

**PENERAPAN PEMBERIAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN RASIONAL EMOTIVE THERAPY
UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI SISWA
KELAS XI SMAN 1 BARUMUN TAHUN PEMBELAJARAN
2018/2019**

SKRIPSI

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

Oleh

AFNITA SURYANI HARAHA

1402080171



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2018**

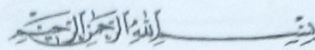


MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.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 Rabu, Tanggal 28 September 2018, pada pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Afrita Suryani Harahap
NPM : 1402080171
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019

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

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

Ketua

PANITIA PELAKSANA

Sekretaris

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

Dra. Hj. Syamsuyarnita, M.Pd

ANGGOTA PENGUJI:

1. Drs. Zaharuddin Nur, MM
2. Dra. Hj. Latifa Hanum, M.Psi
3. Dra. Jamila, M.Pd

1.

2.

3.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238

Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Afrita Suryani Harahap
N.P.M : 1402080171
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumon Tahun Pembelajaran 2018/2019

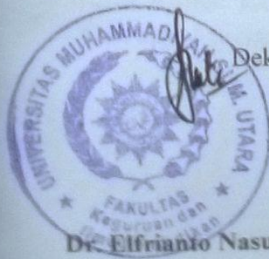
sudah layak disidangkan.

Medan, September 2018

Disetujui oleh,
Pembimbing


Dra. Jamila, M.Pd

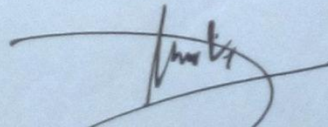
Diketahui oleh:



Dekan

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

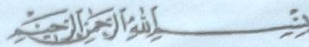
Ketua Program Studi


Dra. Jamila, M.Pd



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

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



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Lengkap : Afrita Suryani Harahap
N.P.M : 1402080171
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumon Tahun Pembelajaran 2018/2019

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
10/9-2018	Pembelajaran tatap-matap layanan konseling kelompok	[Signature]	
15/9-2018	Pembelajaran Di dalam kelas Penelitian	[Signature]	
13/9-2018	Pembelajaran Abstrak	[Signature]	
14/9-2018	Pembelajaran Di dalam kelas Ujian skripsi	[Signature]	

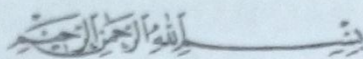
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

[Signature]
Dra. Jamila, M.Pd

Medan, September 2018
Dosen Pembimbing Skripsi

[Signature]
Dra. Jamila, M.Pd

SURAT PERNYATAAN



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Afnita Suryani Harahap
N.P.M : 1402080171
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

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

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

Medan, Mei 2018
Hormat saya
Yang membuat pernyataan,



Afnita Suryani Harahap

Diketahui oleh Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Dra. Jamila M.Pd

ABSTRAK

Afnita Suryani Harahap, 1402080171. Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019. Skripsi. Fakultas Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas gambaran kecerdasan emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa. Tingkat kecerdasan emosi siswa sebelum dilakukan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy berada pada kategori sangat rendah. jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif . Subjek dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri yang terlibat langsung melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling yang ada di SMAN 1 Barumun dengan subjek seluruh siswa kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018 / 2019. Objek dalam penelitian ini adalah 10 orang siswa kelas XI yang tingkat kecerdasan emosinya rendah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan angket sebagai alat latihan. Adapun teknik analisis data pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan cara reduksi data, penyajian data dan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan kecerdasan emosi setelah dilakukan konseling kelompok dengan teknik rasional emotive therapy dengan melihat hasil angket latihan kecerdasan emosi yang menunjukkan bahwa 10 orang siswa yang menjadi objek penelitian sudah dapat meningkatkan kecerdasan emosi dan mengendalikannya dimana keberhasilan dalam menjawab angket tersebut adalah 70⁰/₀ – 80⁰/₀.

Kata Kunci: Layanan Konseling Kelompok, Pendekatan Rasional Emotive Therapy, Meningkatkan Kecerdasan Emosi.

KATA PENGANTAR



Assalamua'alaikum wr.wb

Alhamdulillahrabbi' alamin, puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “ Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/ 2019”.

Shalawat dan salam saya sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari zaman kebodohan hingga zaman yang penuh dengan teknologi yang kita rasakan saat ini, semoga dengan memperbanyak syafaatnya kelak kita mendapat pertolongan di yaumul akhir kelak, amin ya Allah ya Rabbal' Alamin. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan baik dalam segi kemampuan dan penggunaan bahasa, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun agar skripsi ini lebih baik dan berguna bagi orang lain.

Dengan penuh kehormatan dan kerendahan diri serta kesadaran diri penulis, dalam kesempatan ini saya mengucapkan terimakasih kepada orang tua penulis yakni **Ayahanda Ibarahim Harahap, dan Ibunda Aminah Hasibuan** yang tersayang, yang telah membesarkan saya dengan penuh kasih sayang, menjadi semangat hidup saya, dimana ia mendukung memperhatikan, mengingatkan, dan selalu memberi motivasi penuh kepada penulis, selalu mendoakan keberhasilan penulis serta berkorban untuk penulis baik moril maupun materil. Berkat jerih payahnya mendidik penulis dari kecil hingga dapat menyelesaikan pendidikan

sampai penyusunan skripsi ini. Selanjutnya penulis ucapkan terimakasih kepada pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Bapak **Dr. Agussani, M.AP** sebagai rektor universitas muhammadiyah sumatera utara
2. Bapak **Dr Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd** sebagai dekan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas muhammadiyah sumatera utara.
3. Ibunda **Dra. Jamila, M.Pd** sebagai ketua program studi bimbingan dan konseling universitas muhammadiyah sumatera utara dan dosen pembimbing penulis yang senantiasa memberikan ilmunya dalam membantu dan membimbing penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
4. Bapak **Drs.zaharuddin Nur,MM** sebagai sekretaris program studi bimbingan dan konseling universitas muhammadiyah sumatera utara,
5. Bapak **Iksanul Nasir HSB, S.Ag.MM**, selaku kepala SMAN 1 Barumon, ibu **Nursihastuty S.Pd** selaku guru bimbingan dan konseling yang telah memberikan izin riset dan membantu penulis dalam melakukan penelitian di SMAN 1 Barumon.
6. Bapak/ ibu dosen pada program bimbingan dan konseling fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas muhammadiyah sumatera utara.
7. Teristimewah buat kaka saya **Eva Hartati Harahap,Am.Keb** dan abang saya **Amru Ari Sandi Harahap S.Pd** yang senantiasa terus memberikan dukungan dan motivasi kepada saya. Adik – adik saya yang selalu memotivasi dan memberikan dukungan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini yakni **Sutan Ajuarsyah Harahap, Imelda Putri Harahap, Hasonangan Harahap**, dan abang ipar saya yang selalu mendukung saya

dalam menyelesaikan skripsi ini **Armensyah Sitompul, S.Pd.** Dan juga kepada kak **Surya Agustina NST**, yang tidak pernah bosan memberikan semangat kepada saya.

8. Buat sahabat saya **Ubairoh** yang telah memberikan motivasi dan semangat untuk saya dan semoga kamu juga cepat menyelesaikan kuliah dan cepat menyusul. **Amelia Azurah, Pinta Rojula Siregar, Handayani, Vera Mindani HSB, Evi Desmaliyah Harahap, Wanna Sari Lubis**, yang merupakan sahabat yang selalu mendukung, memberi motivasi, dan tak pernah lelah untuk membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Teman **PPL** di MTS Al- wasliyah Kampung Kolam, seluruh rekan – rekan stambuk 2014 jurusan bimbingan dan konseling, khususnya BK- B Sore yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang sudah memberikan semangat dan motivasi dalam setiap kesempatan.

Akhirnya pada semua pihak yang telah membantu saya dalam penulisan ini, penulis mengucapkan banyak terimakasih, semoga Allah SWT dapat

Medan, September 2018
Penulis

Afnita Suryani Harahap

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
.....	
BAB I :PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembahasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Kerangka Teoritis	8
1. Kecerdasan Emosi	8
1.1 Pengertian Kecerdasan Emosi	8
1.2 Ciri – Ciri Kecerdasan Emosi	9
1.3 Komponen – Komponen Kecerdasan Emosi	10
2. Bimbingan Kelompok	13
2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok.....	13

2.2 Tujuan Dan Manfaat Bimbingan Kelompok	14
2.3 Tahapan Dalam Kegiatan Bimbingan Kelompok.....	17
3. Konseling Kelompok	18
3.1 Pengertian Konseling Kelompok.....	19
3.2 Tujuan Konseling Kelompok.....	20
3.3 Asas – Asas Konseling Kelompok	23
3.4 Tahap – Tahap Konseling Kelompok.....	24
4. Pendekatan Rasional Emotive Therapy	25
4.1 Pengertian Rasional Emotive Therapy	25
4.2 Pandangan Rasional Emotive Therapy Tentang Manusia.....	26
4.3 Konsep – Konsep Dasar Rasional Emotive Therapy.....	27
4.4 Tujuan Rasional Emotive Therapy	28
4.5 Langkah Langkah Rasional Emotive Therapy	29
B. Kerangka Konseptual	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	33
1. Lokasi Penelitian	33
2. Waktu Penelitian	33
B. Subjek Dan Objek Penelitian	34
1. Subjek Penelitian.....	34
2. Objek Penelitian	35
C. Defenisi Operasional Variabel	35
D. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	36

E. Intrumen Pengumpulan Data.....	36
F. Tekhnik Analisis Data.....	39
G. Pemeriksaan Pengecekan Keabsahan Data	41
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Deskripsi Data.....	42
B. Deskripsi Hasil Penelitian	49
C. Observasi Layanan.....	60
D. Pembahasan Hasil Penelitian	60
E. Diskusi Hasil Penelitian	62
F. Keterbatasan Masalah	63
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR FUSTAKA.....	68
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Bagan Kerangka Konseptual.....	31
Tabel 3.1	Jadwal Waktu Penelitian.....	32
Tabel 3.2	Jumlah Siswa Kelas XI	33
Tabel 3.3	Objek Penelitian	34
Tabel 3.4	Pedoman Observasi Di SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019.....	36
Tabel 4.1	Data Tenaga Kependidikan Di SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2 Rencana Pelaksanaan Layanan

Lampiran 3 Hasil Observasi Di Sekolah

Lampiran 4 Wawancara Dengan Guru Bimbingan Dan Konseling

Lampiran 5 Wawancara Dengan Wali Kelas

Lampiran 6 Wawancara Dengan Siswa DWN

Lampiran 7 Wawancara Dengan Siswa LAH

Lampiran 8 Wawancara Dengan Siswa RR

Lampiran 9 Wawancara Dengan Siswa IL

Lampiran 10 Wawancara Dengan Siswa ZH

Lampiran 11 Wawancara Dengan Siswa ARH

Lampiran 12 Wawancara Dengan Siswa RASN

Lampiran 13 Wawancara Dengan Siswa YSH

Lampiran 14 Wawancara Dengan Siswa ASP

Lampiran 15 Wawancara Dengan Siswa SSL

Lampiran 16 Angket Menilai Diri Sendiri Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi Di SMAN 1
Barumun

Lampiran 17 Dokumentasi

Lampiran 18 K-1

Lampiran 19 K-2

Lampiran 20 K- 3

Lampiran 21 Berita Acara Bimbingan Proposal

Lampiran 22 Berita Acara Seminar Proposal

Lampiran 23 Lembar Pengesahan Proposal

Lampiran 24 Surat Pernyataan Non Plagiat

Lampiran 25 Surat Keterangan Telah Melakukan Seminar

Lampiran 26 Berita Acara Bimbingan Skripsi

Lampiran 27 Surat Izin Riset

Lampiran 28 Surat Balasan Riset

Lampiran 29 Surat Keterangan Bebas Perpustakaan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia yang di lahirkan telah membawa karakter dan sifatnya sendiri, termasuk juga telah membawa kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosi dalam dirinya. Semua itu akan sangat mempengaruhi kepribadian, bahkan mungkin kegagalan dan kesuksesanya. Namun bukan berarti proses kesemuanya itu telah selesai, tidak dapat di ubah, dan tidak dapat dipengaruhi. Untuk mengembangkan kecerdasan itu dibutuhkan proses pendewasaan dan pendidikan. Proses pendewasaan hakikatnya adalah tugas keluarga dengan lingkungan yang kondusif. Meskipun demikian sekolah sebagai lembaga pendidikan merupakan salah satu lembaga yang membantu proses pendewasaan serta membentuk manusia muda menuju kematangan.

Dalam proses belajar di sekolah sering kita lihat siswa yang kurang mampu dalam mengolah emosinya sehingga terdampak pada hasil belajarnya. Oleh karena itu kecerdasan intelektual bukan satu - satunya faktor keberhasilan seorang anak melainkan karena ada faktor lain yang mempengaruhinya. Secara sederhana menurut Nggermanto (2003:97) mengungkapkan bahwa kecerdasan intelektual menentukan kesuksesan seseorang hanya sebesar 20 % sedangkan kecerdasan emosi memberikan kontribusi 80 %. Hal ini menandakan bahwa kecerdasan emosi sangat penting di kembangkan pada anak untuk memperoleh hasil yang positif pada bidang akademik siswa.

Siswa SMA di golongan pada masa pubertas (remaja) menuju dewasa awal. Pada masa ini banyak yang akan di alami oleh anak yang akan menjadi suatu proses memasuki masa dewasa awal untuk menuju pendewasaan diri. Pada masa ini anak mulai mampu mengendalikan diri sendiri dan pengaruh teman terhadap dirinya bertambah kuat meskipun peran orang tua masih dominan bagi dirinya. Semakin bertambah umur siswa akan semakin berkembang pula pikiran

dan penilainya terhadap lingkungannya dan terkadang pikiran dan penilaiannya bertentangan dengan kedua orang tuanya.

Hasil observasi sementara peneliti memperoleh informasi dari guru BK berdasarkan buku catatan masalah siswa menyebutkan ada sekitar 20 orang siswa setiap minggunya selama peneliti melaksanakan observasi namanya tercantum dalam buku tersebut. Masalah yang paling menonjol setiap harinya yaitu, siswa sulit mengontrol emosinya sehingga berdampak pada pergaulannya dan proses belajarnya, siswa yang nakal di sekolah dan siswa yang kasar kepada temanya. Masalah ini termasuk dalam masalah emosi siswa. Saat observasi peneliti diberi kesempatan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa yang mengalami masalah emosi tersebut dengan beranggotakan 10 orang terkait masalah emosi siswa.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok peneliti memberikan informasi tentang kecerdasan emosi, selain itu siswa juga diberi kesempatan untuk mengemukakan pengalaman yang pernah terjadi terkait dengan emosi yang dimilikinya. Masalah tersebut diantaranya, berkata kasar dengan teman, kurangnya rasa empati, siswa merasa cemas karena belum selesai tugas rumah dan siswa takut dan gugup jika bertanya kepada guru. Melalui bimbingan kelompok ini bertambahlah informasi peneliti tentang masalah emosi siswa di sekolah.

Fenomena tersebut menjelaskan bahwa peristiwa yang mereka alami membentuk keyakinan tertentu yang kemudian menimbulkan sebuah kondisi emosi sehingga menimbulkan perilaku yang tetap dan cenderung mempengaruhi perkembangan kepribadianya secara utuh. Oleh karena itu dibutuhkan pendidikan yang mampu membina para siswa mengolah emosinya. Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang di jalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sebagai seorang pendidik guru di kelas dapat membentuk sikap emosi siswa mencakup penguasaan cara belajar yang baik,

sehingga akan membentuk siswa yang memiliki kecerdasan emosi sesuai dengan harapan , dengan begitu kecerdasan emosi pada siswa sangat berperan bagi pendidikanya dan masa depannya.

Masalah tentang kecerdasan emosi sering terjadi dikalangan para remaja, termasuk siswa sekolah. Setelah melakukan observasi dan wawancara ke sekolah SMA Negeri 1 Barumon ditemukan beberapa siswa yang mengalami masalah emosi. Contohnya ada siswa yang sulit mengontrol emosinya, nakal disekolah, kurangnya motivasi belajar, kasar terhadap teman dan merasa cemas yang ditandai dengan rasa takut dan gugup. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian disekolah tersebut.

Berdasarkan observasi yang peneliti tersebut peroleh, diketahui penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik dapat ditingkatkan melalui pendekatan REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) Dengan Menggunakan Konseling Kelompok.

Berdasarkan penomena diatas, penelitian ini menggunakan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Therapy. Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Therapy dipilih penulis karena sesuai bagi siswa yang mempunyai permasalahan emosi.

Kurnanto (2013 :7) menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam suatu kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhanya.

Konseling kelompok adalah salah satu kegiatan layanan yang dipakai karena alasan lebih efektif. Layanan ini juga sesuai dengan teori belajar bersama. Peserta layanan akan berbagi ide dan saling mempengaruhi untuk berkembang menjadi manusia seutuhnya. Melalui layanan konseling kelompok ini diharapkan siswa mampu mengolah emosionalnya dengan baik, karena

melalui layanan ini siswa dapat berbagi pendapat dan pengalaman tentang emosi yang di milikinya.

Pendekatan Rasional Emotive Therapy di pelopori oleh Albert Ellis. Albert Ellis melahirkan sebuah teknik RET berdasarkan hasil pengamatanya mengenai banyaknya anak atau remaja yang tidak mencapai kemajuan karena mereka tidak memiliki pemahaman yang tepat terhadap peristiwa - peristiwa yang mereka alami. Menurut Ellis (1986:75) perhatian terapis harus difokuskan pada keyakinan-keyakinan klien bukan pada penyebab dari masa lalu atau tentu saja pada prilaku yang terlihat. Fokus penelitian adalah mengubah keyakinan irasional mereka mengenai peristiwa atau pengalaman dimasa lalu menjadi rasional, sehingga di harapkan dapat mempengaruhi keadaan emosi dan terjadi perubahan yang lebih efektif.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis merasa penting untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Di Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang di uraikan diatas, maka masalah yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah:

1. Siswa sulit mengontrol emosi
2. Siswa merasa cemas dan takut
3. Siswa cenderung kurang memahami orang lain
4. Siswa sering kasar terhadap teman

C. Pembatasan Masalah

Adapun pembatasan masalah penelitian ini adalah Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Terhadap Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : “Bagaimana Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rasional Emotive Therapy* Dapat Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rasional Emotive Therapy* untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian dapat memberikan informasi tentang pemberian layanan konseling kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa
- b. Hasil penelitian dapat memberikan kajian dan informasi tentang penggunaan pendekatan *Rasional Emotive Therapy* yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi kepala sekolah, dapat mendukung komponen pelayanan yang dilakukan di sekolah salah satu di antaranya yaitu dalam dukungan sistem untuk menunjang pelaksanaan kegiatan layanan serta memahami pentingnya layanan bimbingan konseling.
- b. Bagi guru bimbingan dan konseling, dapat memberikan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Therapy* untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa, serta dapat lebih memanfaatkan waktu bimbingan dan konseling seefektif mungkin untuk membantu siswa menyesuaikan kecerdasan emosinya.
- c. Bagi peserta didik, dengan mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rasional Emotive Therapy* siswa akan terdorong untuk dapat berfikir lebih maju, selalu memiliki gagasan - gagasan baru, berfikir objektif dan positif, lebih terbuka dalam berfikir dan berpendapat, menghargai orang lain, mampu mengendalikan emosi mengembangkan rasa setia kawan, serta belajar mempercayai kemampuan sendiri dalam memecahkan masalah.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Kecerdasan Emosi

1.1 Pengertian Kecerdasan Emosi

Istilah kecerdasan emosi baru diperkenalkan secara luas dipertengahan abad 90-an oleh Daniel Goleman. Tema kecerdasan emosi menjadi kajian menarik yang mendapat perhatian besar dari pakar psikologi dan berbagai pakar disiplin ilmu - ilmu lain.

Mubayyidh (2010:13) kecerdasan adalah “kemampuan sempurna (komprehensif) seseorang untuk berperilaku terarah, berfikir logis, dan berintraksi secara baik dengan lingkungan”.

Goleman (2010:13) mendefinisikan emosi sebagai ”setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan , nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap luap”.

Goleman (2015:43) mengatakan bahwa kecerdasan emosi yaitu:

“Kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi – lebih kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar bebas stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdo’a”.

Pengelolaan kecerdasan emosi yang baik dapat menempatkan seseorang pada porsi yang tepat memilih kekuasaan dan mengatur suasana hati. Kondisi ini akan sangat menguntungkan bagi mereka dalam berhubungan baik dengan orang lain. Kondisi dari suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang pandai menyesuaikan dengan suasana hati orang lain atau dapat berempati dengan baik, maka orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Sejalan dengan defenisi diatas, Agustian (2001:44), mengungkapkan bahwa “kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kefekaan emosi sebagai sumber energi, emosi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi”.

Seseorang yang mampu memahami emosi orang lain, dapat bersikap dan mengambil keputusan yang tepat tanpa menimbulkan dampak yang merugikan kedia bela pihak. Emosi dapat timbul setiap kali individu mendapat rangsangan yang dapat mempengaruhi kondisi jiwa dan menimbulkan gejala emosi dari dalam. Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung keberhasilan dalam berbagai bidang khususnya bidang sosial, karena saat emosi muncul, ia dapat mengekspresikanya dengan wajar dan tepat, sehingga ia dapat berintraksi dengan baik kepada lingkungan sosialnya.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat dipahami bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelolah emosi dengan baik pada diri sendiri, dan dalam hubungan dengan orang lain.

1.2 Ciri - Ciri Kecerdasan Emosi Siswa

Ada beberapa ciri - ciri anak yang memiliki kecerdasan emosi menurut Rachman (2015 :43) yaitu serbagai berikut :

- a. Sadar diri, pandai mengendalikan diri, bisa dipercaya, bisa beradaptasi dan kreatif.
- b. Bisa berempati, memahami perasaan orang lain, menyelesaikan konflik, dan bisa bekerja sama dalam tim.
- c. Bisa bergaul dan membangun persahabatan.
- d. Bisa mempengaruhi orang lain, berani bercita - cita, percaya diri, dan bisa berkomunikasi.
- e. Bermotivasi tinggi, menyambut tantangan, mempunyai dorongan untuk maju, berinisiatip dan optimis.

- f. Bisa berekspresi dan berbahasa lancar.
- g. Menyukai gambar dan cerita.
- h. Menyukai pengalaman baru.
- i. Teliti dan perfeksionis.
- j. Suka membaca tanpa didorong - dorong.
- k. Mengingat kejadian dan pengalaman dengan mudah.
- l. Suka belajar.
- m. Rasa ingin tahu yang besar.
- n. Rasa humor tinggi.
- o. Aktif berfantasi dan kreatif dalam memecahkan masalah.
- p. Senang mengatur dan mengorganisasikan aktivitas.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat dipahami bahwa anak yang memiliki ciri – ciri kecerdasan emosi akan dapat berintraksi dengan baik dilingkungan sosialnya karena ia memiliki kesadaran diri, pandai mengendalikan diri, bisa dipercaya, bisa beradaptasi, berempati, memahami perasaan orang lain, dapat menyelesaikan konflik, dapat bekerjasama dengan orang lain dan lain sebagainya.

1.3 Komponen Komponen Kecerdasan Emosi

Lima komponen utama dalam kecerdasan emosi menurut Goleman (2015 : 56-57) yaitu:

- a. Mengenal emosi diri (kesadaran diri)

Mengenal emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosi, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran seseorang akan emosinya sendiri sebagai metamood. Yang oleh Goleman (2015:61) disebut kesadaran diri. Menurut Goleman (2015:62) kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi. Untuk itu, mengenali emosi diri penting bagi siswa,

karena siswa yang tidak mampu mengungkapkan dan menamai perasaannya dengan tepat akan mengalami kerugian dalam pergaulan disekolah. Ketika siswa salah dalam menamai emosinya, maka ia pun cenderung akan menarik diri dan ini akan mempengaruhi pada intraksi sosial dengan teman dan guru disekolahnya.

b. Mengelolah emosi (pengaturan diri)

Menurut Goleman (2015: 75) mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menanganai perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan individu. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan dan akibat -akibat yang ditimbulkannya, serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan perasaan yang menekan.

c. Memotivasi diri sendiri

Emosi berhubungan dengan motivasi. Apabila seseorang termotivasi maka akan terangsang secara emosi untuk melakukan suatu kegiatan dengan intensitas tinggi. Ali dan Asroi (2012 : 67). Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiaisme, gairah, optimis, dan keyakinan diri.

d. Empati

Empati disebut juga kemampuan untuk mengenali emosi orang lain. Menurut Goleman (2015:56), kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan

kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal - sinyal yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa - apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

e. Membina hubungan (keterampilan sosial)

Menurut Goleman (2015: 57) kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan dan kemauan orang lain.

Dapat dipahami dalam penelitian ini bahwa komponen dalam kecerdasan emosi ialah kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri, empati, dan membina hubungan dengan orang lain. Kelima komponen inilah yang akan menjadi indikator untuk mengembangkan instrumen penelitian kecerdasan emosi. Dari komponen - komponen utama kecerdasan emosi diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang di tuntut untuk selalu mengasah kecakapan mereka dalam memperkaya kecakapan emosinya baik dalam hubungannya dengan dirinya maupun dengan orang lain.

2. Bimbingan Kelompok

2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Narti (2014 :17) layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama - sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) atau membahas secara bersama - sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Menurut jumlah anggotanya dikenal adanya kelompok dua (yang terdiri dari dua orang), kelompok tiga, dan seterusnya; kelompok kecil (beranggotakan 2 – 5 orang), kelompok sedang beranggotakan (6 – 15 orang), kelompok agak besar (16-25 orang), dan seterusnya sampai dengan kelompok “raksasa” yang jumlah anggotanya ratusan ribuan orang (Prayitno dan Amti, 2004:309)

Berdasarkan pendapat ahli diatas bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada sekelompok orang terdiri dari 2 - 5 orang atau 6 - 15 orang yang mempunyai masalah yang memerlukan bantuan, sehingga dalam kelompok ini para peserta berusaha membantu dan mencari solusi dari masalah yang ada didalam kelompok tersebut.

2.2 Tujuan Dan Manfaat Bimbingan Kelompok

Secara umum tujuan bimbingan kelompok ialah untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi. Secara lebih khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik - topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian anggota kelompok (Narti,2014:26)

Narti (2014: 27) tujuan bimbingan kelompok ialah:

1. Memberikan kesempatan kepada siswa belajar hal - hal penting yang berguna bagi pengarahannya berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.
2. Memberikan layanan – layanan penyembuhan
3. Untuk mencapai tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif dari pada melalui kegiatan individual.
4. Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif.

Dari pendapat diatas tujuan bimbingan kelompok adalah memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bisa mengembangkan kemampuannya terutama kemampuan berkomunikasi untuk membahas suatu topik yang mengandung permasalahan hingga ditemukannya jalan keluar dari masalah tersebut, yang mana solusi tersebut dapat bermanfaat bagi para peserta didik. Selain itu peserta didik juga dapat menjalin hubungan baik dengan sesama anggota kelompok dan dapat berkomunikasi dengan baik dilingkungannya. Dalam penelitian ini bimbingan kelompok ditujukan untuk mencairkan suasana sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok.

Narti (2014 : 25) menyatakan bahwa manfaat bimbingan kelompok para anggota kelompok / siswa:

- a. Diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya. Pendapat itu boleh jadi bermacam - macam, ada yang positif dan ada yang negatif. Semua pendapat itu, melalui dinamika kelompok (peranan konselor) diluruskan (bagi pendapat - pendapat yang salah/ negatif), disinkronisasi dan dimantapkan sehingga para anggota kelompok / konseli memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
- b. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang bersangkutan paut dengan hal - hal yang mereka bicarakan didalam kelompok."Sikap positif" disini dimaksudkan : menolak hal - hal yang salah/ buruk /negatif dan menyokong hal - hal yang benar/ baik/positif. Sikap positif ini diharapkan mampu merangsang konseli untuk: menyusun program - program kegiatan untuk mewujudkan "penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik".

- c. Menyusun program - program kegiatan untuk mewujudkan “penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik”.
- d. Mendorong siswa untuk melaksanakan kegiatan - kegiatan nyata dan langsung membuahkan hasil sebagaimana mereka programkan semula.

Dengan kata lain manfaat bimbingan kelompok terhadap siswa yaitu :

- a. Memberikan kesempatan kepada siswa dapat berbicara dan mengeluarkan pendapatnya mengenai topik yang sedang dibahas pada saat itu. Benar atau salah pendapat mereka, guru pembimbinglah nanti yang akan meluruskannya.
- b. Memiliki pemahaman terhadap suatu hal secara objektif dan terbuka serta tepat dan luas. Mereka dapat menerima segala pendapat dan pengetahuan baru yang belum mereka ketahui sebelumnya. Sehingga ini nantinya akan menimbulkan sikap yang positif terhadap cara berfikir dan cara mereka memandang sesuatu.
- c. Dari sikap positif itu, nantinya mereka diharapkan akan mampu untuk merancang program kegiatan yang berkaitan dengan hal negatif yang dibicarakan dalam kelompok dan mendukung hal positif yang mereka dapat selama kegiatan. Tidak hanya dirancang, namun diharapkan juga mampu untuk dilaksanakan secara nyata dan langsung.

2.3 Tahapan Dalam Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan kegiatan hubungan kelompok terdapat empat tahap, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Tahapan - tahapan yang terdapat dalam bimbingan kelompok menurut Prayitno (2004:18 - 25) yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkap tujuan ataupun harapan - harapan masing - masing anggota. Pemimpin kelompok menjelaskan cara- cara dan asas - asas bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing - masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh empati.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan”jembatan” antara tahap pertama dan ketiga. Pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan. Kemudian menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Beberapa hal pokok yang telah diuraikan pada tahap pertama seperti tujuan dan asas - asas kegiatan kelompok ditegaskan dan dimantapkan kembali, sehingga anggota kelompok telah benar benar siap melaksanakan tahap bimbingan selanjutnya.

c. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Jika tahap sebelumnya berlangsung dengan baik, maka tahap ketiga ini akan berhasil. Layanan bimbingan kelompok ini dijalankan dengan kegiatan kelompok. Dimana kegiatan kelompok ini pada umumnya membahas permasalahan – permasalahan atau topik – topik yang menyangkut pribadi tertentu.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan tahap penghujung atau akhir dari kegiatan. Pemimpin kelompok mengingatkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera diakhiri. Dalam tahap pengakhiran ini terdapat kesepakatan antara anggota kelompok apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan atau tidak, jika akan dilanjutkan kapan dan dimana tempat bertemu kembali untuk melakukan kegiatan. Para anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan.

3. Konseling Kelompok

3.1 Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam sebuah kelompok kecil (winkle, 2013:485).

Menurut layanan konseling kelompok adalah (Prayitno, 2004:311)

“Layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suatu kelompok. Namun, satu hal yang membedakan antara konseling perorangan dengan konseling kelompok yaitu dinamika intraksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok. Melalui dinamika intraksi sosial yang terjadi di antara anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing - masing individu anggota kelompok dicoba untuk diatasi baik dalam konselor maupun rekan - rekan anggota kelompok”

Selain itu pengertian konseling kelompok Kurnanto (2013:7) adalah konseling yang terdiri dari 4 - 8 konseli yang bertemu 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan keterampilan dalam mengatasi masalah.

Pengertian tersebut sejalan dengan pendapat Kurnanto (2013:7-8) yang mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang

bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Konseling kelompok dalam rumusan sederhananya adalah suatu jenis aktivitas kelompok, berupa proses antar pribadi yang dinamis, berfokus pada kesadaran pikiran dan tingkah laku yang melibatkan fungsi - fungsi terapi, menyediakan bantuan konseling secara serentak pada 4 - 12 orang konseli normal, mengolah masalah - masalah penyesuaian dan kepribadian perkembangan, pemecahan bersama sebagai bidang masalah dalam kelompok (Mappiare 2009:164).

Dari pendapat para ahli diatas dapat dipahami bahwa konseling kelompok adalah suatu upaya pembimbing atau konselor dalam memberi bantuan kepada individu yang mengalami masalah - masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

3.2 Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan mengacuh pada mengapa kelompok mengadakan pertemuan dan apa tujuan serta sasaran yang hendak dicapai.

Mappiare (2010:165) konseling kelompok mempunyai tujuan pokok menciptakan suasana bantuan antar pribadi yang memungkinkan tiap individu mengembangkan inisiatif pada dirinya sendiri dan mencapai penyesuaian personel yang lebih sehat; dapat pula menekankan masalah perkembangan, pelibatan pilihan dan nilai, sikap dan emosi, bersikap pencegahan dan penyembuhan masalah. Konseling kelompok, dengan demikian dapat berorientasi preventif dan pula berorientasi remedial.

Berdasarkan tujuan konseling kelompok dari penjelasan diatas maka, konseling kelompok itu bukanlah semata- mata hanya untuk memperbaiki atau menyelesaikan masalah

yang sudah terjadi atau yang dialami konseli tetapi juga untuk mencegah masalah yang belum terjadi atau yang belum pernah dialami. Mencegah maksudnya mengantisipasi agar masalah tersebut tidak dialami oleh konseli.

Menurut Winkle (dalam 2013:10) konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan, yaitu :

1. Masing - masing kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek - aspek positif dalam kepribadianya.
2. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka bisa saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas - tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
3. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula - mula dalam kontak antar pribadi didalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari - hari diluar kehidupan kelompoknya.
4. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan - kebutuhan dan perasaan - perasaan sendiri.
5. Masing - masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
6. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak, dari pada tinggal diam dan tidak berbuat apa - apa.

7. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain.
8. Masing - masing anggota kelompok menyadari bahwa hal - hal yang memperhatikan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian dia tidak merasa terisolir, atau seolah - olah dialah yang hanya mengalami ini dan itu.
9. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota - anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian memungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang - orang yang dekat di kemudian hari.

3.3 Asas – Asas Konseling Kelompok

Prayitno (2004:13) dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas - asas yang harus diperhatikan oleh para anggota kelompok, yaitu:

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua pembicaraan ataupun tindakan yang ada dalam kegiatan konseling kelompok dan tidak layak diketahui oleh orang lain selain orang - orang yang mengikuti kegiatan konseling kelompok.

2) Asas kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat suka rela, tanpa paksaan.

3) Asas keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keragu - raguan atau kekhawatiran dari anggota.

4) Asas kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilangkannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut.

3.4 Tahap - Tahap Pelaksanaan Konseling Kelompok

Prayitno (2004 :18) adapun tahap – tahap konseling kelompok antara lain :

1. **Tahap Pembentukan**, yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang bisa mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama. Pemimpin kelompok menjelaskan cara - cara dan asas - asas kegiatan konseling kelompok. Pada tahap ini juga semua anggota kelompok wajib mengucapkan janji. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing – masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh perhatian.
2. **Tahap peralihan**, yaitu untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok kekegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
3. **Tahap kegiatan**, yaitu tahapan “kegiatan inti” untuk membahas topik - topik tertentu atau mengentaskan masalah pribadi - pribadi anggota kelompok. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk memberikan pertanyaan atau pendapat serta saran dan bantahan tentang topik yang dibahas. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok

memberi contoh terkait topik. Pemimpin kelompok memberikan penguatan atau pemahaman - pemahaman bahwa masalah yang dialami klien berkaitan dengan keyakinan irasionalnya, lalu membawa klien pada tahap kesadaran untuk tidak mempertahankan gangguan emosionalnya dengan memperbaiki pola pikir klien dengan cara klien harus mencoba menolak fikiran - fikiran yang tidak logis.

4. **Tahap Pengakhiran**, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

4. Pendekatan Rasional Emotive Therapy

4.1 Pengertian Rasional Emotif Therapy

Rasional emotif therapy pertama kali diperkenalkan oleh seorang klinis yang bernama Albert Ellis pada tahun 1995.

Rasional emotif therapy menolak keras pandangan psikoanalisis yang mengatakan bahwa pengalaman masa lalu adalah penyebab gangguan emosional individu. Menurut Ellis (dalam Latipun: 2001), *Rasional Emotive Therapy* merupakan teori yang komprehensif karena menangani masalah - masalah yang berhubungan dengan individu secara keseluruhan yang mencakup aspek emosi, kognisi, dan perilaku. Masalah klien yang mendapat rasional emotif therapy, antara lain kecemasan pada tingkat moderat, gangguan neorosis, gangguan karakter, problem psikomatik, gangguan makan, ketidak mampuan menjalin hubungan interpersonal, masalah perkawinan, adiksi, dan disfungsi seksual. Adapun individu yang tidak dapat ditangani *Rasional Emotive Therapy* yaitu: anak - anak (khususnya Autisme), gangguan mental, dan maniak atau mania - defresi.

Pendekatan RET lebih diorientasikan pada kognisi, perilaku dan aksi yang lebih mengutamakan berpikir, menilai, menentukan, menganalisis, dan melakukan sesuatu. RET lebih banyak bersikap didaktik, Sangat direktif dan sangat perhatian terhadap pemikiran daripada perasaan. Pendekatan ini mempunyai asumsi bahwa kognisi, emosi, dan perilaku berinteraksi secara signifikan dan mempunyai hubungan sebab akibat yang resiprokal (Ellis, dalam Corey 1986).

Dari definisi - definisi diatas dapat disimpulkan, bahwa *Rasional Emotive Therapy* merupakan therapy yang berusaha menghilangkan cara berpikir klien yang tidak logis, tidak rasional dengan cara mengkonfrontasikan klien dengan keyakinan - keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan - keyakinan yang irasional.

4.2 Pandangan Rasional Emotif Therapy Tentang Manusia

Ellis memandang bahwa manusia itu mempunyai sifat rasional. Biasanya individu berperilaku dengan cara - cara tertentu karena ia percaya bahwa ia harus bertindak dengan cara itu. Masalah - masalah emosional terletak dalam berpikir yang tidak logis, jika individu dapat mengoptimalkan kekuatan intelektualnya maka ia dapat membebaskan dirinya dari gangguan emosional. Para penganut teori RET percaya bahwa tidak ada orang yang disalahkan dalam sesuatu yang dilakukannya, tetapi setiap orang bertanggung jawab atas tingkah lakunya.

4.3 Konsep – Konsep Dasar Rasional Emotive Therapy

Pandangan pendekatan rasional emotive therapy tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep - konsep kunci teori Albert Ellis. Salah satu teori utama mengenai kepribadian yang dikemukakan oleh Albert Ellis dan para penganut rasional emotive therapy dalam buku Gerald

Corey (1995 : 466), adalah apa yang disebut dengan konsep atau teori A – B – C. Teori ini adalah sentral dari teori dan praktek RET. Berikut adalah pemaparan singkat tentang teori:

- A = Activating Experience (pengalaman aktif) ialah suatu keadaan, fakta peristiwa, atau tingkah laku yang dialami individu.
- B = Belive System (cara individu memandang suatu hal), pandangan dan penghayatan individu terhadap A
- C = Emotional Consequence (akibat emosional), akibat emosional atau reaksi individu positif atau negatif.

Menurut pandangan Ellis, A (pengalaman aktif) tidak langsung menyebabkan timbulnya C (akibat emosional), namun bergantung pada B (belive system). Dari teori A- B –C tersebut, sasaran utama yang harus diubah adalah aspek B (belive system) yaitu bagaimana caranya seseorang memandang atau memahami suatu yang irasional. Untuk itu konselor harus berperan sebagai pendidik, pengarah, mempengaruhi, sehingga dapat mengubah pola pikir peserta didik (klien) yang irasional atau keliru menjadi pola pikir yang rasional. Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang dialami seseorang merupakan kesalahan dari individu itu sendiri yang berupa prasangka irasional terhadap pandangan dan pemahaman individu terhadap pengalaman hidupnya.

Menurut Corey (2005 : 256) Rasional Emotive Therapy sangat cocok untuk diterapkan pada therapy kelompok karena semua anggota diajari untuk menerapkan prinsip - prinsip rasional emotive therapy pada rekan - rekannya dalam setting kelompok, para anggota juga mempunyai kesempatan untuk belajar kecakapan - kecakapan sosial dan berintraksi dengan orang lain sesudah pertemuan - pertemuan kelompok.

4.4 Tujuan Rasional Emotif Therapy

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam Rasional Emotive Therapy adalah memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berfikir dan keyakinan klien yang irasional menuju cara berfikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.

Selain itu Ellis (2005), Rasional Emotif Therapy tidak hanya diarahkan untuk menghilangkan gejala (simtom), akan tetapi juga membantu klien untuk mengetahui dan merubah beberapa nilai dasar keyakinan klien terutama yang menimbulkan gangguan.

Sedangkan tujuan Rasional Emotif Therapy menurut Mohammad Surya (2003) sebagai berikut :

- a. Memperbaiki dan mengubah segala perilaku dan pola fikir yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan lebih logis agar klien dapat mengembangkan dirinya.
- b. Menghilangkan gangguan emosi yang merusak.
- c. Untuk membangun *self intrest, self direction, tolerance, commitment, risk taking, dan self acceptance klien*

4.5 Langkah - Langkah Rasional Emotif Therapy

Beberapa langkah intervensi konseling dengan pendekatan rasional emotive therapy (RET), yaitu:

1. Bekerjasama dengan konseli (*engage with client*)
 - a. Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan dan penghargaan.

- b. Memperhatikan tentang “secondary disturbances” atau hal yang mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
 - c. Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.
2. Melakukan assesmen terhadap masalah, orang dan situasi (*asses the problem, person and situation*).
- a. Memulai dengan mengidentifikasi pandangan - pandangan tentang apa yang menurut konseli salah.
 - b. Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.
 - c. Laksanakan assesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalam masalah, hubungan dengan kepribadian individu, dan sebab - sebab non psikis seperti :kondisi fisik, lingkungan, penyalagunaan obat.
3. Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client therapy*)
- a. Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah
 - b. Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya
4. Mengimplementasikan program penanganan (*implement the treatment program*)
- a. Menganalisis episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan - keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan *homework* (pekerjaan rumah).
 - b. Mengembangkan tugas - tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku.
 - c. Menggunakan teknik - teknik tambahan yang diperlukan.
5. Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progres*)

Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berpikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain

6. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*preaper the client for termination*)
7. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah tercapai.

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah dikemukakan peneliti, selanjutnya dikemukakan kerangka konseptual penelitian ini. Kerangka konseptual ini dimaksudkan untuk memberikan pelayanan eektivitas pendekatan *Rational Emotive Therapy* untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

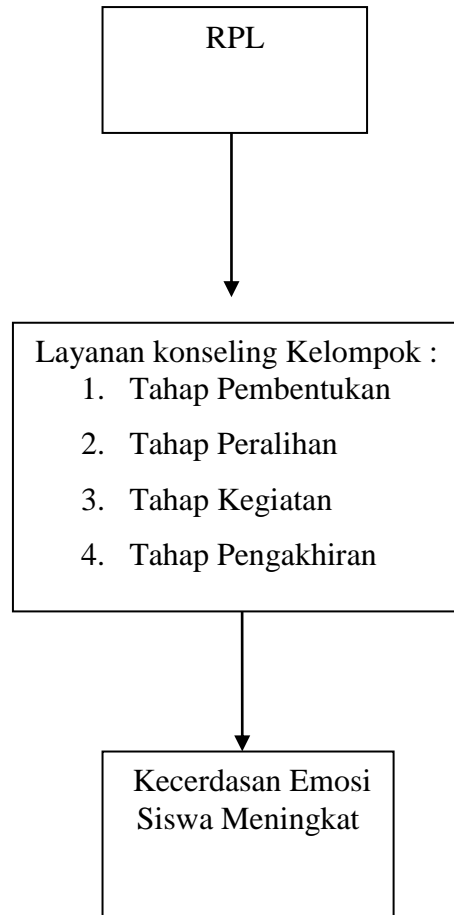
Pendekatan *Rational Emotive Therapy* terbukti mendapat hasil yang memuaskan, karena pada teori ini menekankan perhatiannya kepada individu sebagai klienya yang dianggapnya punya pengalaman sendiri dan berguna untuk ditinjau dan diketahui bersama. Hal ini perlu diperkenalkan dan dikembangkan dalam dunia pendidikan, lebih khusus lagi dalam proses bimbingan konseling.

Pengendalian emosi merujuk kepada kemampuan mengenal perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengolah emosi dengan baik pada diri sendiri maupun dalam hubungan dengan orang lain.

Dengan menggunakan eektivitas pendekatan *Rational Emotive Therapy* dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam lagi dalam meningkatkan kecerdasan emosi itu sendiri, dengan begitu dalam meningkatkan kecerdasan emosi yang dimiliki peserta didik dapat di kontrol dengan baik.

Tabel 2.1

Bagan Kerangka Konseptual



B. Subjek Dan Objek

1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian kualitatif adalah mereka para informan yang dijadikan sebagai narasumber untuk menggali informasi yang dibutuhkan peneliti. Maka dalam penelitian ini ditentukan subjek peneliti, peneliti dapat menggali informasi dari mereka, yakni: kepala sekolah sebagai pimpinan sekolah yang akan diteliti, guru bimbingan dan konseling (konselor), dan para siswa siswi yang mengalami masalah dalam meningkatkan kecerdasan emosi. Yang menjadi populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Barumun berjumlah 294 orang.

Tabel 3.2
Jumlah Siswa Kelas XI

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	XI MIA – 1	50
2	XI MIA – 2	46
3	XI MIA – 3	50
4	XI MIA – 4	48
5	XI IIS – 1	50
6	XI IIS – 2	50
	JUMLAH	294

2. Objek Penelitian

Karena penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang tujuannya untuk menganalisis fenomena kejadian, maka pengambilan sampel tidak ditentukan seperti penelitian kuantitatif. Oleh karena itu peneliti mengambil 10 orang siswa dari kelas XI SMAN 1

Barumun yang tidak bisa mengendalikan emosinya dalam meningkatkan kecerdasan emosi.

Seperti yang terlihat pada tabel 3.3 dibawah ini :

Tabel 3.3
Objek Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa	Objek
1	XI MIA – 4	50	3
2	XI IIS – 1	50	3
3	XI IIS – 2	50	4
Total		150	10 Orang

C. Defenisi Operasional Variabel

Setelah mengidentifikasi variabel, maka dapat dirumuskan defenisi operasional penelitian sebagai berikut

Konseling kelompok adalah suatu upaya pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah – masalah pribadi yang berfokus pada kesadaran pikiran dan tingkah laku melalui kegiatan kelompok agar tercapai kegiatan yang optimal.

Rasional emotive therapy adalah therapy yang berusaha menghilangkan cara berfikir klien yang tidak logis , irasional menuju cara berfikir yang rasional agar klien dapat mengembangkan dirinya dan menghilangkan gangguan emosi yang merusak.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, agar mampu memotivasi diri sendiri dan mampu mengolah emosi dengan baik pada diri sendiri sehingga dapat berhubungan baik dengan orang lain.

D. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan berbentuk kata – kata bukan angka – angka. Penelitian kualitatif adalah jenis prosedur penelitian yang menghasilkan data berupa kata – kata tertulis dari orang – orang dan perilaku yang diamati.

Sementara itu, penelitian deskriptif Pasar Maulim Silitonga (2011: 10) adalah penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri, yaitu tanpa membuat perbandingan , atau menghubungkan dengan variabel lain.

E. Instrumen Pengumpulan Data

Pengertian teknik pengumpulan data menurut Suharsimi, Arikunto (2010:134) adalah cara - cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, dimana cara tersebut menunjukkan pada sesuatu yang abstrak, tidak dapat diwujudkan dalam benda yang kasat mata, tetapi dapat dipertontonkan penggunaannya.

1. Observasi

Observasi atau pengamatan menurut Sugiono (2006: 310) dapat diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Observasi ini menggunakan observasi partisipasi, dimana peneliti terlibat langsung dengan kegiatan sehari - hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Dalam observasi secara langsung, peneliti berlaku sebagai pengamatan penuh yang dapat melakukan pengamatan terhadap gejala atau proses yang terjadi di dalam situasi yang sebenarnya langsung diamati observer, juga sebagai pemeran serta partisipan yang ikut melaksanakan proses layanan konseling kelompok dengan *Rasional Emotive Therapy* untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa di SMAN 1 Barumun kelas XI baik didalam kelas maupun di luar kelas.

Tabel 3.4

Pedoman Observasi Di SMAN 1 Barumun Tahun Ajaran 2018 /2019

No	Indikator	Sub Indikator	baik	Tidak baik
1	Perilaku	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prilaku siswa pada jam pembelajaran berlangsung 2. Prilaku siswa pada teman sebaya pada saat proses belajar mengajar berlangsung 3. Prilaku siswa terhadap guru didalam kelas dalam proses belajar mengajar 4. Pergaulan siswa dengan teman sebaya pada jam istirahat 		
2	Kecerdasa Emosi	<ol style="list-style-type: none"> 1. cara siswa dalam mengendalikan diri dan beradaptasi 2. Cara siswa bisa bergaul dan membangun persahabatan 3. Bisa berekspresi dan berbahasa lancar. 4. Mengingat kejadian dan pengalaman dengan mudah. 5. Rasa ingin tahu yang besar dan humor yang tinggi 		

2. Wawancara

Menurut Lexy.J.Moleong (2006:135) metode wawancara (interview) adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan. Dalam hal ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur, dimana seorang pewawancara menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan - pertanyaan yang akan diajukan untuk mencari jawaban atas hipotesis yang disusun dengan ketat.

Dalam melaksanakan teknik wawancara (*interview*), pewawancara harus mampu menciptakan hubungan yang baik sehingga informan bersedia bekerjasama, dan merasa bebas berbicara dan dapat memberikan informasi yang sebenarnya. Teknik wawancara yang peneliti

lakukan adalah secara terstruktur (tertulis) yaitu dengan menyusun terlebih dahulu beberapa pertanyaan yang akan disampaikan kepada informan. Hal ini dimaksudkan agar pembicaraan dalam wawancara lebih terarah dan fokus pada tujuan yang dimaksud dan juga digunakan sebagai patokan umum dan dapat dikembangkan peneliti melalui pertanyaan yang muncul ketika kegiatan wawancara berlangsung.

Metode wawancara penelitian digunakan untuk menggali data terkait efektivitas Pendekatan *Rasional Emotive Therapy* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019. Adapun informasinya antara lain :

- a. Guru bimbingan dan konseling untuk mendapatkan informasi tentang pendekatan eektivitas *Rasional Emotive Therapy* untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.
- b. Kepala sekolah SMAN 1 Barumun untuk mendapatkan informasi tentang profil sekolah.
- c. Guru wali kelas

3. Dokumentasi

Dokumentasi, berasal dari kata dokumen yang artinya barang - barang tertulis. Menurut Suharsimi, Arikunto (2010:149) dalam pelaksanaan metode dokumentasi, penulis menyelidiki benda - benda tertulis seperti buku - buku, majalah - majalah, dokumen, catatan harian dan yang terkait dengan proses eektivitas pendekatan *Rational Emotive Therapy*.

F. Teknik dan Analisis Data

Jumlah informasi yang berhasil dihimpun dari lokasi penelitian maka data dalam penelitian ini akan diolah sesuai dengan jenis penelitian. Adapun yang dimaksud dengan penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata - kata tertulis atau lisan dari orang - orang dan perilaku yang dapat diamati. Lexy.J. Moleong (2003

:47). Dengan demikian dalam mengolah data dan menganalisa data penelitian ini maka digunakan prosedur penelitian kualitatif yakni dengan menjelaskan atau memaparkan penelitian ini apa adanya serta menarik kesimpulan dengan menggunakan metode deduktif. Prosedur pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan cara mereduksi data, menyajikan data, membuat kesimpulan secara sirkuler selama penelitian ini berlangsung. Penjelasan ketiga tahapan ini adalah sebagai berikut :

a) Mereduksi Data

Mereduksi data adalah proses pemilihan, memfokuskan pada penyederhanaan, mengabstrakkan, dan transformasi data mentah yang muncul dari catatan tertulis dilapangan. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menonjolkan, hal – hal penting, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak dibutuhkan dan mengorganisasikan data agar lebih sistematis, sehingga dapat dibuat menjadi suatu kesimpulan yang bermakna. Data yang telah direduksi dapat memberikan gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan.

b) Menyajikan Data

Menyajikan data adalah proses pemberian sekumpulan informasi yang disusun dan memungkinkan untuk penarikan kesimpulan. Jadi penyajian data ini merupakan gambaran secara keseluruhan dari sekelompok data yang diperoleh agar mudah di baca secara menyeluruh.

c) Membuat Kesimpulan

Pada mulanya data terwujud dari kata – kata, tulisan dan tingkah laku pembuatan yang telah dikemukakan dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil observasi, interview atau wawancara dan studi dokumenter, sebenarnya sudah dapat memberikan kesimpulan

secara sirkuler bersama reduksi dan penyajiannya, maka kesimpulan merupakan konfigurasi yang utuh.

Data yang diperoleh melalui hasil wawancara dianalisis dengan cara mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan hal ini diberi kode agar sumber datanya tetap dapat ditelusuri. Mengumpulkan, memilih, mengklarifikasi, mensintetiskan, membuat iktiar dan membuat indeksinya. Berfikir dengan membuat agar kategori data itu mempunyai makna mencari dan menemukan pola hubungan umum.

Sehingga diperoleh gambaran secara lengkap bagaimana eektivitas Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa Kelas XI di SMAN 1 Barumon Tahun Pembelajaran 2018/2019.

G. Pemeriksaan Atau Pengecekan Keabsahan Data

Keabsahan data yang diperoleh terutama dari hasil wawancara, dilakukan dengan teknik triangulasi melalui triangulasi data cek kembali derajat kepercayaan sebagai suatu informasi. Paton dalam Lexy Moleong menjelaskan bahwa hal ini dapat dicapai dengan jalan:

1. Membanding data hasil wawancara.
2. Membandingkan dengan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.
3. Membandingkan dengan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu
4. Membandingkan keadaan dan perspektif orang orang dengan berbagai pendapat dari pandangan orang seperti rakyat biasa.

Dengan demikian data yang diperoleh pada setiap wawancara bila memerlukan pendalaman dilakukan melalui langkah - langkah seperti diuraikan pada kutipan diatas. Keabsahan data yang diperoleh dilapangan diperiksa dengan menggunakan teknik sebagai berikut :

1. Pertanyaan yang sama diajukan pada informan yang berbeda melalui wawancara terstruktur dan tidak struktur, wawancara berstruktur diajukan saat pertama kali wawancara dan pada wawancara berikutnya kepada informan yang sama dilakukan wawancara tidak berstruktur dengan materi pertanyaan yang sama.
2. Observasi terhadap bukti - bukti fisik kegiatan dalam evektifitas pendekatan rasional emotive therapy untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas XI di SMAN 1 Barumon tahun pembelajaran 2018/2019. Kepada siswa sekaligus mengecek kesesuaian apa yang diungkapkan dengan apa yang dilaksanakan sehingga dapat data yang akurat.
3. Mengkonfirmasi hasil temuan dengan informasi peneliti. Maksudnya setelah data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi (pengamatan) dilokasi penelitian, dilakukan penelitian ulang terhadap kebenaran data yang didapat. Kalau responden tidak setuju dengan data tersebut maka dilakukan revisi bagaimana data informasi yang sebenarnya.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Gambaran Umum Sekolah

Sekolah menengah atas negeri 1 barumun (SMAN 1 Barumun) berlokasi di jln. Kihajar dewantara no 45 sibuhuan. Sekolah ini memiliki 56 orang tenaga pengajar (guru) dan memiliki 940 orang siswa. Sekolah ini memiliki bangunan dan ruangan dengan fasilitas yang sangat mendukung proses kegiatan belajar mengajar antara lain ; ruang kelas, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, ruang guru BK, UKS, Lab bahasa, lab kimia, lab biologi, lab fisika, lab komputer, perpustakaan, dan lain – lain.

2. Propil SMAN 1 Barumun

Sekolah menengah atas negeri (SMAN 1 Barumun) pada awal berdirinya merupakan sekolah lanjut tingkat atas yang disingkat menjadi SLTA .berdiri pada tanggal 2 february 1957 bertempat di gedung SMPN 1 Barumun, atau yang dulunya bernama SLTP (sekolah lanjut tingkat pertama) di jln kihajar dewantara. Pada awalnya SMAN 1 Barumun ini bertempat di SMPN 1 barumun yang merupakan bangunan dari orang belanda. Dan kemudian ditahun ke tiga SMAN 1 barumun mempunyai bangunan sendiri yang didirikan tepat di sebelah SMPN 1 barumun. Dengan peserta didik berjumlah 134 orang. Direktur pertama SLTA adalah H. Muktar Nasution. Dan kemudian sekolah SLTA ini berganti nama menjadi SMAN 1 barumun yang digunakan sampai sekarang.

3. Visi, Misi, Dan Tujuan SMAN 1 Barumun

a) Visi

“Mengutamakan iman dan taqwa, prestasi dan mutu / kualitas pendidikan dan pembelajaran”

b) Misi

1. berusaha meloloskan siswa siswi keperguruan tinggi negeri minimal 50⁰/₀.
2. siswa siswi mempunyai keterampilan yang bervariasi
3. menerapkan berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dapat meningkatkan kemampuan potensial serta keimanan dan ketaqwaan terhadap tuhan YME
4. meningkatkan kualitas proses pembelajaran
5. meningkatkan kualitas dan kuantitas lulusan yang diterima di perguruan tinggi negeri
6. membangun karakter melalui sikap disiplin, etos kerja kepercayaan diri dan kebersamaan
7. membangun pembelajaran yang inovatif, kondusif dan menyenangkan

c) Tujuan

mewujudkan siswa – siswi yang lulus dapat menjuarai beberapa event, sekaligus dapat masuk di berbagai perguruan tinggi negeri dan hidup mandiri dengan berbagai keahlian dasar dan memiliki karakter religius dan nasional.

4. Sarana Dan Prasarana SMAN 1 Barumun

Salah satu yang mendukung keberhasilan sebuah lembaga pendidikan adalah memiliki fasilitas yang lengkap dan memadai. Setiap lembaga pendidikan harus memiliki sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung terselenggaranya proses pendidikan. Dimana sarana dan prasarana yang ada di SMAN 1 Barumun antara lain:

- a. Alat – alat pelajaran yang tersedia sudah lengkap seperti
 1. Infocus
 2. Laptop
 3. Papan tulis
 4. Spidol
 5. Alat – alat lab
- b. Fasilitas – fasilitas belajar di sekolah sudah ada, seperti :
 - Lab bahasa, lab kimia, lab computer, lab fisika, lab biologi, perpustakaan dll
 - Fasilitas olahraga seperti lapangan futsal, lapangan bulutangkis, lapangan bola basket, lapangan bola volly, tenis meja, dan lain – lain
 - Ruang sekretariat pramuka, paskibraka, mercingband, bandsekolah dll
- c. Koperasi tersedia di SMAN 1 barumun
- d. Ruang – ruang yang menunjang aktifitas di sekolah sudah tersedia semuanya, seperti ruangan kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, ruang guru BK, UKS, dll
 - Ruang kepala sekolah
 - Ruang tata usaha
 - Ruang guru
 - Ruang BK
 - Perpustakaan
 - Laboratorium IPA (kimia, fisika biologi)
 - Laboratorium komputer dan bahasa
 - Ruang band

- Meja untuk piket
- Toilet
- Ruang satpam
- Mushollah SMAN 1 Barumun

semua fasilitas di sekolah sudah tersedia dan masing – masing berjumlah satu, dan sangat mendukung proses pembelajaran.

5. Struktur Organisasi SMAN 1 Barumun

STRUKTUR ORGANISASI SMAN 1 BARUMUN

T.P 2018 / 2019

Kepala SMAN 1 Barumun	: Ikhsanul Nasir Hsb,S.Ag.Mm
Kepala Tata Usaha	: Zainal Arifin Hsb
Komite	: Ibrahim Hasibuan,Se
Bendahara Sekolah	: Mangarahon Pasaribu
Pemeriksaan Barang	:1.Misriani S.Pd 2.Sefrina Hanum S.Pd 3.Intan Permata Sari Hsb
Operator	: Aswin Parhimpunan
Wakasek Dan Kurikulum	: Parmonangan,S.Pd
Wakasek Dan Bidang Humas	: Nur Asiah Daulay, S.Pd
Wakasek Dan Bidang Kesiswaan	: Ikbal Kamil.S.Sos, S.Pd
Wakasek Bidang Sarana Prasarana	: Yoppy Anggraini NST, S,Pd
Kepala Lab	: Mangarahon Pasaribi

Kepala Perpustakaan : Hj.Parida Hasibuan,S.Pd
 Ka.MGMP IPA : Shahdir Efendi Hsb,S.Pd
 Ka, MGMP IPS : Halimah Tussakdiah,S.Pd
 Kord.Ekstrakurikuler : Suhono
 Kord. OSN : Riris Duma Sari
 Kord. Bidang Keagamaan : Dra.Sarina Siregar
 Urusan Aset :1.Misriani S.Pd
 2. Abdul Haris Amrulloh S.Sa
 K.Kord BK : Nursihastuti,S.Pd
 Wali Kelas :X,XI,XII
 Dewan Guru
 Satpam :1.Penjaga Sekolah
 2.Penjaga Masjid
 Siswa

6. Keadaan Guru Di SMAN 1 Barumun

Berikut merupakan daftar guru di SMAN 1 BARUMUN TAHUN PEMBELAJARAN 2018/ 2019

Tabel 4.1
Data Tenaga Kependidikan Sman 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018/2019

NO	NAMA/NIP	JABATAN	NO	NAMA /NIP	JABATAN
1	Ikshanul Nasir Hsb,S.Ag,Mm Nip.19720426 200212 1 002	Kepala Sekolah	30	Mhd.Uswa Hamidi Daulay,S.Pd 19810406 200904 1 008	Wali Kelas X IIS 2

2	Mestiani Simatupang,S.Pd Nip, 19590319 198203 2 002	Wali Kelas XI MIA 1	31	Adelisma Nasution, S.Pd 19840421 200904 1 008	Wali Kelas XII MIA 1
3	Maslaung Siregar,S.Pd Nip, 19611206 198601 2 001	Wali Kelas X IIS 3	32	Misriani Nasution, S.Pd 19830324 201001 2 023	Wali Kelas X MIA 2
4	Suhono Nip, 19630404 198903 1 006	Kord Ekstrakurikuler	33	Henny Syahriani Harahap,S.Pd 19880820 201101 2 023	Wali Kelas XI IIS 1
5	Mangarahan Pasaribu Nip, 19650904 198803 1 003	Kepala LAB, Bendahara Sekolah	34	Zainal Arifin Hsb 19680506 199103 1 003	Ka.Tata Usaha
6	Riris Duma Sari, S.Pd, M.Si Nip, 19670224 198903 2 002	Kord OSN dan Wali Kelas X MIA 3	35	Iqbal Kamil,S.Sos,S.Pd 19751009 201412 1 001	Wakasek.Ur. Kesiswaan
7	Sariatmi, S.Pd Nip 19660121 199003 2 004	Guru Mapel	36	Aswin Parhimpunan Nst, S.Pd	Operator
8	Hj, Parida Pasaribu, S.Pd Nip 19641231 199303 2 022	Kepala Perpustakaan	37	Intan Permata Sari Hasibuan	Pemeriksa Barang
9	Sinta Paulina, S.Pd Nip 19680420 199801 2 001	Wali Kelas XI IIS 1	38	Rahayu Fitriani Hsb,S.Pd	Guru Mapel
10	Hj, Gorgor Hasibuan, S.Pd Nip 19620512 198603 2 005	Guru Mapel	38	Fatima Wirda Hasibuan,S.Pd	Guru Bk
11	Nursihastuti, S.Pd Nip 19690524 199702 2 001	Ka.Kord BK	39	Hartati Nasution	Guru Mapel
12	H. Faujan Hamidi, S.Ag Nip 19780322 200212 1 004	Guru Mapel	40	Lidia Asmina, S.Pd	Guru Mapel
13	Nur Asiah Daulay, S.Pd Nip 19741026 200604 2 005	Wakasek UR. Humas	41	Mardiana, S.Pd	Guru Mapel
14	Halimah Tussakdiyah, S.Pd Nip 19780301 200502 2 002	Ka.MGMP IPS Dan Wali Kelas XI IIS 1	42	Minni Fatima Hsb,S.Pd	Guru Mapel
15	Syahdir Efendi Nst,S.Pd Nip 19770417 200801 2 007	Ka.MGMP IPA Dan Wali Kelas X MIA 4	43	Solahuddin Harahap,S.Pd	Guru Mapel
16	Dra.Sarina Siregar Nip 19621010 200701 2 004	Kord.OSN Keagamaan	44	Mhd.Anshari Nasution,S.Pd	Guru Mapel

17	Siti Khadijah Lubis, Ss,S.Pd Nip 19790715 200801 2 007	Wali Kelas XII IIS 2	45	Baginda Tanjung,S.Pd	Guru Mapel
18	Azizah Khairiyah Hsb, S.Pd Nip 19840922 200904 2 011	Wali Kelas X MIA 1	46	Warida Shopni,S.Pd	Guru Mapel
19	Irma Lestari Lubis, S.Pd Nip 19851023 200904 2 008	Wali Kelas XI MIA 2	47	Kusrina,S.Pd	Guru Mapel
20	Rina Maryanti,S.Pd Nip 19820822 200904 1 002	Wali Kelas XII MIA 3	48	Silvia Afriani,S.Pd	Guru Mapel
21	Parmonangan Harahap,S.Pd Nip 19700420 200904 2 008	Wakasek Ur.Kurikulum	49	Halomoan Hsb, S.Pd, M.Pd	Guru Mapel
22	Annur Handayani, S.Pd Nip 19820408 200904 2 008	Wali Kelas X IIS 1	50	Tarmiji Hasibuan,Sh	Guru Mapel
23	Latifa Hannum Pane,S.Pd Nip 19820516 200904 2006	Wali Kelas XI MIA 4	51	Ikshan Hasibuan, S. Sos	Guru Mapel
24	Rahmat Habinsaran Daulay,S.Pd Nip 19820601 200904 1 010	Wali Kelas XI IIS 1	52	Subhuan Sukri Hsb,S.Pd,M.Pd	Guru Mapel
25	Efrida Mei Hasibuan,S.Pd Nip 19790510 201001 1 016	Wali Kelas XII MIA 4	53	Hardiyanti Harahap,S.Pd	Guru Mapel
26	Abbdul Haris Amrulloh,S.Sn Nip 19811119 201001 2 021	Guru Mapel	54	Kiki Novriyanti,S.Pd	Guru Mapel
27	Yoppy Angraini Nasution, S.Pd Nip 19820804 201101 2 023	Wakasek Ur. Sarana Prasarana	55	Salamah Nur,S.Pd	Guru Mapel
28	Sefrina Hanum Harahap,S.Pd Nip 19820925 2001101 2 014	Wali Kelas XII MIA 2 Pemeriksa Barang	57	Nur Amaliya Tarigan,S.Pd	Guru Mapel
29	Sisri Handayani, S.Pd Nip 19850430 201101 2 014	Guru BK	58	Rizky Batugana,S.Pd	Guru Mapel

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Dalam penelitian yang dilakukan di SMAN 1 Barumon mengenai penerapan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa tahun pembelajaran 2018/ 2019. Adapun yang menjadi objek penelitian

adalah siswa yang memiliki masalah dalam meningkatkan kecerdasan emosi dengan jumlah 10 orang. Hal ini dilakukan agar hasil penelitian bisa fokus pada masalah yang ingin diteliti dan mencapai tujuan yang diinginkan dalam penelitian ini.

1. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Terapi

Layanan konseling kelompok merupakan suatu upaya pembimbing atau konselor dalam memberi bantuan kepada individu yang mengalami masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

Pendekatan rasional emotive therapy merupakan therapy yang berusaha menghilangkan cara berfikir klien yang tidak logis, tidak rasional dengan cara mengkonfrontasikan klien dengan keyakinan – keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan – keyakinan rasionalnya.

Layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy ini sangat membantu siswa dalam memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan klien yang irasional menjadi rasional dan logis serta menghilangkan gangguan – gangguan emosional diri yang merusak diri sendiri seperti : rasa takut, rasa bersalah, merasa cemas, dan rasa marah, berusaha menghilangkan dengan jalan melatih dan mengajar klien untuk menghadapi kenyataan – kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan, nilai – nilai dan kemampuan diri sendiri agar klien dapat mengembangkan dirinya seoptimal mungkin karena layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy ini memberikan latihan berupa latihan kemampuan membina hubungan, berempati, bekerja sama, dan kemampuan berkomunikasi.

Berdasarkan wawancara dengan ibu Nursihastuti,S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling di SMAN 1 Barumun, pada tanggal 27 juli 2018 di dalam ruangan bimbingan dan konseling SMAN 1 Barumun mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMAN 1 Barumun, beliau mengatakan:

“pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMAN 1 Barumun sudah berjalan dengan sangat baik dengan adanya dukungan yang besar dari kepala sekolah yang menyediakan ruangan yang nyaman dan adanya kepercayaan dengan tugas bimbingan dan konseling disekolah, sehingga kami selaku guru bk di SMAN 1 Barumun ini selalu aktif dalam pemberian layanan kepada siswa – siswi di sekolah ini. Tentunya layanan yang diberikan disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Layanan yang diberikan salah satunya adalah layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive terapy yang membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi melalui latihan latihan yang diberikan dalam layanan konseling kelompok pendekatan rasional emotive therapy tersebut. Namun terkadang yang menjadi kendala dalam penanganan masalah siswa terhadap bimbingan dan konseling kurangnya pemahaman siswa terhadap fungsi bimbingan dan konseling di sekolah”

Berdasarkan hasil wawancara yang di kemukakan ibu nursihastuti s.pd tentu dapat kita pahami bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMAN 1 Barumun sudah sangat baik, dapat dilihat bahwa guru bimbingan konseling berperan aktif dalam mengembangkan potensi diri siswa. meskipun masih memiliki banyak sekali kekurangan dalam pelaksanaanya dan waktu yang sangat terbatas namun guru bimbingan konseling tetap mengupayahkan agar menjadi lebih baik lagi.

Hal ini sangat mendukung dengan observasi yang peneliti lakukan tentang pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy di SMAN 1 Barumun dapat di

kemukakan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling telah di usahakan dengan sungguh – sungguh oleh guru bimbingan dan konseling bekerjasama dengan guru – guru lain dalam pentingnya guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa yang memiliki masalah maupun tidak memiliki masalah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu wali kelas XI dengan ibu Lattifa Hannum Pane S.Pd 30 juli 2018 mengatakan:

“selama saya mengajar disini kecerdasan emosi siswa sangat rendah, hal itu dapat dilihat dari tingkah laku siswa di dalam kelas dalam proses belajar mengajar sedang berlangsung sangat banyak siswa yang tidak dapat mengontrol emosinya, pola pikir yang seperti anak anak dan bisa secara tiba-tiba ada yang berkelahi dan menangis di sebabkan temanya yang lain. Dan biasanya yang saya lakukan pada siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosinya adalah dengan memberikan pemahaman dan motivasi kepada siswa tersebut dalam mengendalikan diri sehingga dia mampu mencapai kematangan bersikap dewasa sesuai dengan usianya. Memang masing – masing siswa memiliki tingkat kecerdasan emosi yang berbeda beda tiap kelas, dengan adanya kerja sama yang baik dengan guru bimbingan dan konseling cukup membantu guru – guru disini, baik guru bidang study maupun wali kelas jika memiliki kendala dalam menangani siswa.

Berdasarkan wawancara dengan wali kelas ibu Latifa Hannum, S.Pd dapat dipahami bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMAN 1 Barumun berjalan dengan baik, wali kelas dan guru lain mendiskusikan permasalahan siswa yang terjadi.

Selanjutnya wawancara dengan salah satu siswa mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa yakni RAS pada tanggal 24 juli 2018 mengatakan bahwa:

“guru bimbingan dan konseling sudah melakukan pendekatan yang baik dengan siswa sehingga kami tidak takut menyampaikan masalah kami kepada guru bimbingan dan konseling. Selain itu guru bimbingan dan konseling selalu memberikan solusi dan motivasi kepada kami dan pendapatnya sangat bagus dan bisa kami terima dan dilaksanakan khususnya dalam meningkatkan kecerdasan emosi.”

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan 10 orang siswa yang menjadi objek penelitian mengatakan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling sudah melakukan pendekatan yang baik dengan siswa sehingga siswa mampu lebih berani dalam mengutarakan permasalahan mereka dengan guru bimbingan dan konseling.

2. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa

Bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa baik secara langsung maupun tidak langsung dalam rangka untuk membantu siswa agar dapat mengembangkan potensi dirinya ataupun memecahkan permasalahan yang dialaminya. Sikap komunikasi guru bimbingan dan konseling hendaknya bisa menjadi orang tua sekaligus sahabat bagi siswanya, untuk menghindari kekakuan yang dapat menjadi penghambat bagi pelaksanaan layanan. Layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu siswa dalam menangani masalahnya maupun untuk mencegah masalah yang belum terjadi maupun belum pernah di alami terutama dalam meningkatkan kecerdasan emosi. Dengan adanya latihan dalam layanan konseling kelompok tersebut siswa mampu untuk melatih dirinya dalam mengontrol emosi , serta mampu mengubah pola pikirnya yang irasional menjadi rasional serta mampu menjalin hubungan dan bekerja sama dengan orang lain.

Adapun tahap – tahap konseling kelompok antara lain :

1. **Tahap Pembentukan**, yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang bisa mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama. Pemimpin kelompok menjelaskan cara - cara dan asas - asas kegiatan konseling kelompok. Pada tahap ini juga semua anggota kelompok wajib mengucapkan janji. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing – masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh perhatian.
2. **Tahap peralihan**, yaitu untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok kekegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
3. **Tahap kegiatan**, yaitu tahapan “kegiatan inti” untuk membahas topik - topik tertentu atau mengentaskan masalah pribadi - pribadi anggota kelompok. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk memberikan pertanyaan atau pendapat serta saran dan bantahan tentang topik yang dibahas. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok memberi contoh terkait topik. Pemimpin kelompok memberikan penguatan atau pemahaman - pemahaman bahwa masalah yang dialami klien berkaitan dengan keyakinan irasionalnya, lalu membawa klien pada tahap kesadaran untuk tidak mempertahankan gangguan emosionalnya dengan memperbaiki pola pikir klien dengan cara klien harus mencoba menolak fikiran - fikiran yang tidak logis.
4. **Tahap Pengakhiran**, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Nursihastuti, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling pada tanggal 27 juli 2018 berkaitan dengan upaya yang dilakukan dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa, beliau mengatakan :

“siswa harus dimotivasi dan mengubah pola pikirnya dan cara pandangnya yang irasional menjadi rasional melalui teori RET ini, agar siswa mampu mengontrol emosinya, sehingga dia bisa bergaul dan berempati, dan memahami perasaan orang lain serta bisa membangun persahabatan yang baik.”

Berdasarkan wawancara tersebut dengan melakukan pendekatan kepada siswa akan membuat siswa lebih terbuka dan mau mengubah pola pikir dan cara pandangnya sehingga kecerdasan emosi yang ada pada diri siswa tersebut dapat ditingkatkan sedikit demi sedikit.

Adapun langkah – langkah dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa yaitu:

1. Merancang rencana pelaksanaan layanan (RPL). Yang bertujuan agar pelaksanaan layanan yang ditujukan dapat berjalan efektif dan efisien.
2. Observasi. Melakukan observasi yang bertujuan untuk melihat perilaku siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa selama jam pembelajaran maupun di luar jam pembelajaran yang berkaitan dengan guru dan teman.
3. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy. Melaksanakan layanan berdasarkan RPL yang telah di buat melalui materi “kecerdasan emosi dan pengendalian diri”. Dimana pelaksanaan layanan tersebut berdasarkan rumusan kompetensi yang telah di buat yakni diharapkan siswa mampu memahami dan mengembangkan kecerdasan emosi untuk mengembangkan kepribadian yang unggul.
4. Pemberian latihan. Latihan yang diberikan kepada siswa haruslah berkaitan dengan materi yang disampaikan yakni kecerdasan emosi dan pengendalian diri.

5. Melakukan wawancara. Hal ini dilakukan untuk lebih mengetahui apa yang menjadi kendala siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi.

Setelah melakukan langkah – langkah tersebut barulah dapat kita ketahui tujuan layanan yang diberikan tercapai atau tidak. Dalam pelaksanaan layanan siswa yang diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy untuk meningkatkan kecerdasan emosi akan diberikan dorongan untuk menerapkan latihan tersebut dalam kehidupan sehari hari agar siswa lebih mudah dalam mengontrol emosinya dan tujuan layanan yang diberikan tercapai.

Layanan konseling kelompok dilaksanakan secara klasikal dengan menetapkan 10 orang siswa yang menjadi objek penelitian. Layanan tersebut diberikan kepada siswa dengan 3 kelas yang berbeda dengan masing – masing objek di dalam kelas tersebut berjumlah 3 sampai 4 orang. Adapun nama objek sasaran penelitian dalam layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa adalah :RAS, YSH, LAH, ZH, DWN, ASP, ARH, RR, IL.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa berkaitan dengan kendala mereka dalam meningkatkan kecerdasan emosi dan peran bimbingan dan konseling dalam membantu masalah siswa, ZH mengatakan :

“yang menjadi kendala dalam meningkatkan kecerdasan emosi adalah karna saya orangnya pesimis dan emosian dan tidak biasa mengontrol emosi dan apa yang saya katakan itulah yang saya anggap benar, dan saya tidak mudah percaya dengan orang lain dan sangat sulit menerima pendapat orang lain. Peran BK sangat baik, karna bisa membantu saya dalam mengontrol emosi dan membantu menuntaskan masalah yang saya alami ”

Selanjutnya siswa IL mengatakan :

“yang menjadi kendalah saya yaitu saya sangat tidak senang apabila ada orang yang mengkritik saya dan apabila itu terjadi saya akan marah dan bisa saja saya tidak mau berteman dengan orang yang mengkritik tersebut karna saya sangat membenci orang yang mencampuri urusan saya. Bk adalah tempat curhat bagi kita dan bk memberikan saran pada kita dalam menuntaskan permasalahan dan apakah saran tersebut bisa kita terima atau tidak itu tergantung pada diri kita sendiri”

Selanjutnya siswa ARH mengatakan :

“yang menjadi kendalah saya dalam meningkatkan kecerdasan emosi yaitu apabila ada yang memancing – mancing saya maksudnya dalam hal ini dia merasa bercanda saya selalu menanggapinya dengan serius bisa saja saya langsung menumbuk orang yang memancing – mancing tersebut sehingga menyebabkan perkelahian karan saya tidak suka bercanda, banyak yang mengatakan kalau hidup saya terlalu serius sehingga di dalam kelas tidak ada satupun perempuan yang mau berbicara pada saya kecuali itu hal yang penting karna emosi saya yang terlalu tinggi. Peran bk sangat baik dan berguna, karena memberikan motivasi kearah yang positif dan lebih mudah untuk menyelesaikan masalah”

Selanjutnya siswa ASP mengatakan:

“yang menjadi kendala saya yaitu apabila saya banyak masalah saya gemetaran, takut dan cemas yang berlebihan biarpun masalah tersebut tidak terlalu berat, saya akan mera ketakutan dan kadang kala saya bisa saja tidak konsen dan kadang lupa apa yang sedang saya lakukan disebabkan masalah yang saya pikirkan terlalu berlebihan. Peran bk yaitu sangat bermanfaat dan membuat kita bisa dalam mengontrol emosi dan pembimbing juga harus bisa mengontrol emosi dalam membimbing kami”

Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa yang menjadi kendala dalam meningkatkan kecerdasan emosi adalah banyaknya siswa yang tidak bisa mengontrol emosi dengan baik dan sedikitnya rasa empati terhadap teman dan kurang memahami perasaan orang lain dan BK suda melakukan pendekatan yang baik dengan siswa agar siswa mampu meningkatkan kecerdasan emosi dan mengedalikanya sihingga terarah kedalam hal – hal yang positif.

3. Penerapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotive Therapy Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa

Untuk lebih memantapkan penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy, maka peneliti menerapkanya pada tiga kali pemberian layanan konseling kelompok dengan 3 kelas XI yang berbeda.

Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling dengan ibu Nursihastuti,S.Pd mengatakan :

“dengan adanya pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang baik maka penanganan permasalahan siswa cukup efektif. Biasanya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa yaitu dengan memberikan motivasi dan dorongan kepada siswa agar siswa senantiasa lebih terbuka kepada guru bimbingan dan konseling dalam hal mengontrol emosinya. Dan yang pastinya dalah memberikan layanan bimbingan dan konseling yang mampu meningkatkan kecerdasan emosi siswa seperti pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy yang terdapat latihan – latihan di dalamnya.”

Berdsarkan hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa setelah dilaksanakanya layanan bimbingan dan konseling ada perubahan terhadap siswa karena latihan – latihan yang

diberikan oleh guru bimbingan dan konseling ketika memberikan layanan konseling kelompok tersebut. Siswa sudah mampu meningkatkan kecerdasan emosinya tersebut dan mengendalikannya.

C. Observasi Layanan

dari hasil observasi dan beberapa kali pertemuan konseling di dapati bahwa ada perubahan dalam diri siswa, beberapa siswa sudah mampu menerima kekurangan yang dimilikinya dan melakukan interaksi dengan teman – teman yang lainnya lebih baik dari sebelum melakukan konseling. Hal ini dapat dilihat dari hasil angket latihan dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa yang menunjukkan bahwa 10 orang siswa yang menjadi objek sudah mampu dan bisa mengontrol emosi serta dapat meningkatkan kecerdasan emosinya dimana keberhasilan dalam menjawab latihan angket tersebut adalah 70 % – 80 % walaupun terdapat 2 orang siswa yang mengalami kendala dalam menjawab angket latihan tersebut. Siswa tersebut ragu dan takut salah terhadap jawaban yang akan ia katakan dalam meningkatkan kecerdasan emosi.

D. Pembahasan Hasil Penelitian.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMAN 1 Barumon Tahun Pembelajaran 2018 / 2019.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling (layanan konseling kelompok) dengan pendekatan rasional emotive therapy sangat efektif diberikan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

Hal ini dapat diketahui dari hasil observasi dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, wali kelas, dan siswa. Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling yaitu

ibu Nursuhastuti,S.Pd yang mengatakan bahwa layanan konseling kelompok sangat mampu membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi karena terdapat latihan dalam materi yang dibawakan dalam layanan konseling kelompok sehingga siswa mampu mengontrol dan mengendalikan emosi dan mengarahkannya ke dalam hal – hal yang positif.

Hasil wawancara dengan sala satu guru wali kelas yaitu ibu Latifa Hannum, S.Pd mengatakan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling kelompok sangat membantu para wali kelas dalam mengentaskan permasalahan siswa, salah satunya dalam meningkatkan kecerdasan emosi. Dan dalam mengontrol emosi sehingga permasalahan siswa dapat diselesaikan. Kerja sama guru bimbingan dan konseling, wali kelas sangat membantu dalam pengentasan masalah siswa.

Hasil pengamatan dan wawancara langsung kepada siswa kelas XI SMAN 1 Barumun sebanyak 10 orang siswa yang menjadi objek penelitian ini diperoleh hasil bahwa yang menjadikan mereka tidak mampu dalam meningkatkan kecerdasan emosi adalah disebabkan karena mereka sangat sulit mengontrol dan mengendalikan emosi serta tidak bisa menerima pendapat orang lain mengenai diri mereka sendiri yang selalu mereka anggap tidak benar. Mereka mengatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling (konseling kelompok) sangat efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosi, dimana terdapat latihan yang melatih mereka dalam meningkatkan kecerdasan emosi serta mengendalikanya.

Hal tersebut dapat dilihat dari hasil angket latihan kecerdasan emosi yang menunjukkan bahwa 10 orang siswa yang menjadi objek sudah memahami dan mampu meningkatkan kecerdasan emosinya dimana keberhasilan dalam menjawab latihan angket tersebut adalah 70⁰/₀ – 80⁰/₀.

E. Diskusi Hasil Penelitian

Seorang siswa seharusnya mampu dalam meningkatkan kecerdasan emosinya dan mengendalikan emosinya, dan mengubah cara pikirnya yang irasional menjadi rasional agar ia dapat meningkatkan kualitas diri, bisa bergaul dan membangun persahabatan, bisa berempati dan memahami perasaan orang lain agar siswa bisa hidup secara optimal tanpa merugikan orang lain. Adanya rasa ego dalam diri siswa akan membuat dia susah dalam berkomunikasi maupun bergaul dengan orang – orang disekitarnya, dan menunjukkan perilaku yang kurang baik. Layanan yang digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa salah satunya merupakan layanan konseling kelompok yang memberikan suatu latihan kepada siswa dalam layanan konseling kelompok atau isi yang disampaikan dalam materi layanan yang diberikan. Dimana salah satunya yaitu dengan materi kecerdasan emosi dan pengendalian diri yang membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi dan mengendalikannya serta bisa berkomunikasi dengan baik dengan orang – orang disekitarnya.

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy seorang konselor memberikan latihan – latihan yang mendukung materi layanan. Konselor melakukan pendekatan dan memotivasi siswa bahwa yang utama selama layanan diberikan bagaimana cara mengendalikan emosi dengan baik dan bisa mengarahkannya kedalam hal – hal yang positif agar tidak merugikan orang lain maupun diri sendiri. Dengan adanya motivasi telah tertanam di dalam pikiran siswa membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosi dan mengendalikannya serta mengarahkannya kedalam hal – hal positif agar nantinya siswa bisa bergaul dan diterima didalam masyarakat dan dalam kehidupan yang lebih luas.

F. Keterbatasan Masalah

Penulis mengakui bahwa dalam penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih ada kekurangan dalam melakukan penelitian dan penganalisisan data hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis alami disebabkan oleh beberapa faktor antara lain :

1. Keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Penelitian dilakukan relative singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan penelitian.
3. Sulit mengukur secara akurat penelitian penerapan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018 / 2019 dalam wawancara. Sehingga keterbatasannya adalah beberapa siswa merasa acuh dengan pertanyaan yang dilontarkan sehingga memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan apa yang mereka rasakan dan mereka alami sesungguhnya.
- 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, merupakan keterbatasan penulis yang tidak dapat dihindari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tuisan-tulisan di masa mendatang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan pengolahan dan analisis data penelitian tentang penerapan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMAN 1 Barumun Tahun Pembelajaran 2018 / 2019, maka dapat di kemukakan sebagai berikut :

1. Tingkat kecerdasan emosi siswa di SMAN 1 Barumun sebelum di terapkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy kepada siswa sangat rendah, dan setelah di terapkan konseling kelompok dengan teknik rasional emotive therapy tingkat kecerdasan emosi siswa berada pada kategori tinggi, dan dapat membantu para siswa siswi dalam mengurangi gangguan emosional.

2. Pengendalian emosi tidak bisa dihadapi oleh beberapa siswa disekolah ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya lemahnya pemahaman siswa terhadap dirinya, melihat hal ini pihak sekolah dan guru bimbingan dan konseling memberikan arahan dengan mengajak siswa melakukan Pelaksanaan layanan Konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy karena layanan tersebut adalah sala satu cara atau model- model pendekatan yang ada dalam bimbingan dan konseling yang sangat efektif dalam menjalankan layanan konseling kelompok terutama dalam hal pengendalian emosi, diawali dengan mendefinisikan masalah siswa, mengeksplorasi masalah siswa dan meninjau permasalahan yang dihadapi siswa, serta mampu membantu siswa mencari solusi dari permasalahan yang ia hadapi, kemudian membuat kesimpulan hasil proses

konseling. Dan Kemudian tujuan dari pelaksanaan bimbingan dan konseling menggunakan pendekatan Konseling Layanan Individual atau berpusat pada klien kepada siswa membantu siswa mengungkapkan dan mengeksplorasi permasalahan yang dihadapi siswa dan memberikan agar mencapai kesadaran sehingga masalahnya dapat teratasi.

3. Dari hasil observasi, wawancara dan angket penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy. Hal ini dapat dilihat dari hasil angket latihan meningkatkan kecerdasan emosi yang menunjukkan bahwa 10 orang siswa yang menjadi objek sudah berhasil dalam meningkatkan kecerdasan emosi dan mengendalikannya dimana dalam menjawab angket tersebut adalah 70 % – 80 %. Sehingga dengan demikian layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy dapat meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka penulis memberikan saran :

1. Mengingat konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy sudah pernah dilaksanakan di sekolah SMAN 1 Barumon dan terbukti bahwa dapat meningkatkan kecerdasan emosi siswa maka disarankan hendaknya konselor sekolah dapat melaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy secara terprogram dan bekerjasama dengan pihak – pihak yang terkait.
2. Kepala sekolah kiranya memberikan jam khusus kepada guru bimbingan dan konseling, sehingga guru bimbingan dan konseling dapat dengan mudah melaksanakan tugasnya dan terbantu kinerjanya dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling.

3. Diharapkan siswa yang pernah mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotive therapy senantiasa melakukan latihan – latihan yang telah diberikan peneliti sebelumnya sehingga mampu mengatasi masalah terutama dalam meningkatkan kecerdasan emosi, dan lebih terbuka terhadap guru bimbingan dan konseling. Keterbukaan ini akan membantu guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan sehingga sasarannya benar – benar tercapai.
4. Diharapkan kerja sama yang baik antara guru wali kelas, guru bidang studi dan guru bimbingan dan konseling agar penyelesaian masalah siswa berjalan dengan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, Ari Ginanjar. 2001. *ESQ (Emotional Spiritual Quotient)*. Jakarta: Arga Publishing
- Ali, M & Mohammad Asroi. 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, Gerald. 2005. "*Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapy*". Bandung: Refika Aditama
- Ellis, Albert. 1986. "*Pengantar Teori Konseling*". Terjemahan Sukardi, Dewa Ketut. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Goleman, Daniel. 2015. "*Emotional Inteligence Kecerdasan Emosional*". Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Kurnanto, M Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Mappiare AT, Andi. 2010. "*Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*". Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Maulim, Pasar Silitonga. 2011. *Metodologi Penelitian*. Medan: FMIPA UNIMED
- Moleong, lexy j. 2006. *metode penelitian naturalistik kualitatif*. Bandung : alfabeta
- Mubayyidh, Makmum. 2010. *Kecerdasan Dan Kesehatan Emosional Anak*. Jakarta: Pustaka Al – Kautsar
- Narti, Sri. 2014. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nggermanto, Agus. 2003. "*Quatum Question Kecerdasan Quantum*". Bandung: Nuansa
- Prayitno Dan Erman Amti. 2004. *Dasar - Dasar Dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar Dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan Bimbingan Dan Konseling*. Padang : UNP Padang
- Rachman, Eillen. 2005. *Mengoptimalkan Kecerdasan Anak Dengan Mengasah IQ Dan EQ*. Jakarta: PT. Gramedia Puetaka Utama
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R &D*. Bandung: Alfabeta
- Surya, M. 2003. *Teori - Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bany Quraisy
- Winkle, W.S. 2013. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo