



**KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN  
KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING  
SIMBOLIK UNTUK MENINGKATKAN  
KEMATANGAN EMOSI SISWA KELAS VIIIA MTS  
NURUL ISLAM RANDUDONGKAL PEMALANG  
TAHUN AJARAN 2016/2017**

**Skripsi**

disusun sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh

Umi Hani

1301412033

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2017**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi yang berjudul "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Kabupaten Pemalang" ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.



Umi Hani  
NIM. 1301412033

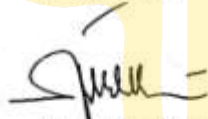
**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Kabupaten Pemasang Tahun Ajaran 2016/2017" ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi jurusan bimbingan dan konseling, fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri semarang.

Semarang, Maret 2017

Pembimbing I



Dr. Awalya, M. Pd., Kons.  
NIP. 19601101 198710 2 001

Pembimbing II



Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd.  
NIP. 19581103 198601 1 001

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian Skripsi Jurusan  
Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang  
pada :

Hari : *Jum'at*

Tanggal : *24 April 2017*

Panitia Ujian

Ketua

Sekretaris



*[Signature]*  
Dra. Sinta Saraswati, M.Pd.,Kons.  
NIP. 19600605 199903 2 001

*[Signature]*  
Drs. Eko Nusantoro, M.Pd.,Kons.  
NIP. 19600205 199802 1 001

Penguji Utama

*[Signature]*  
Prof. Dr. DYP. Sugiharto, M.Pd.,Kons  
NIP. 19611201 198601 1 001

Penguji/Pembimbing I

Penguji/Pembimbing II

*[Signature]*  
Dr. Awalva, M.Pd.,Kons  
NIP. 19601101 198710 2 001

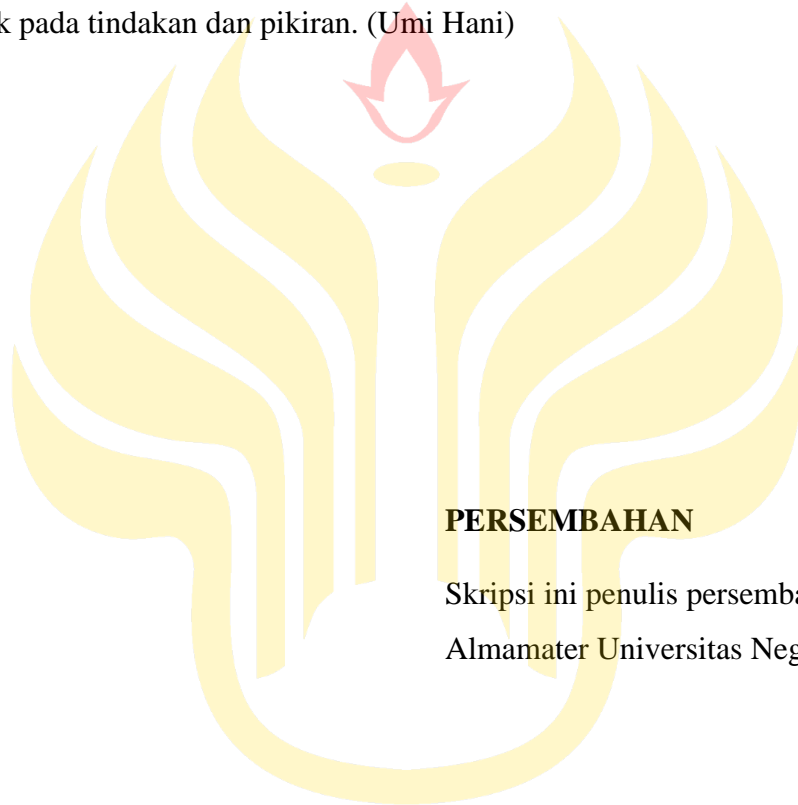
*[Signature]*  
Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd  
NIP. 19581103 198601 1 001

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

Letak kedewasaan bukan terletak pada raga dan busana. Kedewasaan hakiki terletak pada tindakan dan pikiran. (Umi Hani)



### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:  
Almamater Universitas Negeri Semarang

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017” dengan baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan kematangan emosi siswa. Penulis menyadari bahwa tersusunnya skripsi ini bukan hanya atas kemampuan dan usaha penulis semata. Namun juga berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, khususnya dosen pembimbing Dr. Awalya, M.Pd., Kons., dan Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd., yang telah sabar membimbing. Untuk itu dalam kesempatan ini, penulis bermaksud menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Fakhrudin, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd, Kons., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan rekomendasi ijin penelitian untuk penyelesaian skripsi.

4. Tim penguji yang telah menguji skripsi dan memberi masukan untuk kesempurnaan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala sekolah dan guru BK MTs Nurul Islam Randudongkal yang telah memberikan ijin serta siswa kelas VIIIA yang telah bersedia membantu peneliti sebagai responden penelitian.
7. Kedua orangtua Bapak Ratmo Sahri dan Ibu Nur Atiyah serta ketiga adik saya Nafisah, Abdul Jabbar dan Zainab Ramadhani yang telah memberikan doa, kasih sayang dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
8. Sahabat Kos Nirwana Dian, Resti, Vina, Tari, Ipeh, Nika, Mba Putri, Mba Lulu, Inggit, Popi, Nana yang telah memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Sahabat tersayang Afri, Nela, Lulu, Fitri, Bayu K, Shinta, Iis, Haryanto, Panggah yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
10. Arga Nusantara yang telah bersedia menjadi tempat berkeluh kesah dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-teman BK angkatan 2012.
12. Semua pihak terkait namun tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Kritik dan saran dari semua pihak diterima dengan senang hati. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Semarang, Maret 2017

Penulis



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



## ABSTRAK

**Umi Hani.** 2017. *Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIIIA MTs Nurul Islam randudongkal Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017.* Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing. Dr. Awalya, M. Pd., Kons, Dr. Anwar Sutoyo, M. Pd.

**Kata kunci:** kematangan emosi, layanan bimbingan kelompok, teknik modeling simbolik.

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan informasi yang didapatkan dari guru BK MTs Nurul Islam Randudongkal Kabupaten Pemalang yang mengatakan bahwa banyak siswa seringkali bertengkar dengan aksi pukul-memukul karena saling beradu mulut, maupun membully terhadap teman sekelas yang pendiam, berbicara tidak sopan, dan sering melanggar peraturan sekolah karena belum memahami tanggung jawabnya sebagai siswa. Rumusan masalah utama yaitu apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa. Tujuan utama mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan kematangan emosi siswa. Manfaat penelitian memperkaya kajian ilmu pengetahuan tentang kematangan emosi melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik.

Jenis penelitian ini pre-eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian adalah 10 siswa kelas VIIIA. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis kematangan emosi. Teknik analisis data yang digunakan yakni analisis deskriptif persentase dan uji beda (*uji wilcoxon*). Validitas konstruk dengan korelasi product moment, reliabilitas dengan rumus alpha. Skala kematangan emosi digunakan untuk mengukur skala sikap dan perilaku seseorang.

Hasil penelitian ini tingkat kematangan emosi siswa sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik keseluruhan berada pada kriteria rendah (61%). Setelah diberi perlakuan, kematangan emosi siswa keseluruhan dalam kategori tinggi (69%). Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai jenjang kecil  $z_{hitung} = 0$  dan  $z_{tabel} = 8$ , jadi nilai  $z_{hitung} < z_{tabel}$ . Indikator yang meningkat paling tinggi adalah tidak impulsif, sedangkan pemahaman yang peningkatannya terendah adalah mampu mengendalikan emosi.

Simpulan dari penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif meningkatkan kematangan emosi siswa. Bagi kepala sekolah agar lebih mengoptimalkan sarana dan prasarana sekolah, bagi guru bk agar memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan kematangan emosi siswa, peneliti lain yang tertarik untuk memperkuat penelitian ini dapat dilakukan dalam jenjang, jenis layanan dan jenis metode yang berdeda.

# DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	10
1.5 Sistematika Penulisan Skripsi .....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	13
2.1 Penelitian Terdahulu .....	13
2.2 Kematangan Emosi .....	16
2.2.1 Pengertian Kematangan .....	16
2.2.2 Konsep Emosi .....	18
2.2.3 Konsep Kematangan Emosi .....	20
2.3 Layanan Bimbingan Kelompok .....	25
2.4 Teknik Modeling Simbolik .....	31
2.5 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa .....	36
2.6 Hipotesis Penelitian.....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	41
3.1 Jenis Penelitian.....	40
3.2 Desain Penelitian .....	41
3.2.1 Memberikan Pre-test (O1).....	44
3.2.2 Perlakuan atau Treatmen (X) .....	44
3.2.3 Memberikan Post-Test (O2).....	45
3.3 Variabel Penelitian.....	46
3.3.1 Identifikasi Variabel.....	46
3.3.2 Hubungan antar Variabel .....	47
3.3.3 Definisi Operasional Variabel.....	47
3.4 Populasi dan Subjek Penelitian .....	49

3.4.1	Populasi.....	49
3.4.2	Sampel Penelitian.....	50
3.5	Metode dan Alat Pengumpulan Data .....	51
3.5.1	Metode Pengumpulan Data.....	52
3.5.2	Alat Pengumpulan Data .....	52
3.6	Penyusunan Instrumen .....	53
3.7	Validitas dan Reliabilitas .....	55
3.8	Teknik Analisis Data.....	58
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>63</b>
4.1	Hasil Penelitian .....	63
4.1.1	Hasil Analisis Deskriptif Kuantitatif.....	64
4.1.2	Deskripsi Perkembangan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Selama Kegiatan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik .....	92
4.2	Pembahasan.....	107
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	116
<b>BAB V PENUTUP.....</b>		<b>118</b>
5.1	Simpulan .....	118
5.2	Saran .....	119
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>120</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>122</b>

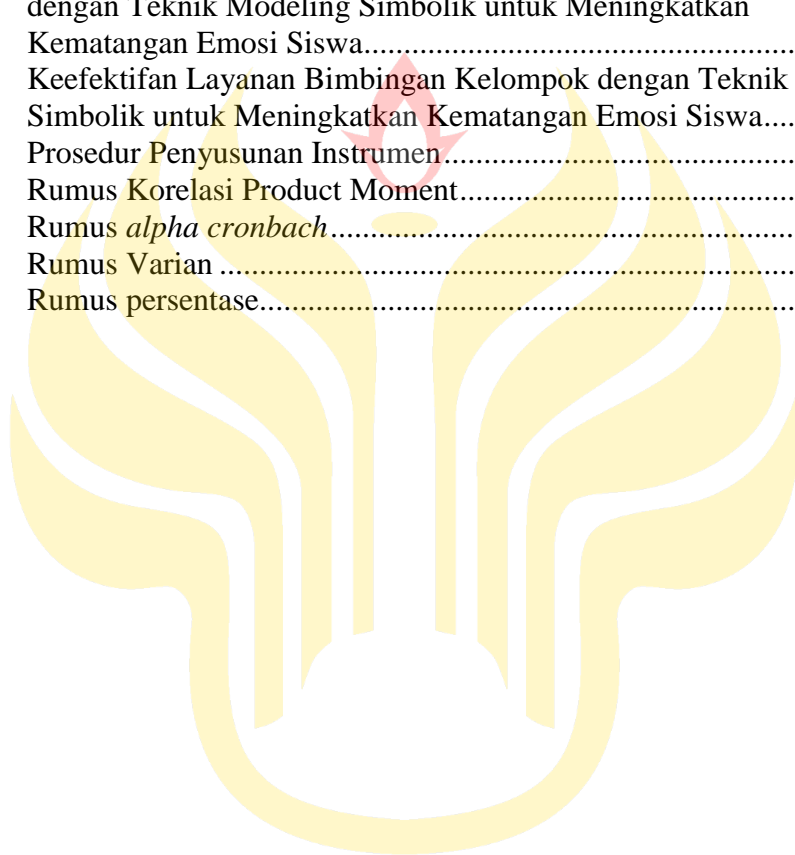
## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>		<b>Halaman</b>
3.1	Rencana Pelaksanaan Eksperimen .....	45
3.2	Tabel Populasi Penelitian.....	50
3.3	Tabel Sampel Penelitian .....	51
3.4	Kategori Jawaban Skala Kematangan Emosi .....	53
3.5	Kisi-kisi Skala Kematangan Emosi .....	54
3.6	Interval dan Kriteria Penilaian.....	60
3.7	Tabel Penolong Uji Wilcoxon .....	61
4.1	Distribusi Frekuensi Kematangan Emosi Siswa.....	65
4.2	Kematangan Emosi Siswa Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	66
4.3	Hasil Distribusi Frekuensi Kematangan Emosi Siswa Per Indikator Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik .....	67
4.4	Distribusi Indikator Penerimaan Diri Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	68
4.5	Distribusi Indikator Tidak Impulsif Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	69
4.6	Distribusi Indikator Mampu Mengendalikan Emosi Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	70
4.7	Distribusi Indikator Mampu Menyelesaikan Masalah Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	71
4.8	Distribusi Indikator Mampu Menerima Kritik dan Saran dari Orang Lain Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik .....	72
4.9	Distribusi Indikator Memberikan Kesempatan Orang Lain Mengemukakan Pendapat Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	73
4.10	Distribusi Indikator Tanggung Jawab Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik ...	74
4.11	Kematangan Emosi Siswa Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik ( <i>post-test</i> ) .....	75
4.12	Hasil Distribusi Frekuensi Kematangan Emosi Siswa Per Indikator setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik .....	76
4.13	Distribusi Indikator Penerimaan Diri Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	78
4.14	Distribusi Indikator Tidak Impulsif Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	79
4.15	Distribusi Indikator Mampu Mengendalikan Emosi Setelah	

	diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	80
4.16	Distribusi Indikator Mampu Menyelesaikan Masalah Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	82
4.17	Distribusi Indikator Mampu Menerima Kritik dan Saran dari Orang Lain Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	83
4.18	Distribusi Indikator Memberikan Kesempatan Orang Lain Mengemukakan Pendapat Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	84
4.19	Distribusi Indikator Tanggung Jawab Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	86
4.20	Peningkatan Kematangan Emosi Siswa Sebelum dan Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik.....	87
4.21	Peningkatan Kematangan Emosi Siswa Sebelum dan Setelah diberi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik Per Indikator.....	89
4.22	Tabel Penolong Uji Wilcoxon.....	91
4.23	Tabel <i>Progress</i> Peningkatan Selama Diberikan <i>Treatment</i> .....	105

## DAFTAR GAMBAR

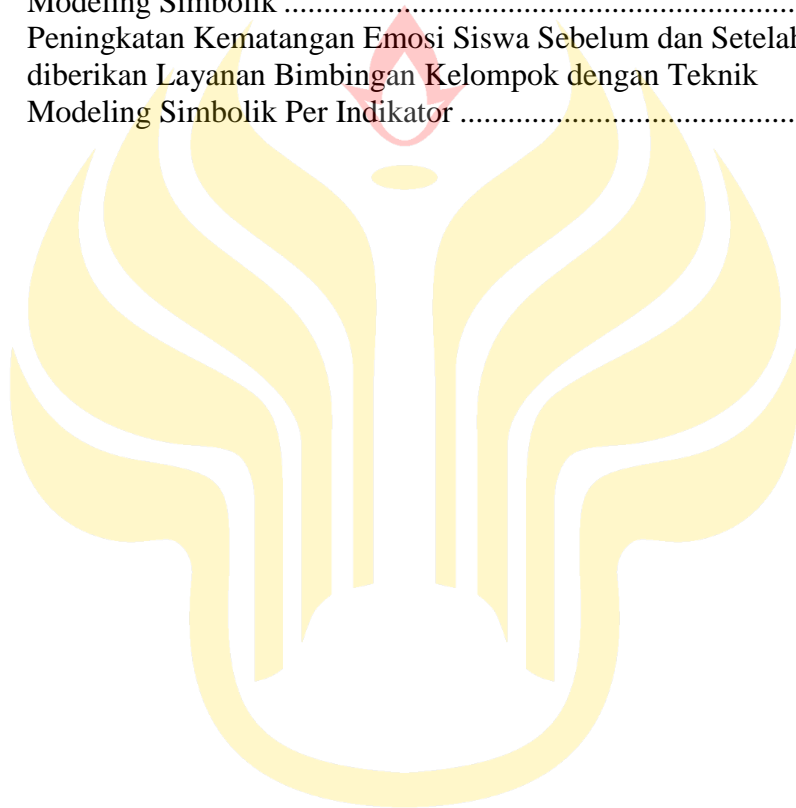
Gambar		Halaman
2.1	Kerangka Berfikir Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa.....	39
3.1	Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa.....	47
3.2	Prosedur Penyusunan Instrumen.....	54
3.3	Rumus Korelasi Product Moment.....	56
3.4	Rumus <i>alpha cronbach</i> .....	57
3.5	Rumus Varian .....	58
3.6	Rumus persentase.....	59



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## DAFTAR GRAFIK

Grafik		Halaman
4.1	Peningkatan Kematangan Emosi Siswa Sebelum dan Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik .....	88
4.2	Peningkatan Kematangan Emosi Siswa Sebelum dan Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik Per Indikator .....	90



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Jurnal Pelaksanaan Eksperimen .....	123
2	Pedoman dan Hasil Wawancara Data Awal .....	125
3	Skala Kematangan Emosi ( <i>Pre-test</i> ).....	129
4	Kisi-kisi Skala Kematangan Emosi ( <i>Pre-test</i> ).....	135
5	Skala Kematangan Emosi ( <i>Post-test</i> ) .....	137
6	Kisi-kisi Skala Kematangan Emosi ( <i>Post-test</i> ) .....	142
7	Hasil Uji Validasi dan Reliabilitas Kematangan Emosi Siswa .....	144
8	Tabulasi dan Persentase Hasil <i>Pre-test</i> .....	152
9	Tabulasi dan Persentase Hasil <i>Post-test</i> .....	157
10	Operasional Layanan Bimbingan Kelompok .....	163
11	RPLBK Pertemuan 1-6.....	169
12	Materi Layanan Bimbingan Kelompok Pertemuan 1-6.....	192
13	Tabel Deskripsi Isi Singkat Video .....	209
14	Deskripsi Hasil Layanan Bimbingan Kelompok .....	214
15	Laiseg .....	237
16	Hasil Evaluasi UCA .....	239
17	Daftar Hadir <i>Pre-test</i> .....	251
18	Daftar Hadir Pertemuan 1-6 .....	252
19	Daftar Hadir <i>Post-test</i> .....	258
20	Surat Keterangan Pelaksanaan Try Out.....	259
21	Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	260
22	Dokumentasi.....	261





**UNNES**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Ditinjau dari fisiknya, remaja sudah bukan anak-anak lagi, namun jika diperlakukan sebagai orang dewasa mereka belum mampu menunjukkan sikap dewasa. Dalam masa ini, banyak terjadi perubahan yang membuat remaja ingin melakukan hal-hal baru, sehingga seringkali ingin mencoba-coba, mengkhayal dan merasa gelisah, serta berani melakukan pertentangan jika dirinya merasa disepelkan atau tidak dianggap. Oleh sebab itu masa remaja seringkali dinamakan masa pencarian jati diri.

Hurlock (2003: 212) juga mengatakan bahwa masa remaja adalah suatu periode yang dikatakan sebagai periode “badai tekanan” yaitu sebagai suatu masa dimana terjadi ketegangan emosi yang tinggi yang diakibatkan adanya perubahan fisik dan kalenjer. Ketegangan emosi yang dialami oleh remaja biasanya disebabkan oleh kondisi sosial yang ada di sekeliling mereka. Umumnya, permasalahan remaja yang berhubungan dengan percintaan merupakan permasalahan yang rumit pada periode ini. Misalnya, bila kisah cintanya berjalan lancar, maka remaja akan bahagia. Sedangkan jika kisah cintanya tidak berjalan sesuai yang diharapkan, remaja akan merasa sedih bahkan terkadang remaja mengekspresikan kebenciannya dengan cara menyakiti.

Selain itu, permasalahan yang berhubungan dengan emosional remaja disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satunya yaitu faktor yang berkaitan dengan kasus keluarga atau lingkungan di sekitar remaja, di antaranya; korban perceraian orang tua, ketidakharmonisan antara anggota keluarga, dan sebagainya. Akibatnya, muncul perilaku-perilaku seperti meledakkan emosi karena hal sepele, mudah menyerah, pemalu/penyendiri, selalu ingin menang sendiri, tidak sabaran dan lain sebagainya. Akibat dari kasus tersebut pula, tidak sedikit remaja yang melanggar norma-norma sosial maupun agama ketika sedang menghadapi masalah, seperti minum-minuman, merokok bahkan obat-obatan terlarang.

Ketika menghadapi keadaan yang tidak sesuai dengan harapannya, remaja seringkali melakukan tindakan kasar, seperti berkelahi dan tawuran. Perilaku tersebut muncul karena tidak terpenuhinya kebutuhan remaja, baik fisik maupun psikologis dan seringkali ditemukan pada siswa laki-laki, sedangkan pada sebagian siswa perempuan seringkali bermasalah dalam hal percintaan. Imbas dari masalahnya adalah menjadi kurang berkonsentrasi dalam pelajaran, melamun di kelas dan tidak mendengarkan penjelasan dari guru.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap siswa di sekolah, masih banyak siswa yang saling mengolok antar teman dan berujung pada perkelahian, kurangnya rasa empati terhadap sesama, pacaran yang melewati batas kewajaran, dan juga melakukan tindakan yang melanggar norma hanya untuk melampiaskan amarah dan emosinya terhadap keadaan yang menimpa dirinya. Selain itu, fenomena terjadi di SMP Negeri 8 Pemalang. Perkelahian antar teman terjadi pada hari Senin, 22 Agustus 2016 kemarin akibat saling mengejek.

Keributan diawali oleh salah seorang murid yang menjadi provokator dengan mengejek salah seorang teman satu kelasnya. Karena tidak terima dirinya dihina, murid tersebut membalas mengejek, hingga akhirnya terjadi perkelahian ([tribratanewspemalang.com](http://tribratanewspemalang.com)).

Fenomena yang berkaitan dengan kematangan emosi pada remaja juga terjadi di Tegal pada 11 Juni 2016. Konvoi dilakukan oleh para pelajar SMP di Kota Tegal setelah pengumuman lulus sekolah. Akibat dari konvoi ini, terjadi aksi tawuran pada sore harinya. Sebagian lagi terlihat asik merokok. Bagi masyarakat, aksi konvoi dan tawuran ini sangat mengganggu lalu lintas dan meresahkan warga karena mereka membawa motor dengan ugul-ugalan. Selain itu, para pelajar SMP ini juga membawa bambu dan kayu serta gir yang diikat dengan sabuk seperti akan dijadikan senjata untuk perang. Sedangkan bagi mereka, aksi konvoi ini hanya sebagai luapan kegembiraan setelah kelulusan ([radartegal.com](http://radartegal.com), diunduh pada 15 September 2016). Perilaku yang dilakukan remaja tersebut terjadi karena pada masa remaja seringkali merasa benar terhadap apa yang dilakukannya, tanpa menghiraukan dampak dari perbuatan mereka.

Fenomena lain terjadi di Kendal, Jawa Tengah pada tanggal 16 Februari 2015. Siswa SMP Negeri di Kendal, Senin pagi ditemukan gantung diri di gudang rumah orangtuanya di Desa Karangayu, Kecamatan Cepiring, Kendal. Korban ditemukan ayahnya, yang hendak mengambil sepeda di gudang. Dari telepon genggam milik siswa, diduga dia gantung diri karena frustrasi akibat putus cinta dengan pacarnya ([metrojateng.com](http://metrojateng.com), diunduh pada 15 September 2016). Dalam masalah ini, terbukti bahwa masih banyak siswa SMP yang belum memiliki

kematangan emosi, sehingga dalam menghadapi masalah mereka tidak mampu berfikir secara logis dan rasional. Akibatnya, mereka akan melakukan hal-hal yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Fenomena juga terjadi ketika peneliti mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan di sekolah, bahwa masih banyak siswa yang suka berbicara kasar terhadap teman sebayanya. Seperti mencela, mengolok dan mencaci sehingga seringkali membuat teman-temannya sakit hati dan tersinggung. Tidak sedikit siswa yang melakukan hal-hal negatif hanya untuk menarik perhatian warga sekolah. Selain itu, siswa seringkali mabuk-mabukkan untuk menunjukkan eksistensinya dalam persahabatan. Fenomena tersebut membuktikan bahwa adanya kematangan emosi sangat dibutuhkan siswa dalam bergaul dengan teman sebayanya, agar tidak mudah terpengaruh dengan hal-hal yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Fenomena selanjutnya juga ditemukan di MTs Nurul Islam Randudongkal yang terjadi pada tahun 2015-2016. Dari hasil wawancara kepada salah satu guru BK dan data permasalahan anak yang ditulis oleh guru BK sendiri, permasalahannya antara lain siswa seringkali terlambat masuk kelas sehingga sering membolos, tidak masuk kelas karena main PS dengan teman, meninggalkan kelas waktu pelajaran, bertengkar dengan aksi pukul-memukul karena saling beradu mulut dengan menjelek-jelekkkan, maupun mem-*bully* terhadap teman sekelas yang pendiam, berbicara tidak sopan terhadap kakak kelas atau bahkan kepada guru. Beberapa siswa juga terlihat minder dalam bergaul dengan teman-temannya. Dari beberapa permasalahan siswa yang ada di sekolah ini, perilaku

yang paling sering terjadi adalah saling mengejek antar teman yang mengakibatkan perkelahian, dan berbicara tidak sopan terhadap guru. Masih banyak siswa menggunakan bahasa yang tidak semestinya jika berkomunikasi dengan guru.

Informasi yang didapatkan dari guru BK bahwa kurang lebih 50% dari siswa kelas VIIIA berperilaku maladaptif terhadap siswa lain, dan tak jarang pula menyakiti dan menyinggung perasaan para guru karena ketidaksopanan mereka. Selain itu, masih banyak siswa yang sering melanggar peraturan sekolah karena belum memahami tanggung jawabnya sebagai siswa. Paparan dari guru BK juga, bahwa sebagian siswa yang bermasalah, memiliki latar belakang keluarga yang kurang harmonis, sehingga perilaku-perilaku demikian merupakan bentuk pelampiasan terhadap masalahnya. Sejauh ini, penanganan yang dilakukan oleh guru BK terhadap siswa yang berperilaku agresif adalah dengan konseling individu.

Siswa yang berada pada jenjang Sekolah Menengah Pertama termasuk dalam masa remaja awal, yaitu berada pada usia 12-15 tahun. Seperti yang dikatakan oleh Desmita (2010: 190) bahwa masa remaja dibagi menjadi tiga masa, yaitu masa remaja awal dari usia 12-15 tahun, masa remaja tengah dari usia 15-18 tahun dan masa remaja akhir usia 18-21 tahun. Memasuki masa remaja awal, siswa seringkali melakukan hal-hal yang dianggapnya benar tanpa menghiraukan pendapat orang lain, karena pada masa ini remaja identik dengan ekspresi emosional yang masih labil dan belum terkendali serta cenderung melakukan

penyimpangan perilaku. Hal tersebut merupakan indikasi dari kurang matangnya emosi siswa remaja.

Kematangan emosi merupakan kondisi dimana individu dapat mengendalikan emosinya dan mencapai tingkat kedewasaan. Hurlock (2003: 213) menyatakan, untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional dengan cara membicarakan berbagai masalah pribadinya dengan orang lain. Apabila remaja ingin mencapai kematangan emosi, remaja juga harus belajar menggunakan katarsis emosi untuk menyalurkan emosi yang dialaminya. Emosi berperan terhadap perilaku agresif remaja, sehingga diharapkan remaja memiliki emosi yang matang, stabil dan terkendali sehingga sikap dan perilaku lebih kearah positif dan terkontrol dengan baik serta tidak melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri dan orang lain.

Salah satu sebab munculnya perilaku atau tindakan siswa yang merugikan diri sendiri ataupun orang lain di sekolah adalah kurangnya kematangan emosi yang dimiliki oleh siswa. Perkembangan bentuk emosi yang positif, seperti rasa cinta, bahagia, kasih sayang dan lain sebagainya memungkinkan siswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, dengan cara membagikan kasih sayang untuk diri sendiri maupun orang lain. Oleh sebab itu, perkembangan emosi siswa perlu disiapkan dalam program pendidikan atau bimbingan yang memfasilitasi kemampuan pengelolaan emosi siswa, dan yang memegang dalam ranah ini adalah bimbingan dan konseling. Di dalam bimbingan dan konseling, terdapat salah satu layanan yaitu bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan layanan BK yang dilakukan dalam format kelompok yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa. Seperti yang dikatakan oleh Wibowo (2005: 17) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok mencapai tujuan bersama. Adapun tujuan dari bimbingan kelompok ini adalah konselor berupaya untuk memberikan pemahaman kepada siswa berkaitan tentang cara-cara meningkatkan kematangan emosi. Dari kegiatan tersebut, diasumsikan bahwa melalui bimbingan kelompok siswa mampu mengendalikan emosinya, mampu menerima dirinya secara utuh, memiliki sikap pandangan hidup yang mandiri, lebih percaya diri di depan umum, sehingga dapat berkembang secara optimal sesuai kompetensi yang dimiliki.

Beberapa strategi dalam BK dapat digunakan untuk mengatasi beberapa masalah siswa. Dalam penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kematangan emosi siswa, dapat digunakan strategi konseling berupa teknik modeling simbolik. Teknik ini bertujuan untuk memberikan gambaran kepada siswa melalui pemberian video tentang ciri-ciri seseorang yang memiliki kematangan emosi dengan tujuan agar siswa dapat lebih memahami, mengerti, dan mampu mengambil keputusan atas apa yang telah dilihatnya melalui media audio visual tersebut. Seperti yang dikemukakan Ratna (2013: 42) modeling simbolik merupakan cara/prosedur yang dilakukan dengan menggunakan media seperti film, video, buku pedoman, dll dengan cara



mendemonstrasikan perilaku yang dikehendaki atau hendaknya dimiliki oleh klien. Modeling simbolik ini ini dikembangkan untuk perorangan maupun kelompok.

Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok teknik modeling simbolik diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pada siswa dalam meningkatkan kematangan emosi, sehingga dapat terhindar dari berbagai tindakan atau perilaku maladaptif yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Dari paparan dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah utama dalam penelitian ini yaitu “Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal?”. Dari rumusan masalah tersebut dapat dijabarkan menjadi:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran tingkat kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik?

- 1.2.2 Bagaimana gambaran tingkat kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal setelah mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik?
- 1.2.3 Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini, maka tujuan utama dalam penelitian ini adalah “untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal”. Selanjutnya di tujuan umum itu, dijabarkan dalam tujuan-tujuan yang lebih spesifik sebagai berikut:

- 1.3.1 Untuk mengetahui gambaran tingkat kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik.
- 1.3.2 Untuk mengetahui gambaran tingkat kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal setelah mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik.

1.3.3 Untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak yang meliputi:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengembangan keilmuan dalam Bimbingan dan Konseling (BK) khususnya dalam pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai manfaat praktis bagi (1) Kepala Sekolah, (2) Guru Bimbingan dan Konseling, (3) Peneliti Selanjutnya. Adapun penjelasan lengkap untuk masing-masing bagian sebagai berikut:

#### **1.4.2.1 Bagi Kepala Sekolah**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam penyediaan sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan BK di sekolah.

#### **1.4.2.2 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam memberikan bantuan kepada siswa khususnya dalam meningkatkan kematangan emosi siswa.

#### **1.4.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai rangkaian penelitian yang dilakukan dan berguna untuk membuat layanan selanjutnya yang dapat diuji coba program bimbingan dan konseling serta satuan layanan yang telah ditawarkan.

## **1.5 Sistematika Skripsi**

Sistematika penulisan skripsi ini terdiri dari:

### **1.5.1 Bagian Awal**

Bagian awal skripsi yang memuat tentang halaman judul, halaman pengesahan, pernyataan keaslian tulisan, motto dan persembahan, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, dan daftar lampiran.

### **1.5.2 Bagian Inti Skripsi**

Bagian inti skripsi terdiri atas lima bab, yaitu:

Bab 1 Pendahuluan. Pada bab ini dijelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika skripsi.

Bab 2 Tinjauan Pustaka. Pada bab ini berisi tentang penelitian terdahulu, teori yang relevan dengan skripsi ini, dan hipotesis penelitian.

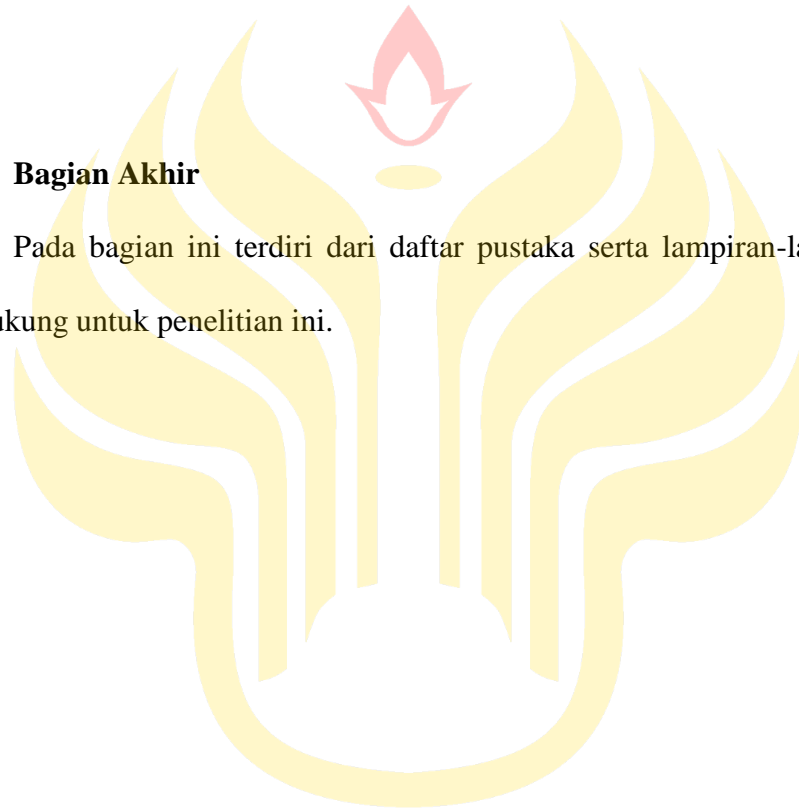
Bab 3 Metode Penelitian. Pada bab ini menjelaskan tentang jenis penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel, metode dan alat pengumpul data, validitas dan reliabilitas instrumen, uji coba instrument, dan metode analisis data penelitian.

Bab 4 Hasil Penelitian dan pembahasan. Pada bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian.

Bab 5 Penutup. Pada bab ini terdiri atas kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang diberikan oleh peneliti terhadap hasil penelitian.

### **1.5.3 Bagian Akhir**

Pada bagian ini terdiri dari daftar pustaka serta lampiran-lampiran yang mendukung untuk penelitian ini.



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## BAB 2

### KAJIAN PUSTAKA

Di dalam bab ini dibahas beberapa sub, diantaranya: (1) penelitian terdahulu, (2) kematangan emosi, (3) layanan bimbingan kelompok, (4) teknik modeling simbolik, (5) kerangka berfikir, dan (5) hipotesis penelitian.

#### 2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya untuk memberi penguat secara teori terhadap teori yang akan digunakan untuk memecahkan permasalahan dalam penelitian ini. Penelitian terdahulu yang relevan untuk penelitian ini diantaranya:

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2015) dalam skripsi yang berjudul “Teknik Modeling Simbolik dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMA Negeri 3 Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan teknik modeling simbolik dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa di SMA Negeri 3 Yogyakarta. Dari penelitian tersebut, diperoleh hasil bahwa pelaksanaan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa memiliki beberapa tahapan yaitu pembentukan, peralihan, pelaksanaan, penutup dan evaluasi. Adapun SMA Negeri 3 Yogyakarta menggunakan dua tipe model yaitu *live model* dan *symbolic model*. Dari hasil penelitian tersebut, dapat diketahui

bahwa penggunaan teknik modeling dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa SMA Negeri 3 Yogyakarta.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti, Sutanti (2015) dalam jurnal psikologi pendidikan dan konseling yang berjudul “Efektivitas Teknik Modeling untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Prodi BK Universitas Ahmad Dahlan” juga melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik modeling simbolik untuk meningkatkan empati mahasiswa prodi BK di Universitas Ahmad Dahlan. Dari penelitian tersebut, diperoleh hasil bahwa keadaan empati mahasiswa mengalami kenaikan signifikan setelah diberikan perlakuan teknik modeling melalui layanan bimbingan kelompok. Hal tersebut membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa prodi BK di Universitas Ahmad Dahlan.

Penelitian lain tentang efektifitas penggunaan teknik modeling simbolik juga dilakukan oleh Muslikah (2012) dalam jurnal ilmiah yang berjudul “Peningkatan Motivasi Berprestasi Siswa Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Modeling Simbolik”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran secara empiris peningkatan motivasi berprestasi siswa melalui layanan penguasaan konten dengan teknik modeling simbolik. Berdasarkan penelitian tersebut diperoleh data bahwa motivasi berprestasi siswa sebelum diberikan layanan pada kriteria sedang (66,02%) dan setelah diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik modeling simbolik termasuk dalam kriteria tinggi (78,83%). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa ada peningkatan

motivasi berprestasi siswa dari sedang menjadi tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan layanan penguasaan konten dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Daryono dkk. (2013) dalam jurnal ilmiah yang berjudul “Program BK Perkembangan untuk Membantu Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa SMP Negeri 2 Kersana Kabupaten Brebes”. Berdasarkan penelitian tersebut, diperoleh hasil bahwa kondisi umum emosi siswa yang menjadi obyek penelitian secara umum dalam kategori rendah, hal ini berdasarkan kriteria penentuan tingkat kematangan emosi, diketahui skor kematangan emosi siswa 57,40%. Setelah diberikan perlakuan layanan dalam program bimbingan dan konseling perkembangan secara umum dalam kategori sangat tinggi, hal ini berdasarkan kriteria penentuan tingkat kematangan emosi, diketahui skor kematangan emosi siswa 59,67%. Hal tersebut menunjukkan bahwa setelah adanya treatment berupa program bimbingan dan konseling perkembangan, kematangan emosi siswa mengalami kenaikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa program bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa di SMP Negeri 2 Kersana Kabupaten Brebes.

Sejalan dengan penelitian tersebut, Yuni Anto (2014) juga melakukan penelitian dalam skripsi yang berjudul “Meningkatkan Kematangan Emosional dengan Teknik Role Play Siswa X Teknik Mesin SMK Saraswati Salatiga”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatkan kematangan emosional melalui teknik role play pada siswa kelas X Teknik Mesin SMK Saraswati



Salatiga. Penelitian ini memiliki dua subjek penelitian yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah melakukan uji post test, terdapat perbedaan secara signifikan tingkat kematangan emosional siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, tingkat kematangan emosional lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal tersebut membuktikan bahwa teknik role play dapat secara efektif meningkatkan kematangan emosional siswa kelas X SMK Saraswati Salatiga.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu, maka dapat disarikan bahwa penggunaan teknik modeling simbolik dapat diterapkan dalam beberapa layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling untuk meningkatkan ketrampilan sosial siswa. Layanan yang dimaksudkan adalah layanan klasikal, kelompok maupun individu. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, peneliti menerapkan teknik modeling simbolik dalam format bimbingan kelompok untuk meningkatkan kematangan emosi siswa.

## **2.2 Kematangan Emosi**

Untuk memperoleh deskripsi teori kematangan emosi maka dalam bagian ini dibahas beberapa sub, diantaranya: (1) pengertian kematangan, (2) konsep emosi, dan (3) konsep kematangan emosi.

### **2.2.1 Pengertian Kematangan**

Kematangan merupakan tahapan yang pasti dimiliki oleh setiap individu. Seseorang dikatakan memiliki kematangan apabila telah mampu berbuat dan

berfikir secara dewasa. Menurut Chaplin (2004: 291) Maturation (kematangan, kemasakan) adalah:

- 1) Perkembangan; proses mencapai kemasakan/usia masak.
- 2) Proses perkembangan, yang yang dianggap berasal dari keturunan, atau merupakan tingkah laku khusus species (jenis, rumpun.)

Sedangkan menurut Desmita (2010: 7) “kematangan itu sebenarnya merupakan suatu potensi yang dibawa individu sejak lahir, timbul dan bersatu dengan pembawaannya serta turut mengatur pola perkembangan tingkah laku individu”. Walaupun demikian, kematangan tidak dapat dikategorikan sebagai faktor keturunan atau pembawaan, karena kematangan ini merupakan sifat tersendiri yang umum dimiliki individu dalam bentuk dan masa tertentu.

Kematangan tidak serta merta dapat dipengaruhi oleh usia, tetapi bisa dicapai dengan proses pembelajaran. Seperti yang disampaikan oleh Asrori dan Mohammad Ali (2005: 11) bahwa pertumbuhan dan kematangan dapat dipercepat dengan rangsangan-rangsangan dari lingkungan dalam batas-batas tertentu. Perkembangan dapat dicapai karena adanya proses belajar dan proses belajar hanyalah mungkin berhasil jika adanya kematangan. Desmita (2010: 7) juga menambahkan bahwa kematangan terjadi pada aspek-aspek psikis yang meliputi keadaan berfikir, rasa, kemauan dan lain-lain serta kematangan pada aspek psikis ini diperlukan adanya latihan-latihan tertentu. Manusia sejatinya memiliki pemikiran alami (insting) untuk dapat mengembangkan diri menjadi lebih baik. Hal ini yang menjadikan seseorang ingin terus belajar dan membenahi diri, agar memiliki kematangan dari segi usia dan pemikiran.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disarikan bahwa pengertian kematangan adalah fase yang dimiliki oleh setiap individu yang merupakan perubahan pada setiap individu sebagai hasil dari pertumbuhan fisik atau perubahan biologis. Artinya, bahwa kematangan hanya terjadi satu kali dalam seumur hidup. Namun, kematangan pada aspek psikis dapat dicapai melalui latihan-latihan atau proses pembelajaran. Seseorang yang sudah matang secara psikis, maka juga akan menunjukkan reaksi emosional yang stabil. Seperti yang dikatakan oleh Hurlock (2003: 213) bahwa jika pada remaja sudah mencapai kematangan emosi, maka dia akan menunjukkan reaksi emosional yang stabil. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, kematangan yang dimaksud adalah siswa diharapkan tidak hanya matang pada aspek usia, tetapi juga matang secara perilaku, psikis dan emosionalnya.

### **2.2.2 Konsep Emosi**

Dalam konsep emosi ini akan diuraikan beberapa sub bab, yaitu: (1) pengertian emosi, dan (2) bentuk-bentuk emosi.

#### **2.2.2.1 Pengertian Emosi**

Banyak defisini mengenai emosi yang dikemukakan oleh para ahli. Emosi merupakan gambaran reaksi perasaan seseorang. Menurut Chaplin (2004: 165) mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku.

Menurut KBBI (2008: 261) emosi merupakan luapan perasaan yang dapat berkembang dan berkurang dalam waktu singkat. Emosi juga dapat diartikan sebagai keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis, seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan, keberanian yang bersifat subjektif.

Sedangkan menurut Sarwono (2010: 124) mendefinisikan “emosi sebagai reaksi penilaian (positif atau negatif) yang kompleks dari sistem syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar atau dari dalam dirinya sendiri”. Rangsangan dari luar seperti benda, manusia, cuaca dan situasi. Sedangkan rangsangan dari dalam seperti tekanan darah, kadar gula, lapar, ngantuk, segar dan lain-lain.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disarikan pengertian bahwa emosi merupakan suasana rangsangan perasaan yang bergejolak dalam diri individu yang dapat diekspresikan berdasarkan kondisi individu itu sendiri. Perasaan tersebut di antaranya marah, sedih, bahagia, takut dan kecewa. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan mampu mengelola emosinya dan mengarahkannya ke hal yang positif, sehingga dampak dari kelabilan emosi remaja dapat dikurangi atau direduksi dengan baik.

#### **2.2.2.2 Bentuk-bentuk Emosi**

Emosi memiliki beberapa bentuk yang dapat terlihat maupun tidak terlihat.

Dari sekian bentuk emosi, Goleman (2016: 409) mengidentifikasi sejumlah kelompok emosi, yaitu sebagai berikut:

- 1) Amarah: beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, tindak kekerasan dan kebencian patologis.

- 2) Kesedihan: pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa dan kalau menjadi patologis, depresi berat.
- 3) Rasa takut: cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, perasaan takut sekali, sedih, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut, sebagai patologi, fobia dan panik.
- 4) Kenikmatan: bahagia, gembira, ringan, puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, terpesona, puas, rasa terpenuhi, girang, senang sekali, dan batas ujungnya, mania.
- 5) Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, dan kasih sayang.
- 6) Terkejut: terkejut, terkesiap, takjub dan terpana.
- 7) Jengkel: hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka, dan mau muntah.
- 8) Malu: rasa bersalah, malu hati, kesal hati, menyesal, hina, aib, dan hati hancur lebur.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan mampu mengenali emosinya dengan baik ketika sedang marah, sedih, bahagia, takut, kecewa, maupun panik. Dengan mengenali emosi yang ada pada dirinya, diasumsikan siswa akan lebih mampu untuk mengelola emosinya dengan baik yang berdampak pada perilaku yang ditampilkan sehari-hari di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga dampak dari kelabilan emosi pada remaja dapat direduksi.

### **2.2.3 Konsep Kematangan Emosi**

Dalam konsep kematangan emosi ini, akan diuraikan beberapa sub bab, di antaranya: (1) pengertian kematangan emosi, (2) ciri-ciri kematangan emosi, dan (3) faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi.

### ***2.2.3.1 Pengertian Kematangan Emosi***

Pada hakikatnya, tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Tetapi banyak juga remaja yang belum memiliki kematangan emosi, akibatnya reaksi emosionalnya juga tidak stabil, sehingga sering muncul perilaku dari remaja yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Menurut Hurlock (2003: 213) kematangan emosi adalah kemampuan individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Walgito (2011: 44) menyebutkan bahwa kematangan emosi dan pikiran akan saling kait mengait. Bila seseorang telah matang emosinya, telah dapat mengendalikan emosinya, maka individu akan berfikir secara matang, berfikir secara baik, berfikir secara obyektif.

Dari beberapa uraian di atas, maka dapat disarikan pengertian bahwa individu yang mencapai kematangan emosi jika individu tersebut mampu untuk mengarahkan dan mengendalikan emosinya, berfikir kritis sebelum bertindak atau melakukan sesuatu hal. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan mampu memiliki kematangan emosi yang baik, yaitu mampu mengendalikan emosinya, mampu berfikir secara logis dan rasional sebelum bertindak dan tidak selalu mengandalkan emosinya.

### ***2.2.3.2 Ciri-ciri Kematangan Emosi***

Pada usia remaja merupakan usia matang jika dilihat secara hukum. Namun tidak semua remaja juga memiliki kematangan pada perilaku dan emosi.

Ada beberapa ciri-ciri yang menunjukkan bahwa individu telah mencapai kematangan emosi. Menurut Hurlock (2003: 213) anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila: (1) pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima, (2) Individu menilai secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, (3) Tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang, 4) Memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya.

Sejalan dengan paparan di atas, Goleman (2016: 46) menambahkan bahwa banyak bukti yang menunjukkan seseorang memiliki emosional yang matang, di antaranya: (1) mampu mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, (2) mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif, (3) memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan, baik dalam masalah cinta maupun persahabatan.

Sedangkan menurut Yusuf (2009: 197) kematangan emosi ditandai dengan (1) Adukasi emosi: cinta kasih, simpati, altruis (senang menolong orang lain), respek (sikap hormat atau menghargai orang lain), dan ramah. (2) Mengendalikan emosi: tidak mudah tersinggung, tidak agresif, bersikap optimis dan tidak pesimis (putus asa), dan dapat menghadapi situasi prustasi secara wajar.

Sejalan dengan pendapat Yusuf, Walgito (2011: 45) menyebutkan ada beberapa ciri kematangan emosi, yaitu:

- 1) Dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti adanya, sesuai dengan keadaan keobyektifannya. Hal ini disebabkan karena seseorang yang lebih matang emosinya dapat berfikir secara lebih baik, dapat berfikir secara obyektif
- 2) Tidak bersifat impulsif, akan merespon stimulus dengan cara berfikir baik, dapat mengatur pikirannya untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya
- 3) Dapat mengontrol emosi dan mengekspresikan emosinya dengan baik
- 4) Bersifat sabar, penuh pengertian dan pada umumnya cukup mempunyai toleransi yang baik
- 5) Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disarikan pengertian bahwa ciri-ciri remaja yang mempunyai kematangan emosi adalah sebagai berikut:

- 1) Penerimaan diri, yaitu mampu menerima dirinya secara utuh
- 2) Tidak impulsif, yaitu merespon sesuatu dengan cara berfikir baik.
- 3) Mampu mengendalikan emosinya, yaitu tidak agresif, tidak mudah tersinggung, tidak pesimis dan bersikap optimis.
- 4) Mampu menyelesaikan masalah, yaitu mampu menyelesaikan masalah dengan kepala dingin, tanpa menimbulkan masalah baru.
- 5) Menerima kritik dan saran dari orang lain.
- 6) Memberikan kesempatan orang lain mengemukakan pendapatnya.
- 7) Tanggung jawab, yaitu mampu menerima segala resiko atas perbuatannya.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, indikator yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur tingkat kematangan emosi siswa adalah siswa mampu menerima dirinya secara utuh, siswa mampu menyalurkan kasih sayangnya secara



wajar, mampu mengenal emosinya dengan baik, mampu mengendalikan emosinya, mampu menyelesaikan masalah dengan baik, dapat menerima kritik dan saran dari orang lain, memberikan kesempatan untuk orang lain untuk mengemukakan pendapatnya dan bertanggung jawab.

### **2.2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi**

Kematangan emosi merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dilalui oleh remaja. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kematangan emosi pada remaja. Menurut Yusuf (2009: 197) bahwa mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sangat sulit bagi remaja. Proses pencapaiannya sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, yakni keluarga yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung dapat mencapai kematangan emosional. Dan sebaliknya, jika lingkungan tersebut kurang kondusif, maka mereka akan mengalami ketidaknyamanan emosional.

Sedangkan menurut Hurlock (2003: 213) menyebutkan bahwa remaja yang ingin mencapai kematangan emosi harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Selain itu, remaja juga harus belajar menggunakan *katarsis emosi* untuk menyalurkan emosinya. Adapun acara yang dapat dilakukan adalah latihan fisik yang berat, bermain atau bekerja, tertawa atau menangis.

Dari beberapa uraian diatas dapat disarikan pengertian bahwa kematangan emosi sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungan dimana individu tersebut berada yakni keluarga dan kelompok teman sebaya. Kaitannya dalam penelitian ini, siswa diharapkan mampu memilih lingkungan yang baik untuk bergaul, sehingga dapat memberikan dampak positif terhadap dirinya.

### **2.3 Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan dan konseling memiliki beberapa layanan yang dapat dilakukan dalam format klasikal, kelompok maupun individu. Salah satu layanan yang dapat dilakukan dalam format kelompok yaitu bimbingan kelompok. Adapun yang dibahas dalam bimbingan kelompok ini meliputi: (1) pengertian bimbingan kelompok, (2) tujuan bimbingan kelompok, (3) fungsi bimbingan kelompok, dan (4) asas-asas bimbingan kelompok dan tahapan bimbingan kelompok.

#### **2.3.1 Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam format kelompok. Menurut Nurihsan (2009: 23) bimbingan kelompok merupakan bantuan kepada individu yang dilaksanakan secara kelompok dengan membahas masalah-masalah pribadi, sosial, pendidikan, dan pekerjaan. Sejalan dengan Nurihsan, Wibowo (2005: 17) mengatakan bahwa bimbingan kelompok sebagai suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar

anggota kelompok menjadi lebih sosial atau membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Lengkapnya, Winkel (2007: 543) menambahkan bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disarikan pengertian bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam format kelompok, yang terdiri dari pemimpin kelompok dan anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai bagian dari keakraban dan interaksi yang baik dengan membahas masalah-masalah umum yang menjadi kepedulian bersama. Pemimpin kelompok dalam kegiatan ini adalah guru BK dan yang menjadi anggota kelompok adalah siswa. Adanya bimbingan kelompok ini, anggota kelompok diharapkan dapat memperoleh pemahaman baru, menyusun rencana dan membuat keputusan yang tepat sehingga berguna dalam menunjang perilaku yang lebih adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kematangan emosi siswa. Dengan adanya layanan bimbingan kelompok tersebut, diharapkan kematangan emosi siswa semakin meningkat.

### 2.3.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Ada beberapa hal yang menjadikan bimbingan kelompok penting untuk dilakukan. Bimbingan kelompok sebagai salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling memiliki beberapa tujuan. Menurut Winkel (2007: 564) tujuan bimbingan secara kelompok adalah supaya orang yang dilayani mampu mengatur kehidupan sendiri; memiliki pandangan sendiri dan tidak sekedar mengikuti pendapat orang lain; mampu mengambil sikap sendiri; dan berani menanggung resiko serta konsekuensi dari tindakan-tindakannya. Dalam hal ini, bimbingan kelompok bertujuan untuk memberikan pemahaman baru kepada siswa agar mampu melakukan hal yang lebih baik dan efektif dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan bimbingan kelompok yaitu agar individu mampu memberikan informasi seluas-luasnya kepada anggota kelompok supaya mereka dapat membuat rencana yang tepat serta membuat keputusan yang memadai mengenai hal-hal yang berkaitan dengan masa depan serta cenderung bersifat pencegahan (Wibowo, 2005: 39). Sedangkan menurut Prayitno (2004: 2) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus.

- 1) Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.
- 2) Tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang

intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disarikan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah agar siswa mampu mengemukakan pendapat di depan umum, mampu bersikap mandiri dan mampu mencapai perkembangan diri yang optimal sesuai dengan kemampuan dan potensi yang dimilikinya yang diwujudkan dalam tingkah laku yang efektif. Kaitannya dalam penelitian ini, dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok, kematangan emosi siswa akan semakin meningkat, ditandai dengan siswa yang mampu mengenal dan mengendalikan emosinya, yang diwujudkan dalam tingkah laku yang efektif.

### **2.3.3 Komponen Bimbingan Kelompok**

Komponen dalam bimbingan kelompok merupakan hal yang penting untuk menunjang agar layanan bimbingan dan konseling dapat berjalan dengan lancar. Menurut Prayitno (2004: 4-12) mengemukakan bahwa “dalam layanan bimbingan kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok”

- 1) **Pemimpin Kelompok**

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Dalam BKp tugas PK adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling.

- 2) **Anggota Kelompok**

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota BKp. Untuk menyelenggarakan BKp seorang Konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok, besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, layanan bimbingan kelompok akan diberikan oleh peneliti sebagai pemimpin kelompok kepada beberapa siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal sebagai anggota kelompok. Adapun jumlah dari anggota kelompok dalam kegiatan ini adalah sebanyak 10 siswa yang memiliki tingkat kematangan emosi tinggi, sedang dan rendah.

#### **2.3.4 Asas-asas Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok memiliki beberapa asas yang harus ada dalam pelaksanaannya. Adapun beberapa asas yang harus ada menurut Prayitno (2004: 13-15) asas-asas dalam bimbingan kelompok meliputi:

- 1) Asas keterbukaan, asas bimbingan kelompok yang menghendaki agar anggota kelompok mampu untuk bersikap terbuka dalam memberikan informasi.
- 2) Asas kesukarelaan, asas bimbingan kelompok yang menghendaki para peserta anggota kelompok untuk sukarela dalam mengikuti kegiatan.
- 3) Asas kegiatan, asas yang menghendaki agar setiap anggota kelompok aktif mengemukakan pendapat, menyangga, dan aktif berbicara dalam kegiatan kelompok.
- 4) Asas kekinian, yaitu segala sesuatu yang terjadi dalam bimbingan kelompok topik bahasan bersifat sekarang maupun masa terjadinya.
- 5) Asas kenormatifan, yaitu asas yang menghendaki tata karma dan cara berkomunikasi yang baik dan masih dalam batas norma yang berlaku.
- 6) Asas kerahasiaan, merupakan asas penting dalam layanan bimbingan kelompok. Apa yang dibicarakan dan terjadi dalam kelompok semua anggota kelompok harus menjaga kerahasiaannya dan tidak boleh disebarluaskan pada pihak-pihak lainnya.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disarikan bahwa beberapa asas yang harus dilakukan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut: asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asas kegiatan, asas kekinian, asas kenormatifan, dan asas kerahasiaan. Dengan adanya asas-asas tersebut, diharapkan pelaksanaan bimbingan kelompok dapat berjalan sesuai dengan tujuan. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan dapat memegang teguh asas-asas yang telah disampaikan oleh pemimpin kelompok (peneliti) ketika sedang proses pemberian layanan. Dengan demikian, siswa akan lebih terarah dan terbuka dalam menyampaikan pendapatnya.

### **2.3.5 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok**

Ada beberapa tahapan yang harus dilaksanakan dalam bimbingan kelompok. Prayitno (2004: 170-171) mengemukakan gambaran dari keempat tahap bimbingan kelompok secara ringkas:

- 1) Tahap pembentukan, bertujuan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.
- 2) Tahap Peralihan, bertujuan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
- 3) Tahap Kegiatan, merupakan tahap “kegiatan inti” untuk membahas topik-topik tertentu pada kegiatan bimbingan kelompok.

- 4) Tahap Penyimpulan, yaitu tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.
- 5) Tahap Penutupan, merupakan tahap akhir dari seluruh kegiatan. Kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya, dan salam hangat perpisahan.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, maka dapat disarikan bahwa dalam pelaksanaan bimbingan kelompok diperlukan beberapa tahapan yang harus dilakukan, di antaranya tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap penyimpulan dan tahap penutupan. Dengan adanya tahapan-tahapan tersebut, diharapkan bimbingan kelompok dapat berjalan secara efektif dan efisien. Kaitannya dalam penelitian ini, siswa diharapkan mampu mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan tertib sesuai dengan tahapan yang telah dijelaskan oleh pemimpin kelompok (peneliti) sebelum pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok.

## **2.4 Teknik Modeling Simbolik**

Teknik modeling merupakan salah satu teknik dalam konseling yang dilaksanakan dengan memberikan percontohan atau model baik secara langsung maupun melalui video. Dalam sub variabel ini, akan diuraikan beberapa hal yaitu: (1) pengertian teknik modeling simbolik, (2) tujuan teknik modeling simbolik, (3) manfaat teknik modeling simbolik, dan (4) tahapan teknik modeling simbolik.



### 2.4.1 Pengertian Teknik Modeling Simbolik

Teknik modeling adalah salah satu teknik dalam konseling yang dilakukan dengan cara memberikan contoh atau model, sehingga klien diharapkan mengamati dan dapat meniru sebagai pembelajaran pembentukan tingkah laku konseli. Menurut Bandura dalam Alwisol (2008: 292) bahwa jenis-jenis modeling ada 4, yaitu modeling tingkah laku baru, modeling mengubah tingkah laku lama, modeling simbolik, dan modeling kondisioning. Modeling yang berbentuk simbolik biasanya diperoleh dari model film atau televisi yang menyajikan contoh tingkah laku yang dapat mempengaruhi pengamatannya.

Corey (2013: 221) dalam modeling, individu mengamati seorang model dan diperkuat dengan tingkah laku sang model. Namun, dalam modeling simbolik, individu mengamati tingkah laku model melalui media dalam bentuk film, video, slide maupun media lain. Sejalan dengan pendapat tersebut, Ratna (2013: 42) modeling simbolik merupakan cara/prosedur yang dilakukan dengan menggunakan media seperti film, video, buku pedoman, dll dengan cara mendemonstrasikan perilaku yang dikehendaki atau hendaknya dimiliki oleh klien. Modeling ini dikembangkan untuk perorangan maupun kelompok.

Dalam modeling simbolik modelnya disajikan melalui material tertulis, rekaman video atau audio, film atau slide, model-model simbolik dapat dikembangkan untuk klien perorangan atau untuk kelompok, suatu model simbolik dapat mengajarkan klien tingkah laku yang sesuai, mempengaruhi sikap dan nilai-nilai mengajarkan ketrampilan-ketrampilan sosial melalui simbol atau gambar dari benda aslinya dan dipertunjukkan pada klien melalui alat-alat perekam

seperti tersebut di atas. Kaitannya dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan media berupa video tentang kematangan emosi remaja. Materi yang akan diberikan berbeda untuk masing-masing pertemuan, sesuai dengan indikator yang telah ditentukan. Dengan adanya penayangan video yang menggambarkan kematangan emosi pada remaja, siswa diharapkan dapat lebih memahami maksud dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok ini.

#### **2.4.2 Tujuan Teknik Modeling Simbolik**

Teknik modeling bertujuan untuk membentuk perilaku-perilaku baru pada klien. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan kematangan emosi siswa. Teknik modeling ini memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai, di antaranya menurut Willis (2010: 78) perilaku model digunakan untuk: (1) membentuk perilaku baru pada klien, (2) memperkuat perilaku yang sudah terbentuk. Strategi modeling dapat digunakan untuk membantu siswa memperoleh perilaku baru melalui model hidup maupun model simbolik, menampilkan perilaku yang sudah diperoleh dengan cara yang tepat atau pada saat pembelajaran, mengurangi rasa takut dan cemas, memperoleh ketrampilan sosial dan mengubah perilaku verbal.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disarikan bahwa tujuan dari modeling simbolik adalah siswa diharapkan mampu mengubah perilaku yang maladaptif dengan menirukan model yang dilihatnya melalui video atau film. Kaitannya dalam penelitian ini, siswa diharapkan dapat lebih tertarik untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Dengan melihat dan memperhatikan

video yang ditayangkan oleh pemimpin kelompok (peneliti), diharapkan kematangan emosi siswa akan meningkat.

### **2.4.3 Manfaat Teknik Modeling Simbolik**

Teknik modeling simbolik memiliki beberapa manfaat yang dapat meningkatkan ketrampilan sosial individu. Menurut Corey (2013: 222) menyatakan bahwa kecakapan-kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model-model yang ada. Dengan kata lain dapat dijelaskan bahwa teknik modeling sangat berguna untuk membentuk perilaku-perilaku baru klien melalui cara mengamati dan mencontoh tindakan orang lain sebagai modelnya.

Sejalan dengan Corey, Alwisol (2008: 293) juga menambahkan bahwa dewasa ini, film dan televisi menyajikan contoh tingkah laku yang tidak terhitung dapat mempengaruhi pengamatnya. Sajian itu berpotensi sebagai sumber model tingkah laku. Dengan kata lain, melalui modeling simbolik, individu dapat mencontoh atau meniru perilaku-perilaku baru yang lebih adaptif.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disarikan bahwa manfaat dari teknik modeling simbolik ini adalah:

- 1) Klien/siswa mendapatkan respon/ketrampilan baru. Dengan mengamati model yang ada melalui video atau film maupun slide, akan ada pengintegrasian pola perilaku baru.
- 2) Mencegah perilaku-perilaku yang tidak diinginkan.

- 3) Untuk meningkatkan perilaku-perilaku positif yang telah dimiliki sebelumnya.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, manfaat dari teknik modeling simbolik dengan media video adalah siswa diharapkan dapat lebih memahami dan mampu mengambil keputusan sendiri atas tindakan yang akan dilakukannya.

#### **2.4.4 Prosedur Teknik Modeling Simbolik**

Setiap teknik konseling memiliki beberapa tahapan yang harus dilakukan. Menurut Latipun (2008: 144) prosedur dalam teknik modeling ini yakni dalam hal ini konselor menunjukkan pada klien tentang perilaku model, dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup atau lainnya yang teramati dan dipahami jenis perilaku yang hendak dicontoh.

Secara umum, mekanisme pelaksanaan teknik modeling yakni konselor menunjukkan pada klien tentang perilaku model. Dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Secara khusus, prosedur teknik modeling yaitu sebagai berikut:

- 1) Menentukan perilaku tujuan.
- 2) Menentukan jenis modeling yang akan digunakan (dalam hal ini adalah modeling simbolik).
- 3) Meminta pada konseli untuk memperhatikan apa yang harus ia pelajari sebelum modeling dilakukan.

- 4) Konselor menunjukkan pada konseli mengenai perilaku model, menggunakan model yang teramati dan dipahami jenis perilaku yang hendak dicontoh.
  - 5) Konselor meminta konseli untuk mengamati model tersebut dan memintanya untuk menyimpulkan tentang apa yang ia lihat dari hasil demonstrasi model tersebut.
  - 6) Setelah model selesai diperagakan, konselor bisa meminta konseli untuk memperagakan perilaku yang dilakukan model dan konselor selalu memberikan penguatan pada konseli terhadap usahanya menirukan model tersebut.
  - 7) Melakukan evaluasi dan penugasan.
- (Ratna, 2013: 54)

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, peneliti akan menerapkan teknik modeling simbolik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dalam kegiatannya, peneliti akan menayangkan video tentang kematangan emosi dalam tahap kegiatan. Karena pada tahap ini, merupakan tahap “kegiatan inti” untuk membahas topik-topik tertentu pada kegiatan bimbingan kelompok.

## **2.5 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa**

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Dalam perkembangannya, remaja seringkali mengalami tekanan emosi atau sering disebut dengan badai tekanan. Seperti yang dikatakan oleh Hurlock (2003: 212)

bahwa masa remaja adalah suatu periode yang dikatakan sebagai periode “badai tekanan” yaitu sebagai suatu masa dimana terjadi ketegangan emosi yang tinggi yang diakibatkan adanya perubahan fisik dan kalenjer. Oleh karena masih dalam tahap “badai tekanan”, remaja seringkali melakukan hal-hal yang dianggapnya benar dan mempunyai rasa penasaran yang tinggi untuk melakukan hal-hal baru, sehingga seringkali ingin mencoba-coba, mengkhayal dan merasa gelisah, serta berani melakukan pertentangan jika dirinya merasa disepelkan atau tidak dianggap.

Remaja seringkali memiliki permasalahan yang berkaitan dengan emosi. Permasalah emosional remaja disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu faktor yang berhubungan dengan keluarga atau lingkungan di sekitar remaja, di antaranya; korban perceraian orang tua, ketidakharmonisan antara anggota keluarga, dan sebagainya. Akibatnya, muncul perilaku-perilaku seperti meledakkan emosi karena hal sepele, mudah menyerah, pemalu/penyendiri, selalu ingin menang sendiri, tidak sabaran dan lain sebagainya. Dengan adanya perilaku-perilaku demikian, menunjukkan bahwa remaja belum matang secara emosional untuk menghadapi dan menyelesaikan masalahnya, karena pada masa ini remaja identik dengan ekspresi emosional yang masih labil dan belum terkendali serta cenderung melakukan penyimpangan perilaku.

Kematangan emosi merupakan kondisi dimana individu mampu untuk mengendalikan emosinya. Seperti yang dikatakan oleh Chaplin (2004: 165) bahwa kematangan emosi merupakan suatu keadaan tercapainya tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosi. Kematangan emosi sangat berperan terhadap

perilaku-perilaku remaja yang dimunculkan. Jika remaja memiliki kematangan emosi yang tinggi, maka dia akan mampu untuk mengendalikan sikap dan perilakunya dalam menghadapi keadaan yang tidak sesuai dengan dirinya. Namun sebaliknya, jika remaja tidak memiliki kematangan emosi yang cukup, maka dia akan cenderung maladaptif dalam menghadapi masalah. Menurut Hurlock (2003: 213) apabila remaja ingin mencapai kematangan emosi, remaja juga harus belajar menggunakan katarsis emosi untuk menyalurkan emosi yang dialaminya.

Salah satu peran dari bimbingan dan konseling adalah untuk membantu siswa menyelesaikan masalah, baik pribadi, sosial maupun karir. Di dalamnya terdapat salah satu layanan yang dapat membantu siswa untuk memberikan pemahaman tentang kematangan emosi, yaitu bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling simbolik. Penggunaan teknik modeling simbolik dalam bimbingan kelompok ini, yaitu dengan memberikan contoh atau model melalui audio visual seperti video, film maupun slide. Teknik ini bertujuan untuk memberikan gambaran kepada siswa melalui pemberian video tentang ciri-ciri seseorang yang memiliki kematangan emosi dengan tujuan agar siswa dapat lebih memahami, mengerti, dan mampu mengambil keputusan atas apa yang telah dilihatnya melalui media audio visual tersebut.

Berdasarkan paparan di atas dapat dilihat bahwa adanya layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa. Berikut skema kerangka pikir penelitian yang terpola pada satu alur pemikiran yang terkonsep:



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa

## 2.6 Hipotesis Penelitian

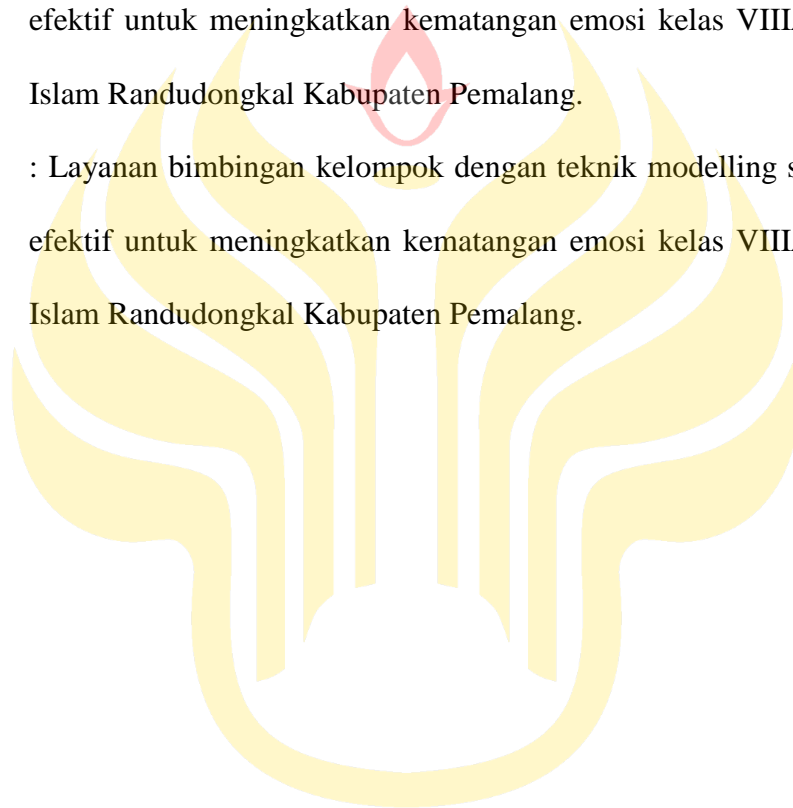
Hipotesis merupakan bagian penting dalam penelitian untuk membuktikan apakah hasil penelitian yang didapatkan sesuai dengan tujuan penelitian atau tidak. Menurut Azwar (2010: 49) hipotesis adalah “jawaban sementara terhadap pertanyaan peneliti”. Hampir senada dengan pendapat dari Sugiyono (2013: 96) berpendapat hipotesis adalah “jawaban sementara terhadap rumusan masalah



penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan”. Terdapat dua hipotesis dalam penelitian yaitu hipotesis alternative ( $H_a$ ) dan hipotesis mutlak ( $H_0$ ).

( $H_a$ ) : Layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Kabupaten Pemalang.

( $H_0$ ) : Layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling simbolik tidak efektif untuk meningkatkan kematangan emosi kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal Kabupaten Pemalang.



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang disajikan pada bab sebelumnya yang telah dilakukan serta pembahasan penelitian mengenai keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan kematangan emosi siswa kelas VIIIA MTs Nurul Islam Randudongkal, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat kematangan emosi dari 10 siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik, 3 siswa berada dalam kategori tinggi (69%) dan 7 siswa dalam kategori rendah (58%). Hal ini disebabkan karena beberapa faktor diantaranya kondisi sosio-emosional lingkungan dimana siswa tersebut berada yakni keluarga dan kelompok teman sebaya.
2. Tingkat kematangan emosi dari 10 siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik menunjukkan kategori tinggi (69%). Siswa menjadi mampu untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya secara utuh serta mampu menahan keinginannya. Terjadi peningkatan dari kategori rendah ke kategori tinggi yaitu sebanyak 8%.
3. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta kesimpulan yang merupakan hasil pokok dari pembahasan, maka saran yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah MTs Nurul Islam Randudongkal agar lebih mengoptimalkan sarana dan prasarana yang ada di sekolah, khususnya ruangan dan media yang digunakan untuk kegiatan bimbingan dan konseling.
2. Bagi guru BK, berdasarkan hasil penelitian indikator kematangan emosi yang masih rendah yaitu mampu mengendalikan emosi dan mampu menyelesaikan masalah. Dalam bimbingan konseling layanan yang diberikan contohnya layanan informasi bidang pribadi untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi, secara lebih intensif dapat menggunakan layanan konseling perorangan jika masalah sudah terjadi pada satu siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, lebih baik lagi jika dalam memanfaatkan layanan bimbingan kelompok disertai dengan teknik lain selain modeling simbolik agar hasil yang didapatkan lebih maksimal. Sesuai hasil penelitian, kemampuan siswa dalam mengendalikan emosi masih rendah ditunjukkan dengan cara siswa dalam menyelesaikan masalah masih dengan kekerasan. Contoh teknik konseling yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut adalah *role playing*. Atau dapat diatasi dengan jenis layanan yang berbeda, misalnya layanan informasi dan penguasaan konten.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2008. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UPT Penerbitan Universitas Negeri Muhammadiyah.
- Anto, Yuni. 2014. “*Meningkatkan Kematangan Emosional dengan Teknik Role Play Siswa Kelas X Teknik Mesin SMK Saraswati Salatiga Semester Genap Tahun Pelajaran 2013/2014*”. (Skripsi). Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Rochayatun Dwi. 2015. “*Teknik Modeling dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMA Negeri 3 Yogyakarta*”. (Skripsi). Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Azwar, Saifuddin. 2004. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2013. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Corey, G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT.Refika Aditama.
- Daryono, dkk. 2013. “Program BK Perkembangan untuk Membantu Meningkatkan Kematangan Emosi Siswa SMP Negeri 2 Kersana Kabupaten Brebes”. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol. 2 Nomor 1.
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Goleman, Daniel. 2016. *Emotional Intelegence Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Hurlock, Elizabeth B. 2003. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Asrori, Mohammad dan Mohammad Ali. 2005. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Akasara.

- Muslikah. 2012. "Peningkatan Motivasi Berprestasi Siswa Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Modeling Simbolik". *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*. Vol. 1 Nomor 1.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Program Pendidikan Profesi Konselor FIP-UNP.
- Ratna, Lilis. 2013. *Teknik-teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sarwono, Sarlito W. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sutanto, Tri. 2015. "Efektivitas Teknik Modeling untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Prodi BK Universitas Ahmad Dahlan". *Jurnal Psikologi dan Konseling*. Vol. 1 Nomor 1, 188-198.
- Sutoyo, Anwar. 2009. *Pemahaman Individu*. Semarang: CV. Widya Karya.
- Walgito, Bimo. 2011. *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wibowo, M.E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.
- Willis, Sofyan S. 2010. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta
- Winkel dan Sri Hastuti. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidid*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yusuf, Syamsu. 2009. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.