII	9	359	-	-	-	-	-	359
IX	9	321	-	-	-	-	-	321
TOTAL	27	1032	-	-	-	-	-	1032

3. PERKEMBANGAN DATA SISWA 5 TAHUN TERAKHIR

NO	Tahun PELAJARAN	KELAS VII			KELAS VIII			KELAS IX			TOTAL			To tal
		R o m b e l	Jlh Siswa		R o m b e l	Jlh Siswa		Ro m b e l	Jlh Siswa		Ro m b e l	Jlh Siswa		
			L	P		L	P		L	P		L	P	
1.	2014/2015	7	147	90	7	146	111	9	166	138	23	459	339	798
2.	2015/2016	8	124	112	7	147	86	7	150	108	22	421	306	727
3.	2016/2017	9	173	154	8	125	113	7	143	89	24	441	356	797
4.	2017/2018	9	176	150	9	175	149	8	129	111	26	481	410	890
5.	2018/2019	9	183	180	9	178	148	9	176	153	27	537	481	1018

4. JUMLAH KELULUSAN

No	Tahun Pelajaran	Jumlah peserta UN		Lulus			Tidak Lulus	
		L	P	L	P	%	L	P
1	2014/2015	166	138	166	138	100 %	-	-
2	2015/2016	150	108	150	108	100 %	-	-
3	2016/2017	143	89	143	89	100 %	-	-
4	2017/2018	129	111	129	111	100 %	-	-
5	2018/2019	176	153	176	153	100 %	-	-

➤ Data ruang lain dan ukuran

No	Jenis Ruangan	Jumlah	Ukuran (pxl)	Kondisi *)
1	Perpustakaan	1	54 m ²	Baik
2	Lab. IPA	1	54 m ²	Baik
3	Ketrampilan	1	54 m ²	Baik
4	Multimedia	-	-	-
5	Kesenian	1	54 m ²	Baik
6	Lab. Bahasa	2	54 m ²	Baik
7	Lab. Komputer	1	54 m ²	Baik
8	PTD	-	-	-
9	Aula	1	100 m ²	Baik
10			

1	Ruang Kepala Sekolah	=	Ada	=	1	Ruang
2	Ruang BP	=	Ada	=	1	Ruang
3	Ruang WKS – III	=	Ada	=	1	Ruang
4	Ruang WKS – IV	=	Ada	=	1	Ruang
5	Ruang Psikolog	=	Ada	=	1	Ruang
6	Ruang Guru	=	Ada	=	1	Ruang
7	Ruang Tata Usaha	=	Ada	=	1	Ruang
8	Ruang UKS	=	Ada	=	1	Ruang
9	Ruang OSIS (IPM)	=	Ada	=	1	Ruang
10	Ruang Perpustakaan	=	Ada	=	1	Ruang
11	Lab. IPA	=	Ada	=	1	Ruang
12	Lab. Komputer	=	Ada	=	1	Ruang
13	Lab. Bahasa	=	Ada	=	1	Ruang
14	WC/Leading/Sumur	=	Ada	=	20	Ruang
15	Instalasi Listrik	=	Ada	=	1	Ruang

A. KONDISI SARANA DAN PRASARANA

➤ Ruang

➤ Inventaris

No	Jenis	Kebutuhan	Yang ada	Kurang	Lebih	Keterangan	
						Baik	Rusak
1	Bangku murid	1200	815	385	-	√	-
2	Meja murid	1200	815	385	-	√	-
3	Meja guru	52	37	8	-	√	-
4	Kursi guru	52	45	-	-	√	-
5	Kursi tamu / meja	5	3	2	-	√	-
6	Lemari	23	23	-	-	√	-
7	Rak buku	5	2	3	-	√	-
8	Papan tulis	23	23	-	-	√	-
9	Papan absent	23	23	-	-	√	-
10	Papan nama sekolah	2	2	-	-	√	-
11	Lonceng / bel	3	2	1	-	√	-
12	Mesin tik	1	1	-	-	√	-
13	Mesin stensil	-	-	-	-	-	-
14	Alat kesenian	-	-	-	-	-	-
15	Alat olah raga	-	-	-	-	-	-
16	Alat IPA	-	-	-	-	-	√
17	Alat IPS	-	-	-	-	-	-
18	Televisi	23	10	13	-	√	-
19	Computer	60	42	18	-	√	-
20	Telepon	2	1	1	-	√	-

21	Fax	1	1	-	-	√	-
22	Filling cabinet	5	-	5	-	√	-
23	Brankas	1	-	1	-	√	-
24	Ruang belajar	30	23	10	-	√	-
25	Generator	1	1	-	-	-	√
26	Printer	10	5	5	-	√	-

➤ **Infrastruktur**

No	Infrastruktur	Keadaan	Kondisi		
			Baik	Rusak ringan	Rusak berat
1	Pagar depan	Ada / tidak	-	√	-
2	Pagar samping	Ada / tidak	√	-	-
3	Pagar belakang	Ada / tidak	-	-	-
4	Tiang bendera	Ada / tidak	√	-	-
5	Sumur	Ada / tidak	√	-	-
6	Bak sampah permanen	Ada / tidak	√	-	-
7	Tempat pengolahan kompos	Ada / tidak	-	-	-
8	Tempat pengolahan limbah air	Ada / tidak	-	-	-
9	Saluran primer	Ada / tidak	-	-	-
10	Musholla / mesjid	Ada / tidak	√	-	-

B. KURIKULUM YANG DIGUNAKAN

No	Kurikulum	Kelas			Keterangan
		VII	VIII	IX	
1	Kurikulum 1999	-	-	-	
2	Kurikulum 2004 (KBK)	-	-	-	
3	KTSP	-	-	√	
4	KTSP Adopsi / Adaptasi Kurikulum Luar Negeri	-	-	-	
5	Kurikulum 2013 (K13)	√	√	-	

1. Beasiswa yang diterima siswa tahun lalu :

No	Jenis Beasiswa	Sumber beasiswa	Jumlah Siswa Menerima	Jumlah Siswa membutuhkan	Jumlah Penerima			Jumlah Dana Diterima (Rp. – dalam jutaan)
					L	P	L+P	
1	Prestasi	SPP	12	23	4	8	12	15,1
2	Bakat		8	40	2	6	8	10,8
Jumlah			20	63	6	14	20	25,2

2. Data Ekonomi orang tua siswa :

No	Kategori ekonomi Orang Tua Siswa	Jumlah Siswa			Total Siswa (orang)
		VII	VIII	IX	
1	Golongan Ekonomi Pra Sejahtera (Miskin)	62	53	38	153
2	Golongan Ekonomi Menengah	143	112	154	409
3	Golongan Ekonomi Sejahtera	121	74	43	238
Jumlah		326	239	235	800

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 01 Medan, adapun objek yang menjadi penelitian adalah siswa kelas VIII yang memiliki tingkat kematangan emosional yang rendah, dari kelas VIII tersebut terdapat 9 orang siswa yang memiliki ciri-ciri kematangan emosional yang rendah. Hal ini dilakukan agar hasil dari penelitian ini bisa lebih berfokus kemasalah yang ingin diteliti dan mencapai tujuan yang diinginkan dalam penelitian ini.

Deskripsi yang berkenaan dengan hasil penelitian, berdasarkan jawaban atas pertanyaan penelitian melalui wawancara terhadap sumber data dan observasi langsung di lapangan. Diantara pertanyaan dalam penelitian adalah sebagai berikut: (1) Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Rasional Emotif* di SMP Muhammadiyah 01 Medan, (2) Kematangan Emosional siswa di SMP Muhammadiyah 01 Medan, (3) Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Rasional Emotif* untuk meningkatkan Kematangan Emosional siswa di SMP Muhammadiyah 01 Medan. Selanjutnya dari jawaban tersebut dijadikan landasan untuk dilakukan layanan bimbingan kelompok.

1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rasional Emotif* di SMP Muhammadiyah 01 Medan

a. Hasil Observasi

Bimbingan sangat dibutuhkan untuk membantu mencegah konflik dalam bentuk masalah pribadi siswa. Berikut dijelaskan pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 01 Medan.

Ketika observasi peneliti berbincang-bincang kepada **Bapak Fakhur Rizal S.T** selaku guru Bimbingan dan Konseling mengenai pelaksanaan

bimbingan dan konseling. Dari informasi yang didapat bahwa pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling cukup berjalan dengan baik walaupun belum disediakan jam masuk khusus bimbingan dan konseling.

Hal ini didukung dengan observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 16 Mei 2020 mengenai sarana pendukung untuk membantu memaksimalkan kinerja konselor serta memajukan bimbingan dan konseling yang ada di sekolah SMP Muhammadiyah 01 Medan. Adapun sarana pendukung yang disediakan kepala sekolah sebagai berikut: Dengan menyediakan dan melengkapi beberapa sarana dan fasilitas, sarana dan fasilitas tersebut adalah menyediakan ruangan khusus bimbingan dan konseling, melengkapi isi ruangan bimbingan dan konseling seperti meja, kursi, lemari dan locker untuk menyimpan data-data siswa, kursi tamu, kipas angin dan ac, buku absensi, catatan khusus siswa, surat undangan orang tua, peralatan menulis, komputer serta alat printernya semuanya terpenuhi dalam ruangan bimbingan dan konseling.

Berdasarkan hasil observasi di atas kepala sekolah sudah memenuhi kelengkapan fasilitas dan mengadakan kerja sama untuk memajukan bimbingan dan konseling di sekolah SMP Muhammadiyah 01 Medan.

b. Hasil Wawancara

Hasil wawancara yang dilakukan dengan **Bapak Fakhur Rizal S.T** pada tanggal 12 Juni 2020 selaku guru bimbingan dan konseling dan sekaligus koordinator guru bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 01 Medan, adapun wawancaranya mengenai pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 01 Medan, beliau mengatakan bahwa *kegiatan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 01 Medan sudah berjalan cukup efektif,*

Namun tidak semua layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan. Hal ini disebabkan karena kurangnya minat peserta didik dalam bimbingan konseling. Fokus utama yang dilakukan guru bimbingan konseling adalah di SMP Muhammadiyah 01 Medan adalah tentang kedisiplinan dan prestasi siswa sehingga masalah yang lain seperti kematangan emosional kurang di perhatikan. Itulah salah satu penyebab kegiatan bimbingan dan konseling tidak berjalan dengan baik. Beliau juga mengatakan jika banyak siswa-siswa yang disiplin atas peraturan sekolah serta memiliki prestasi maka guru bimbingan dan konseling tersebut menganggap bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling sudah cukup berjalan dengan baik.

Berdasarkan hal tersebut dapat dilihat bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 01 Medan belum sepenuhnya berjalan dengan baik, terutama dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang masih jarang dilakukan. Hal tersebut membuat peneliti telah menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa. Di bawah ini dijelaskan langkah-langkah pelaksanaan penelitiannya.

Pada siklus I adapun langkah-langkah yang dilakukan peneliti adalah:

1. Membuat perencanaan, yaitu peneliti mengumpulkan data kelas mengenai siswa yang memiliki kematangan emosional yang rendah untuk dijadikan sebagai anggota bimbingan kelompok yang diambil tiap satu kelas 1 orang pada tahap awal dilakukan observasi.

2. Pelaksanaan, yaitu setelah data diperoleh peneliti mengumpulkan siswa kemudian diberikan teknik *rasional emotif* mengenai pemahaman kematangan emosional untuk dilanjutkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.
3. Observasi, yaitu peneliti mengobservasi dinamika kelompok dalam kegiatan teknik *rasional emotif*.
4. Refleksi, yaitu peneliti menanyakan kembali apa yang dirasakan anggota kelompok setelah mendapatkan teknik *rasional emotif*. Pada refleksi ini siswa sudah merasa akrab dan siap melaksanakan layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Peneliti lanjut ke siklus II.

Pada siklus II adapun langkah-langkah yang dilakukan peneliti adalah:

1. Setelah siswa mendapatkan teknik *rasional emotif* peneliti mengadakan pertemuan kembali sebagai perencanaan untuk melaksanakan bimbingan kelompok dengan siswa yang sama.
2. Pelaksanaan, yaitu anggota kelompok melaksanakan layanan bimbingan kelompok untuk membahas masalah kematangan emosional anggota kelompok.
3. Observasi, yaitu peneliti mengobservasi dinamika kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok.
4. Refleksi, yaitu peneliti menanyakan kembali apa yang dirasakan anggota kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu siswa memecahkan masalah pribadi secara bersama-sama. Sebelumnya siswa belum mengetahui seperti apa layanan-layanan bimbingan dan konseling salah satunya belum mengetahui layanan bimbingan

kelompok karena kurangnya pemahaman siswa terhadap bimbingan dan konseling, belum diterapkannya teknik *rasional emotif*, kurangnya maksimalnya pemberian layanan bimbingan kelompok oleh guru BK. Untuk menghilangkan itu semua diterapkanlah bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa.

Rasional emotif merupakan bentuk terapi yang menaruh perhatiannya pada asumsi bahwa manusia itu dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional, dan jujur maupun berfikir irrasional atau jahat, sehingga individu akan menjadi lebih produktif dalam kehidupannya.

2. Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rasional Emotif* untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa

a. Hasil Observasi

Bimbingan sangat dibutuhkan dalam membantu siswa memecahkan masalah pribadinya dan membantu mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya sehingga dapat merubah hidupnya menjadi lebih baik. Dengan menggunakan berbagai metode, permasalahan tersebut akan dituntaskan secara bersama-sama dengan bantuan dan arahan guru BK siswa dapat mengambil keputusan untuk memecahkan permasalahannya yang di hadapinya.

Sebenarnya disinilah fungsi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* dapat meningkatkan kematangan emosional siswa kelas VIII di SMP 01 Muhammadiyah Medan, dimana peneliti sudah menerapkan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa dan membuat siswa dapat mengontrol emosinya di saat sedang berbicara kepada temannya atau kepada guru, orang yang lebih tua maupun saat berada di lingkungan sekitar

nya. Layanan yang dapat diberikan kepada siswa oleh guru bimbingan dan konseling agar meningkatnya kematangan emosional siswa adalah seperti layanan bimbingan kelompok ini.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu dari jenis layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sejumlah siswa atau klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengembangkan yakni minat, bakat, melatih diri berkomunikasi, mendapatkan informasi dari topik yang kita bahas serta membahas permasalahan pribadi anggota kelompok serta memfasilitasi perkembangan individu atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

Tujuan umum bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif dan serta tidak efektif. Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu dapat diselesaikan dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Setelah siswa mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* mereka lebih mudah mengontrol emosi nya pada saat berbicara atau menyampaikan pendapat kepada orang lain.

b. Hasil Wawancara

Dari hasil obervasi diatas pada saat peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* peneliti mendapatkan hasil dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tersebut. Hasil itu peneliti dapatkan

dari respon siswa siswi tersebut serta hasil dari lampiran laiseg yang peneliti berikan kepada siswa siswi tersebut. Respon positif terlihat dari siswa siswi yang aktif dalam berdiskusi serta aktif dalam bertanya di grup tersebut dan tidak berhenti untuk saling bertukar informasi dan berdiskusi mengenai kematangan emosional. peneliti yang berperan sebagai pemimpin kelompok tidak lupa untuk tetap memantau serta melakukan tahap tahap pada layanan bimbingan kelompok agar layanan ini berjalan dengan baik. Kegiatan layanan bimbingan kelompok ini peneliti lakukan pada tanggal 18 Juni 2020 yang diikuti oleh 9 orang siswa yang memiliki kematangan emosional yang kurang baik di dalam kelas.

Setelah kegiatan layanan bimbingan kelompok tersebut peneliti lakukan. selanjutnya peneliti meneliti lebih dalam bagaimana hasil kegiatan layanan yang peneliti berikan kepada siswa dan siswi tersebut apakah benar benar berjalan dengan sangat baik, maka peneliti memberikan lampiran penilaian segera (laiseg) secara online melalui whatsapp grup pada tanggal 18 Juni 2020 dan di kumpul kepada peneliti pada tanggal 3 juli 2020 yang harus di isi oleh anggota kelompok yang terlibat dalam kelompok diskusi tersebut. Dalam hasil lampiran penilaian segera (laiseg) yang peneliti berikan kepada anggota kelompok tersebut memberikan hasil yang positif kepada para anggota kelompok setelah mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang peneliti lakukan.

Seperti pada siswa **(IAA)** dan **(DA)** mereka mengatakan *bahwa mereka belum pernah melakukan kegiatan ini dan mereka sangat senang karna mereka bisa mendapatkan ilmu baru untuk bagaimana cara mengontrol emosi dengan benar. Namun masih banyak juga yang mengatakan bahwa mereka banyak yang belum tahu bagaimana kegiatan layanan bimbingan dan kelompok ini karena*

guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut jarang melakukan layanan tersebut.

Namun terlihat juga dari hasil diskusi secara online di grup whatsapp yang peneliti lakukan ada beberapa siswa mengatakan bahwa penyebab seseorang tersebut tidak dapat berkomunikasi dikarenakan masih minimnya pengetahuan siswa dan siswi tersebut dalam mengelola kematangan emosional nya. Seperti kata siswa **(ZA)** **(MH)** dan **(NA)** *beliau mengatakan bahwa dia sangat senang dengan kegiatan ini karena sangat bermanfaat, dengan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini karna dia banyak menemukan teman teman baru yang ternyata juga memiliki masalah yang sama seperti dirinya sehingga hal itu membuat**(ZA)** **(MH)** dan **(NA)**ingin lebih mengontrol emsoinya dalam berbicara terhadap orang lain sehingga tidak ada lagi kesalah pahaman pada saat berbicara.*

Sedangkan menurut **(IM)**, **(NS)**, **(LF)**, **(MF)** mengatakan: *Setelah saya mengikuti layanan bimbingan kelompok saya memiliki pemahaman apa bimbingan konseling itu sendiri, dan mengetahui cara mengatasi masalah di bimbingan konseling. Dan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok perasaan saya lebih tenang dari sebelumnya, dan sebelumnya saya masih malu-malu karena masalah saya yang dibahas dalam konseling kelompok ini tetapi setelah saya mencoba terbuka kepada teman-teman dengan masalah yang saya hadapi saya lebih yakin dalam meningkatkan kematangan emosional saya, sehingga pada saat berbicara kepada orang lain tidak jerjadi kesalah pahaman maupun tersinggung. Saya mengetahui dengan kematangan emosional saya baik*

maka saya akan mendapatkan banyak teman dan tidak menyakiti perasaan orang lain.

Dari beberapa jawaban di atas terlihat bahwa siswa siswi tersebut belum memahami bagaimana mengontrol kematangan emosional, serta siswa siswi tersebut belum mengetahui bahwa melalui bimbingan dan konseling dapat membantu mereka untuk memecahkan masalah dan juga dapat membantu untuk mengembangkan potensi mereka. Dari gambaran hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa kematangan emosional siswa mengalami peningkatan. Yang tadinya hanya sekitar 25% meningkat menjadi 75% - 94%, hal itu dilihat dengan terbukanya siswa siswi tersebut dalam menyampaikan pendapatnya, Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* mampu untuk meningkatkan kematangan emosional pada siswa siswi tersebut. Namun guru bimbingan dan konseling disekolah harus tetap memperhatikan siswa-siswinya.

C. Diskusi Hasil Penelitian

Layanan Bimbingan kelompok diterapkan penulis saat melakukan penelitian mengenai layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa kelas VIII di SMP 01 Muhammadiyah Medan. Layanan bimbingan kelompok diselenggarakan secara teratur, terarah dan terkontrol serta tidak diselenggarakan secara acak atau seadanya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat dilihat dari gambaran hasil penilaian segera bahwa kematangan emosional siswa telah

meningkat yang tadinya kematangan emosional rendah menjadi lebih meningkat karena diberikannya layanan bimbingan kelompok oleh peneliti.

Banyaknya persoalan yang sering terjadi yaitu siswa yang tidak dapat mengontrol emosi dengan teman bicaranya sehingga terjadinya kesalahan pemahaman dan pertengkaran, maka inilah upaya yang dilakukan dengan sungguh-sungguh untuk meningkatnya kematangan emosional siswa dengan cara yang efektif. Salah satu cara untuk meningkatkan kematangan emosional siswa adalah dengan cara melaksanakan layanan bimbingan kelompok, dalam bimbingan kelompok siswa dibimbing secara berkelompok dalam bentuk saling mengeluarkan pendapat, menerima pendapat orang lain sampai masalah terselesaikan dengan baik. Melalui teknik *rasional emotif* sepertidalam bimbingan kelompok bagaimana siswa mengontrol emosinya pada saat berbicara atau menyampaikan pendapat dihadapan anggota kelompok. Setelah teknik *rasional emotif* baru dilanjut bimbingan kelompok. Jadi melalui kegiatan bimbingan kelompok ini mampu merubah siswa dari yang tidak bisa mengontrol emosinya menjadi bisa dalam mengontrol emosinya pada saat berbicara atau menyampaikan pendapat kepada orang lain. Dalam bimbingan kelompok ini hal yang paling penting untuk mengawalibimbingan kelompok adalah saling percaya, empati dan suasana yang menyenangkan didalam kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa meningkatnya kematangan emosional siswa telah nampak, menunjukkan bahwa siswa sudah bisa dalam mengontrol emosinya ketika berkomunikasi dan tidak terjadi lagi kesalahan pemahaman dan pertengkaran. Jadi dalam penelitian ini peneliti telah berhasil

menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa.

D. Keterbatasan Penelitian

Penulis mengetahui, bahwa penulis skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna dan ada keterbatasan dalam melakukan penelitian dan penganalisaan data hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan faktor antara lain:

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian, hingga pengolahan data.
2. Sulit mengukur secara akurat layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* untuk meningkatkan kematangan emosional, karena alat yang digunakan adalah wawancara. Keterbatasannya adalah banyak dari individu yang memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan apa yang mereka rasakan atau alami yang sesungguhnya.
3. Terbatasnya waktu yang peneliti miliki untuk melakukan riset lebih lanjut pada siswa kelas VIII di SMP Muhammadiyah 01 Medan.
4. Selain keterbatasan di atas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kurangnya buku pedoman atau referensi tentang teknik penyusunan daftar pertanyaan wawancara secara baik, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa mendatang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

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

1. Dengan diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *rasional emotif* dapat meningkatkan kematangan emosional siswa. Dengan membuat siswa mengendalikan emosinya terhadap teman sebaya dan di lingkungan sekitarnya. Berdasarkan hasil penelitian dapat digambarkan bahwa kematangan emosional nya meningkat.
2. Dengan diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik rasional emotif dapat mampu meningkatkan kematangan emosional siswa. Hal itu terlihat dari hasil analisis peneliti dengan melihat siswa menjawab pertanyaan yang peneliti berikan di dalam lampiran laiseg. Pada hasil laiseg yang penelitian dapat gambarkan bahwa kematangan emosional nya meningkat. Dikarenakan siswa tersebut sudah bisa memahami apa saja materi tentang kematangan emosional sehingga dapat mengontrol emosi nya dalam kehidupan sehari hari

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah ditemukan maka dapat disarankan beberapa hal berikut:

1. Bagi guru bimbingan dan konseling, hendaknya menerapkan seluruh jenis layanan dalam bimbingan konseling. Karena tidak hanya mengetahui masalah apa yang di miliki siswa.

2. Bagi sekolah, di sarankan untuk membuat jadwal kelas bimbingan dan konseling.
3. Bagi siswa, harus mengendalikan emosinya agar tidak menyakiti perasaan lawan bicaranya agar tidak menimbulkan pertengkaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Coky. 2013. *Terapi Beragam Masalah Emosi Harian*. Yogyakarta: Sabil
- Ahmadi Abu. 2009. *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto,S. 2010. *Manajemen Penelitian*. Yokyakarta: Rineka Cipta.
- Bakar Abu. 2011. *Dasar-dasar Konseling*. Bandung: Cita pustaka Media Perintis.
- CoreyGerald. 2009.*Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika
Aditama
- Farid Mashudi. 2011. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSod
- Goleman Daniel. 2012. *Emitional Intelligence*. Jakata : Gramedia Pustaka Utama.
- Khodijah Nyanyu. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Latipun. 2005.*Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press
- Luddin M, Bakar Abu. 2012. *Konseling Individual dan Kelompok*. Bandung: Cita
Pustaka.
- Marliani Roesleny. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia
- Maurus, J. 2007. *Mukjizat Emosi*. Yogyakarta: Trubadur.
- Mohammad Surya.2003.*Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Pihasniwati. 2008.*Psikologi Konseling*. Yogyakarta: TERAS
- Prayitno dan Erman. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta:
Rineka Cipta.
- _____2009. *Layanan Bimbingan dan Kelompok*. Medan: Rineka Cipta.
- Sulistyarini dan Muhammad Jauhar. 2014. *Dasar Dasar Bimbingan Dan
Konseling*. Jakarta: Perstasi Pustaka
- Sudarmadji Boy Hartono.2007.*Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana
- Sugiyono (2015).*Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: ALFABETA

Sutirna.2012. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Penerbit Andi.

Walgito Bimo. 2010. *Teori- teori Psikologi Sosial*. Jogyakarta: Andi Offset

Winkel, W. S, dkk. 2005. *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan*.

Yogyakarta: Media Abadi.

Yusuf Syamsu. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung:

Rosda Karya.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1.4 Lampiran Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN/LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING T.A 2019/2020

FORMAT KLASIKAL TERJADWAL

- I. IDENTITAS**
- A. Satuan Pendidikan : SMP Muhammadiyah 01 Medan
 - B. Tahun Ajaran : Genap 2020
 - C. Sasaran Pelayanan : Kelas VIII
 - D. Pelaksana : Dian Anggraini
 - E. Pihak Terkait : -
- II. WAKTU DAN TEMPAT**
- A. Tanggal : 18 juni 2020
 - B. Jam Pembelajaran/Layanan: Sesuai Jadwal
 - C. Volume Waktu (JP) : 30 Menit
 - D. Spesifikasi Tempat Belajar: Online melalui Whastup Grub
- III. MATERI PEMBELAJARAN**
- A. Materi/Subtema : 1. Tema : Kematangan Emosional
2. Subtema : Apa itu kematangan emosional
 - B. Sumber Materi : Umum
- IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN**
- A. Pengembangan KES : 1. Agar siswi/a mengetahui sejauh mana pengalamannya dalam mengontrol emosi dengan teman temannya
2. Membangkitkan semangat siswi/a agar lebih sering mengasah dan mnggali kemampuannya dalam meningkatkan kematangan emosionalnya
3. Menambah pengetahuan siswi/a mengenai kematangan emosional
 - B. Penanganan KES-T : Bertujuan untuk menghindari serta mencegah ketidak tahuan siswi/a dalam mengontrol kematangan emosinya
- V. METODE DAN TEKNIK**
- A. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Konseling Kelompok
 - B. Kegiatan Pendukung : Aplikasi Instumentasi
- VI. SARANA**
- A. Media : Whatsup Grub
 - B. Perlengkapan : -
- VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN/PELAYANAN**
- Diperolehnya hal hal baru oleh siswa terkait KES(kehidupan efektif

sehari hari) dengan unsure unsure AKURS(Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

A. KES

1. Acuan (A) : memahami dan mengerti dalam mengontrol emosi
2. Kompetensi (K) : agar siswi/a mampu mengontrol emosi dengan orang lain
3. Usaha (U) : Bagaimana kegiatan siswi/a untuk mengenal lebih dalam tentang kematangan emosional.
4. Rasa (R) : Rasa senang karena bisa mengetahui lebih dalam tentang kematangan emosional.
5. Sungguh-sungguh (S) : Kesungguhan siswi/a dalam mengenal,memanfaatkan, dan mengontrol emosinya dengan lingkungannya.

- C. KES-T : menghindarinya sikap tidak mau tahu atau tidak peduli dari siswi/a terhadap informasi tentang kematangan emosi dengan baik
- D. Ridho tuhan, Bersyukur, ikhlas dan tabah : memohon ridho dari Allah Swt. Agar suksesnya para siswi/a SMP Muhammadiyah 01 medan berjalan dengan baik dalam melakukan kematangan emosional.

VIII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN : TAHAP PEMBENTUKAN

1. Mengucapkan salam dan mengajak siswi/ berdoa
2. Mengajak dan membimbing siswi/a untuk memulai kegiatan pembelajaran dengan penuh perhatian, semangat dan penampilan mereka dengan melakukan kegiatan ber BMB3 berkenaan dengan materi yg dibahas yaitu Apa itu sebenarnya kematangan emosional.
3. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu agar siswi/a paham tentang kematangan emosional,.

B. LANGKAH PENJAJAKAN : TAHAP PERALIHAN

1. Menanyakan kepada siswi/a tentang pemahamannya mengenai materi yang dibahas

C. LANGKAH PENAFSIRAN : TAHAP KEGIATAN AWAL

1. Mengulang tanggapan siswi/a mengenai materi yang dibahas

D. LANGKAH PEMBINAAN : TAHAP KEGIATAN UTAMA

1. Bagaimana siswi/a mengajak teman temannya agar dapat juga mengetahui tentang kematangan emosional.
2. siswi/a diminta untuk mengenal bagaimana kondisinya dalam mengontrol emosi.

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT : TAHAP KESIMPULAN DAN PENUTUP.

1. Penilaian Hasil

Diakhir proses pembelajaran siswa diminta merefleksikan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam kaitannya dengan AKURS:

- a. Berfikir (unsur A): apa yang mereka pikirkan tentang kematangan emosional
- b. Merasa (unsur R) : apa yang dirasakan setelah mengetahui tentang kematangan emosional.
- c. Bersikap (unsur K dan U) : bagaimana sikap siswi/a setelah mendapatkan info itu
- d. Bertindak (unsur K dan U) : bagaimana siswi/a menyampaikan pengalamannya dalam mengontrol emosi dengan teman sebayanya.
- e. Bertanggung Jawab (unsur S) :bagaimana kesungguhan siswi/a dalam menjalankannya setelah mendapatkan pengetahuan tersebut.

2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktifitas siswi/a dan efektivitas pembelajarab/pelayanan yang telah di selenggarakan.

3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pembelajaran atau pelayanan selesai, disusun laporan pelaksanaan program layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling
BK/Konselor

Medan, Mei 2020
Calon Guru

(Fakhrur Rizal S.T)

(Dian Anggraini)

Kepala Sekolah

(Paiman S.Pd)

1.5 Lampiran Laporan Pelaksanaan Program Layanan (Lapelprog)

LAPORAN

PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

- A. Jenis Topik : Kematangan Emosional
- B. Topik Bahasan : Apa itu sebenarnya kematangan emosional
- C. Alasan Pemilihan Topik : -
- D. Tempat : Whastupp Grub
- E. Waktu : 11.00 WIB
- F. Pertemuan ke : 1 (Satu)
- G. Anggota Kelompok : 1. Iqbal Aidil Ali
2. Defania Azura
3. Zola Aprilia
4. Muhammad Hafiz
5. Nabila Atikasari
6. Intan Maharani
7. Nazla Saphira
8. Layla Fauziah
9. Mhd.Fikri
- H. Pemimpin Kelompok : Dian Anggraini
1. Tahap Tahap Kegiatan
 1. Pembentukan
 - a. Menerima secara terbuka untuk bergabung ke dalam kelompok diskusi serta bersedia untuk anggota kelompok melaksanakan kegiatan
 - b. Berdoa secara bersama sama sesuai dengan agama dan keyakinan masing masing
 - c. Menjelaskan pengertian serta tujuan dari bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan asas asas dari bimbingan kelompok
 - e. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - f. Melakukan perkenalan nama

2. Peralihan
 - a. Menjelaskan kembali dengan ringkas cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok
 - b. Menggali suasana kegiatan dari masing masing anggota kelompok untuk melihat kesiapan anggota kelompok memasuki tahap selanjutnya
 - c. Menekankan asas asas yang dipedomani dn diperhatikan dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok
 3. Kegiatan
 - a. Pemimpin klompok memulai mengemukakan topik yang akan dibahas yaitu topik mengenai komunikasi *emosional*
 - b. Anggota kelompok menyetujui atas topik yang dibawakan oleh pemimpin kelompok
 - c. Seluruh anggota kelompok turut aktif dalam membahas topik untuk pemecahan masalah yang dibawa oleh pemimpin kelompok
 4. Pengakhiran
 - a. Memberi tahubahwa kegiatan akan segera di akhiri
 - b. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil pembahasan yang telah di bahas
 - c. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan
- I. Suasana Kegiatan Kelompok : Suasana nya aktif, berjalan dengan baik dan kondusif
- J. Pengungkapan Masalah dan Pemecahannya :
1. Sulit berkomunikasi dengan teman
 2. Merasa malu ketika berbicara di depan umum
- J. Pesan dan Kesan Anggota Kelompok :
- Pesan* : Semoga kegiatan ini mmeberikan manfaat
- Kesan* : Sangat senang dan seru dapat berdiskusi dan memecahkan masalah bersama
- K. Catatan Khusus : -

Medan, Mei 2020
 Pelaksana Layanan
 (Dian Anggraini)

RIWAYAT HIDUP



DATA PRIBADI

Nama : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Pogram Studi : Bimbingan dan Konseling
Tempat/Tgl Lahir : Sei Rejo, 21 September 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak Ke : 2 (Dua) dari 3 (Tiga) bersaudara
Status : Belum Menikah

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Mismantri
Nama Ibu : Sudilah

PENDIDIKAN

- SDN 105416 Sei Rejo (2010)
- SMPN 1 Sei Rampah (2013)
- SMK Swasta Teladan Sei Rampah (2016)
- Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling Tahun 2020

**PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
LAISEG**

Hari, Tanggal Mengisi :.....
Nama Pengisi :..... (Isi inisial nama dengan huruf kapital)
Pemberi Layanan : Dian Anggraini

1. Bagaimana perasaan kamu setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok ?

Jawaban :

.....
.....
.....

2. Hal hal atau pemahaman baru apakah yang anda peroleh dari layanan bimbingan kelompok yang sudah terlaksana ?

Jawaban :

.....
.....
.....

3. Apakah layanan bimbingan kelompok yang anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang anda alami?

Jawaban :

.....
.....
.....

4. Berdasarkan Pertanyaan di atas, berapa persenkah masalah yang anda alami itu sudah terentaskan/teratasi sampai sekarang ? *blok pilihanmu dengan warna merah untuk menjawab*

- | | |
|---------------|------------------|
| a. 95% - 100% | d. 30% - 49% |
| b. 75% - 94% | e. 10% - 29% |
| c. 50% - 74% | f. Semakin Berat |

5. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin anda sampaikan pemberi layanan ?

Jawaban :

.....
.....
.....

Tabel 3.4 Pedoman Observasi

	Indikator Pengamatan	Sub Indikator	Hasil
1	Kemandirian	<ul style="list-style-type: none"> -Mampu menentukan pilihan yang tepat untuk dirinya - Bertanggung jawab untuk keputusan yang diambil. 	<ul style="list-style-type: none"> -Siswa terkadang masih labil untuk menentukan pilihan untuk dirinya sendiri dan masih menunggu pendapat teman-teman nya. -Sebagian siswa sudah memiliki rasa tanggung jawab atas apa yang sudah di pilih nya dengan segala resiko yang ada.
2	Beradaptasi	<ul style="list-style-type: none"> - Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. 	<ul style="list-style-type: none"> -Lingkungan sangat mendukung bagaimana sikap seseorang.
3	Penanganan emosi	<ul style="list-style-type: none"> -Mampu menanggapi persoalan emosi secara tepat - Peka terhadap emosi orang lain - Mampu mengenali emosi diri 	<ul style="list-style-type: none"> -Sebagian siswa mampu menanggapi emosinya yang tidak stabil tetapi sebagian siswa lainnya tidak bisa dan cenderung melakukan sesuatu yang tidak masuk akal jika

			<p>emosinya sudah melonjak.</p> <p>-Siswa terkadang mengetahui keadaan emosi teman nya tetapi cenderung tidak memperdulikan nya.</p> <p>-Siswa mampu mengenali emosinya sendiri tetapi tidak bisa untuk mengontrolnya.</p>
--	--	--	--

Tabel 3.5

Pedoman Wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling

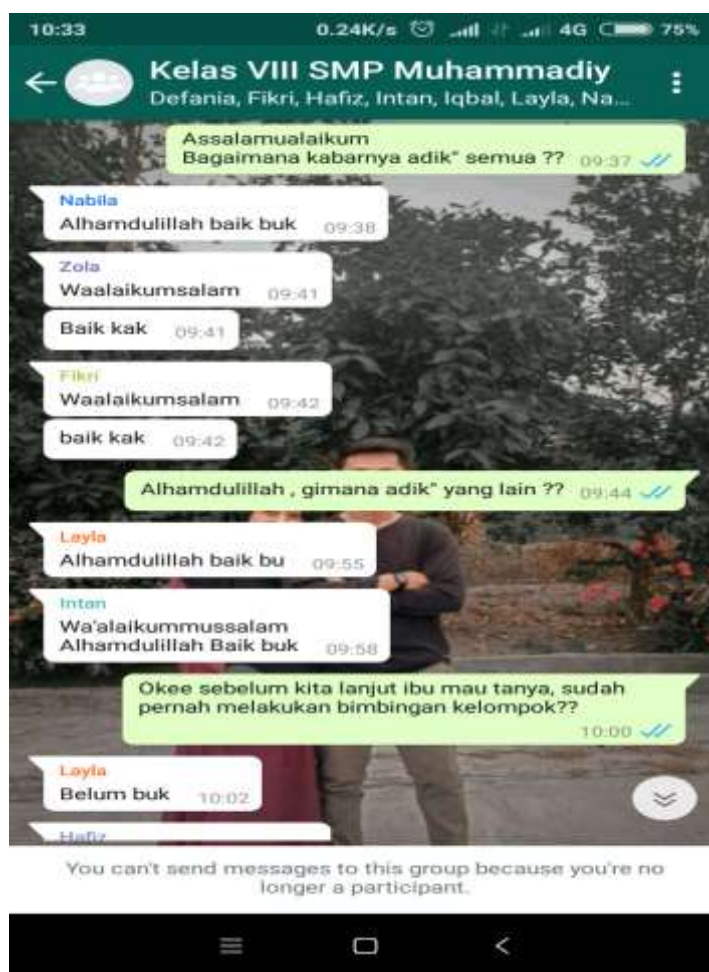
No	Indikator	Sub Indikator	Hasil
	Pelaksanaan program pelayanan bimbingan dan konseling	-Pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling	Pelaksanaan BK disekolah sudah berjalan dengan efektif.
	Keadaan siswa	-Permasalahan yang biasa dihadapi siswa -Nama-nama siswa yang memiliki kematangan emosional yang rendah	-Permasalahan yang sering terjadi yaitu permasalahan tentang diri siswa yang belum bisa mengontrol emosinya. -IAA,ZA,MH,NA,IM,NS, LF, MF

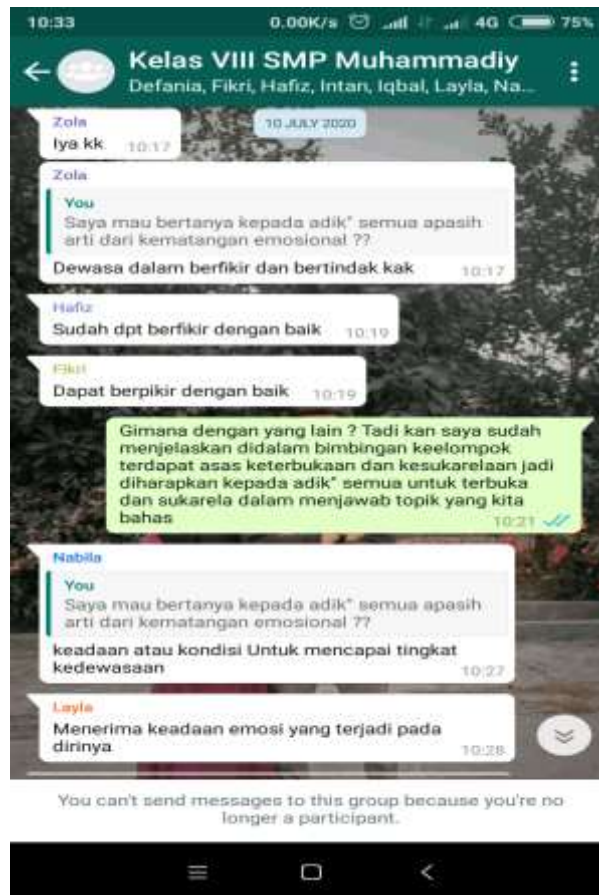
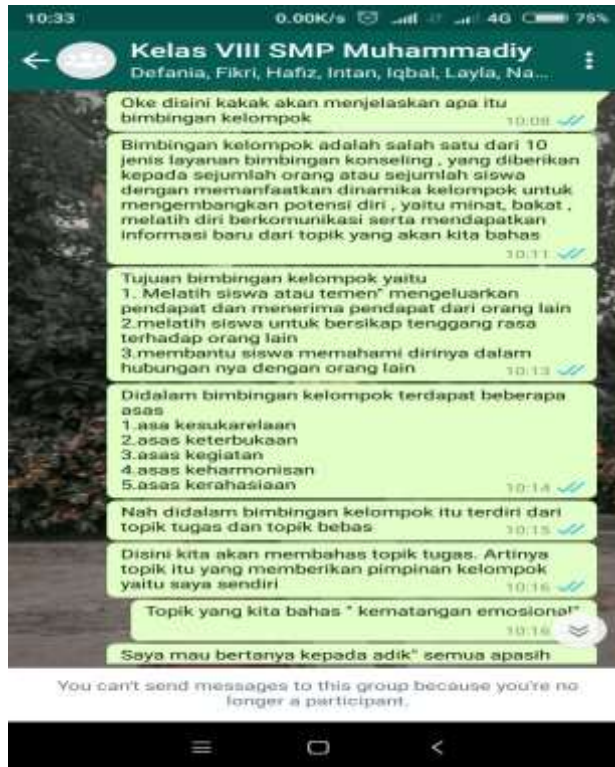
	Hambatan pelaksanaan	Permasalahan yang terjadi selama pemberian layanan.	Fasilitas yang kurang lengkap
	Penganganan masalah siswa	- Berkoordinasi dengan guru mata pelajaran dan wali kelas.	Dalam mengatasi permasalahan guru bk bekerja sama dengan semua staf sekolah dan orang tua siswa.

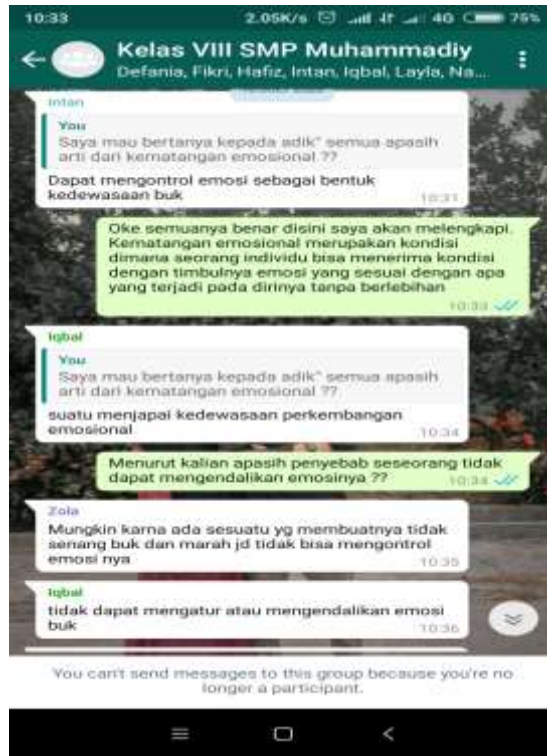
Tabel 3.6
Pedoman Wawancara Dengan Murid

No	Indikator	Pertanyaan	Hasil
	Fisik	Bagaimana sikap anda ketika seseorang menyinggung perasaan mu? Bagaimana sikap anda ketika diberi tugas oleh guru? Bagaimana cara anda mengendalikan emosional? Bagaimana sikap anda ketika sedang bersama teman temannya ?	-Perasaan saya ketika seseorang menyinggung perasaan saya pasti marah, kesal. -Dengan cara menghindar dari keramaian. Happy, saling bertukar cerita.
	Motivasi	Apa penyebab seseorang sulit mengendalikan emosinya? Apakah kematangan emosional perlu dalam kehidupan sehari-hari?	-Terlalu kesal, mudah sakit hati sehingga mudah meluap-luapkan emosinya. - iya perlu.
	Emosi	Apakah yang anda lakukan ketika teman ada membuat marah?	-terkadang saya marahi dia atau tidak

			pergi.
	Kreatifitas	Apa yang anda lakukan ketika anda tidak dapat mengendalikan emosi?	-Saya marah-marah atau semua orang saya diamkan.
	Interaksi	- Bagaimana keadaan pergaulan sosial anda yang anda jalani selama ini?	Baik.









Materi RPL

A. KEMATANGAN EMOSI

1. Pengertian Emosi

Para ahli di bidang psikologi mencoba mendefinisikan emosi dengan berbagai tinjauan. Keberadaan emosi bagi setiap individu memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan. Emosi dalam prakteknya mempunyai peranan penting bagi perilaku manusia. Dari segi etimologi, emosi berasal dari akar kata bahasa latin 'movere' yang berarti menggerakkan, bergerak. Kemudian ditambah dengan awalan 'e' untuk memberi arti bergerak menjauh (Darwis, 2006) Emosi adalah perasaan yang kita alami, (Semmel Albin, Rochelle,1986). Chaplin (1999) mendefinisikan emosi sebagai suatu yang terangsang dari organism, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku.

Daniel Goleman (1999), dalam bukunya Emotional Intellegence yang merujuk pada kamus Oxford menjelaskan bahwa emosi adalah setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, dan setiap keadaan mental yang hebat dan meluap-luap. Sedangkan Goleman (1999) sendiri menganggap emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Mengutip pendapat Sarwono (1989), emosi adalah sesuatu yang mendorong terhadap sesuatu dalam diri manusia, emosi merupakan penyesuaan organis yang timbul secara otomatis pada diri manusia dalam menghadapi situasi-situasi tertentu (Sarwono, 1989). Perasaan biasanya didefinisikan dengan gejala psikis yang

bersifat subyektif pada umumnya berhubungan dengan gejala mengenal dan dialami dalam diri seseorang. Ungkapan atau perasaan yang individu rasakan belum tentu menyenangkan menurut orang lain. Seringkali perasaan berhubungan dengan gejala jasmani tetapi tetap berfungsi sendiri. dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu ekspresi jiwa berupa perasaan yang sifatnya subyektif dan mendalam yang diperoleh dari stimulus yang diterima.

2. Pengertian Kematangan Emosi

Kematangan emosi dapat dimengerti dengan mengetahui pengertian emosi dan kematangan, kemudian diakhiri dengan penjelasan kematangan emosi sebagai satu kesatuan. Istilah kematangan menunjukkan kesiapan yang terbentuk dari pertumbuhan dan perkembangan (Hurlock, 1980). Emosi merupakan suatu kondisi keterbangkitan yang muncul dengan perasaan kuat dan biasanya respon emosi mengarah pada suatu bentuk perilaku tertentu (Lazarus, 1991).

Selain itu, terdapat juga definisi emosi sebagai suatu keadaan dalam diri individu yang memperlihatkan reaksi fisiologis, kognitif, dan pelampiasan perilaku. Misalnya ketika individu sedang mengalami ketakutan, reaksi fisiologis yang dapat muncul adalah keterbangkitan (jantung berdetak lebih kencang), kemudian individu akan memikirkan bahwa dirinya sedang dalam bahaya, sedangkan tingkah laku yang dapat muncul adalah kecenderungan untuk menghindar dari situasi yang membuat ketakutan (Rathus, 2005).

Goleman (2001) menjelaskan jenis-jenis emosi termasuk didalamnya amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Berdasarkan beberapa definisi emosi, dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang dirasakan oleh individu dan disertai dengan gejala-gejala

fisiologis, perasaan, dan perilaku yang ditunjukkan. Kematangan emosi dapat didefinisikan sebagai kemampuan mengekspresikan perasaan dan keyakinan secara berani dan mempertimbangkan perasaan dan keyakinan orang lain (Covey, 2001). Dariyo (2006) juga mendefinisikan kematangan emosi sebagai keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosi sehingga individu tidak lagi menampilkan pola emosional yang tidak pantas. Definisi kematangan emosi merupakan kesiapan individu dalam mengendalikan dan mengarahkan emosi dengan mempertimbangkan situasi dan kondisi, kesiapan tersebut tercapai sesuai dengan perkembangan usia.

3. Perkembangan Emosi

Perasaan seseorang berlangsung seiring dengan kematangan fisik dan psikis masing-masing. Kematangan fisik ditandai dengan pertumbuhan normal secara fisiologis berdasar tahapan-tahapan yang ada. Adapun tahapan-tahapan perkembangan emosi dari masa bayi sampai remaja akhir adalah dijelaskan sebagai berikut (Hurlock, 1980).

1) Masa bayi

Masa bayi adalah masa yang berlangsung dari dua tahun pertama setelah periode baru lahir dua minggu. Dominasi emosi pada masa bayi adalah emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Ada dua ciri khusus dari emosi pada bayi (Hurlock, 1980) yaitu :

- a. Emosi bayi sangat berbeda dengan emosi orang dewasa, dan kadang-kadang dari anak yang lebih tua. Emosi bayi misalnya, disertai oleh reaksi perilaku yang terlampau hebat bagi rangsangan yang menimbulkannya, terutama dalam hal marah dan takut. Emosi tersebut singkat tetapi kuat,

dan sering muncul tetapi bersifat sementara dan berubah menjadi emosi lain kalau perhatian bayi dialihkan.

- b. Emosi lebih mudah dibiasakan pada masa bayi dibandingkan pada periode yang lain. Ini disebabkan karena terbatasnya kemampuan intelektual bayi sehingga mudah dan cepat bereaksi terhadap rangsangan yang pada waktu lalu membangkitkan reaksi emosional.

2) Masa kanak-kanak awal (2-6 tahun)

Selama masa kanak-kanak emosi sangat kuat. Saat ini merupakan saat ketidakseimbangan karena anak keluar dari fokus, dalam arti bahwa dia mudah terbawa ledakan-ledakan emosional sehingga sulit dibimbing dan diarahkan. Hal ini tampak mencolok pada usia 2,5 sampai 3,5 dan 5,5 sampai 6,5 meskipun pada umumnya hal ini berlaku pada hampir seluruh periode awal (Hurlock, 1980:114). Emosi yang tinggi pada masa awal kanak-kanak ditandai oleh ledakan amarah, ketakutan yang hebat dan iri hati yang tidak masuk akal. Pola emosi yang 17 umum terjadi pada masa kanak-kanak awal adalah amarah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih dan kasih sayang.

3) Masa kanak-kanak akhir (6-10/11 tahun)

Pada masa kanak-kanak akhir sudah ada keinginan untuk dapat mengendalikan emosinya, karena ungkapan emosi terutama emosi yang kurang baik, secara sosial tidak diterima oleh teman-teman sebaya. Anak merasa jika ia menampakkkan emosi yang kurang baik dianggap sebagai pengecut, menyakiti hati orang lain dan tidak suportif. Tidak semua emosi pada masa ini menyenangkan, banyak ledakan amarah karena anak menderita kekhawatiran dan perasaan kecewa. Anak perempuan sering menangis sedangkan anak laki-laki

mengungkapkan kekesalan dan kekhawatiran dengan cemberut dan merajuk (Hurlock, 1980). Meningginya emosi pada masa kanak-kanak akhir disebabkan oleh keadaan fisik dan lingkungan. Kalau anak sakit atau lelah cenderung marah, rewel, dan umunya sulit dihadapi. Sedangkan faktor lingkungan antarlain adalah penyesuaian anak pada saat masuk sekolah. Namun pada umumnya, akhir masa kanak-kanak merupakan periode yang relatif tenang sampai mulainya masa puber.

4) Masa remaja awal (13/14-17 tahun)

Pola emosi pada remaja awal adalah sama dengan pola emosi pada masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajatnya. Perlakuan sebagai anak kecil atau tidak adil membuat remaja sangat marah dibandingkan dengan hal-hal lain. Remaja mengungkapkan marahnya dengan jalan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang menyebabkan marah (Hurlock, 1980).

Emosi yang sangat menonjol pada masa remaja awal adalah rasa sedih. Remaja sangat peka terhadap ejekan-ejekan yang dilontarkan kepadanya. Kesedihan akan muncul jika ejekan tersebut berasal dari teman sebaya, terutama yang berlainan jenis. Sebaliknya perasaan gembira akan nampak apabila remaja mendapat pujian, terutama pujian terhadap diri dan hasil karyanya. Perasaan gembira ini akan berpengaruh pada remaja terutama menyangkut rasa percaya diri pada remaja. Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak pada remaja awal adalah marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang, dan rasa ingin tahu. Dalam hal emosi yang negatif umumnya remaja awal belum dapat mengontrolnya dengan baik.

5) Masa remaja akhir (17-21/22 tahun)

Perkembangan emosi pada remaja akhir akan relatif stabil karena kematangan emosi dicapai pada akhir remaja awal. Pengungkapan emosi pada remaja akhir sudah lebih dapat diterima dengan melihat saat yang tepat untuk mengungkapkannya. Remaja menilai sesuatu dengan kritis sebelum bereaksi secara emosional. Dengan demikian remaja mengabaikan banyak rangsangan yang tadinya dapat menimbulkan ledakan emosi. Remaja yang matang emosinya, akan memberikan emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya.

Hurlock (1980) menjelaskan bahwa remaja yang sudah mencapai kematangan emosi apabila pada akhir masa remaja tidak meledak emosinya di hadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

B. Karakteristik Kematangan Emosi

Hurlock (1980) mengemukakan tiga karakteristik dari kematangan emosi, antara lain: 1. Kontrol emosi Individu tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain dan mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang dapat diterima. Individu dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial. Individu yang emosinya matang mampu mengontrol ekspresi emosi yang tidak dapat diterima secara sosial atau membebaskan diri dari energi fisik dan mental yang tertahan dengan cara yang dapat diterima secara sosial.

Orang yang matang mengenal dirinya sendiri dengan lebih baik, dan senantiasa berusaha untuk menjadi lebih baik. Ia tidak berkepentingan untuk

menandingi dengan orang lain, melainkan berusaha mengembangkan dirinya sendiri. 2. Pemahaman diri Memiliki reaksi emosional yang lebih stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Individu mampu memahami emosi diri sendiri, memahami hal yang sedang dirasakan, dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi individu tersebut. 3. Penggunaan fungsi kritis mental Individu mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, kemudian memutuskan bagaimana cara bereaksi terhadap situasi tersebut, dan individu juga tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau individu yang tidak matang.

5. Faktor Yang Mempengaruhi Kematangan Emosional

Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosional menurut Hurlock (1980), antara lain:

1. Usia

Semakin bertambah usia individu, diharapkan emosinya akan lebih matang dan individu akan lebih dapat mengendalikan dan menguasai emosinya.

2. Perubahan Fisik

Perubahan fisik dan kelenjar pada diri individu akan menyebabkan terjadinya perubahan kematangan emosi. Sesuai dengan anggapan bahwa remaja adalah periode “badai dan tekanan”, emosi remaja meningkat akibat perubahan fisik dan kelenjar.

SURAT PERNYATAAN



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Dian Anggraini
N.P.M : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

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

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

Medan, Agustus 2020
Hormat saya
Yang membuat pernyataan,

Dian Anggraini

Diketahui oleh Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Dra. Jamila, M.Pd



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



BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Rabu, Tanggal 29 April 2020 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Rasional Emotif* Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

NO	Masukan dan Saran
Judul	Tidak ada perbaikan
Bab I	Tambahkan pada latar belakang contoh konkrit siswa kurang mengelola emosinya. Lihat komentar pembahas. Tambahkan satu butir identifikasi masalah, lihat komentar pembahas
Bab II	Harus konsisten pakai terapi atau hanya pendekatan rasional emosi saja. Ada yg pakai terapi ada yang hanya RE saja. Dan harus konsisten juga Terapi Rasional Emotif atau Rasional Emotif Terapi
Bab III	Perbaiki subyek dan obyek penelitian
Lainnya	Perbaiki cara penulisan daftar pustaka
Kesimpulan	[] Disetujui [] Ditolak [V] Disetujui dengan adanya perbaikan

Dosen Pembahas

Dr. Hj Sulhati Syam, M.A

Dosen Pembimbing

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Panitia Pelaksana

Dra. Jamila, M.Pd

Drs. Zaharuddin Nur, M.M



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



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Rasional Emotif* Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

Pada hari Rabu, 29 April 2020 sudah layak menjadi proposal skripsi

Medan, 29 April 2020

Disetujui Oleh

Dosen Pembahas

Dr. Hj Sulhati Syam, M.A

Dosen Pembimbing

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Diketahui oleh
Ketua Program Studi

Dra. Jamila, M.Pd



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



SURAT KETERANGAN

NO:

Ketua program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Rasional Emotif* Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Rabu, 29 April 2020.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas ketersediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 29 April 2020

Diketahui Oleh,

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd



UMSU

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Jalan Kapten Mochtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6522400
Website: <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@yahoo.co.id

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

Jalan Kapten Mochtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6522400
Website: <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@yahoo.co.id

Nomor : 748/IL3/UMSU-02/F2020
Lamp. : --
Hal : Mohon Izin Riset

Medan, 09 Ramadhan 1441 H
02 Mei 2020 M

Kepada Yth.:
Bapak/Ibu Kepala SMP Muhammadiyah 01 Medan
Di
Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembastan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan izin kepada mahasiswa untuk melakukan penelitian/riset di tempat yang Bapak/Ibu Pimpin. Adapun data mahasiswa kami tersebut sebagai berikut :

Nama : **Dian Anggraini**
NPM : 1602080010
Program Studi : **Bimbingan Konseling**
Judul Penelitian : **Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020**

Demikianlah hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasamanya yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.
Wassalamu'alikum Warahmatullahi Barakatuh


Dekan
Dr. H. Elfrianto S.Pd., M.Pd.
NIDN : 0115057302

Terbhusan :
- Peringgal

Jika anda melakukan riset keadanya anda memperhatikan prosedur keselamatan dimasa Pandemi Covid-19, jangan terlah memulihkan diri, utamakan keselamatan. #Bersahaja.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
Website : ww.fkip.umsu.ac.id E-mail : fkip@umsu.ac.id

Form : K-1

Kepada Yth. Ibu Ketua dan Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Persetujuan Judul Skripsi**

Dengan hormat yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 128 SKS

IPK = 3,64

Persetujuan Ket.Sekret.Prog.Studi	Judul Yang Diajukan	Disahkan Oleh Dekan Fakultas
	Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020.	
	Penerapan Layanan Informasi Dalam Membentuk Pemahaman Siswa Tentang Pentingnya Menabung Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020	
	Meningkatkan Kemampuan Siswa Dalam Membangun Kontrol Emosi Melalui Layanan Penguasaan Konten Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu/ Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 4 Februari 2020

Hormat Pemohon,

Dian Anggraini

Keterangan:

Dibuat rangkap 3 :
- Untuk Dekan/ Fakultas
- Untuk Ketua/ Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
Website : ww.fkip.umsu.ac.id E-mail : fkip@umsu.ac.id

Form : K-2

Kepada Yth. Ibu Ketua dan Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Dian Anggraini
NPM : 1602080010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposak/risalah/makalah/skripsi
sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Rasional Emotif* Untuk
Meningkatkan Kematangan Emosional Pada Siswa Kelas VIII SMP
Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak/Ibu

1. Drs.Zaharuddin Nur M.M

Sebagai dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan
dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu/ Bapak saya ucapkan terima
kasih.

Medan, 07 Februari 2020
Hormat Pemohon,



Dian Anggraini

Keterangan:

Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/ Fakultas
- Untuk Ketua/ Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

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

Jln. Kap. Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217

Form : K3

Nomor : *Ag* /IL.3/UMSU-02/F/2020

Lamp. : ---

Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing.**

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut dibawah ini:

Nama : **Dian Anggraini**
N P M : 1602080010
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**
Judul Penelitian : **Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Rasional Emotif untuk Meningkatkan Kematangan Emosional pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020.**

Pembimbing : **Drs.Zaharuddin Nur,M.M.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1 Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan.
- 2 Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila Tidak selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masa daluwarsa tanggal : **11 Februari 2021**

Medan, 17 Jum.Akhir 1440 H
11 Februari 2020 M


Dr.H.Elfrianto Nst,M.Pd.
NIDN:01 15057302

Dibuat rangkap 4 (empat)

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan:

WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH MEDAN KOTA**

SMP MUHAMMADIYAH 1

NDS : G. 1701219 NSS : 204076001066 NPSN : 10239053
ALAMAT : JL. DEMAK NO. 3 MEDAN - 20214 TELP & FAX. (061) 7358509
Email : smpmuhammadiyah1medan@gmail.com

M E D A N

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO : 241/IV.4.AU/KET/F/2020

Kepala SMP Muhammadiyah 1 Medan Jl. Demak No. 3 Medan, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : DIAN ANGGRAINI
NIM : 1602080010
Program Studi : PENDIDIKAN BIMBINGAN DAN KONSELING
Judul : "PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK RASIONAL EMOTIF UNTUK
MENINGKATKAN KEMATANGAN EMOSIONAL PADA
SISWA KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH 01 MEDAN
TAHUN PEMBELAJARAN 2019/2020"

Benar nama tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian yang bertempat di SMP Muhammadiyah 1 Medan Jl. Demak No. 3 Medan – 20214, yang nantinya dipergunakan untuk menambah wawasan dalam melengkapi penyusunan Skripsi di FAKULTAS FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA.

Demikianlah surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.



Medan, 7 Juli 2020
Ka. SMP Muhammadiyah 1 Medan

RAJMAN, S.Pd
NRTAM : 580 427

• *pertinggal*