



**UPAYA MENINGKATKAN PENGENDALIAN EMOSI
MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN
YAYASAN AL HIDAYAH DESA DESEL SADENG
KECAMATAN GUNUNG PATI SEMARANG
TAHUN 2010**

SKRIPSI

Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Disusun Oleh

Slamet Dwi Priatmoko
1301405023

PERPUSTAKAAN
UNNES

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2011

ABSTRAK

Priatmoko, Slamet, Dwi. 2011. *Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Panti Asuhan Yayasan Al-Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing I Dra. M.Th. Sri Hartati, M.Pd dan Dosen Pembimbing II Dr. Supriyo, M.Pd.

Kata Kunci : Pengendalian Emosi, Layanan Bimbingan Kelompok.

Pengendalian emosi merupakan hal yang penting bagi setiap individu, agar mampu mengendalikan emosinya di saat mereka sedang menghadapi suatu masalah. Adanya fenomena di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Semarang menunjukkan adanya pengendalian emosi yang rendah pada remaja panti, hal ini terlihat bahwa remaja di panti asuhan mempunyai sikap ingin selalu diperhatikan, rasa iri, mudah cemburu terhadap orang lain, mudah sekali tersinggung dan tidak mau mengalah. Untuk itu, pengendalian emosi pada remaja sangat diperlukan, agar remaja bisa mengelola emosinya. Dalam penelitian ini yang dikaji yaitu apakah pengendalian emosi dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Dan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengendalian emosi remaja sebelum dan sesudah diberi layanan Bimbingan Kelompok pada remaja Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Semarang.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja Yayasan Al-Hidayah Semarang Tahun Ajaran 2010 yang berjumlah 60 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *stratified proportional random sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 orang. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi. Validitas instrumen menggunakan rumus *product moment* dihitung dengan taraf signifikansi 5% ($r_{tabel} = 0,312$). Perhitungan reliabilitas menggunakan rumus *alpha* dan menunjukkan angka 0,89. Dengan demikian instrumen dikatakan reliabel. Teknik analisis data menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil yang diperoleh peneliti sebelum diberi layanan Bimbingan Kelompok, skor sebesar 166 atau 60,79 % masuk kategori pengendalian emosi tingkat sedang. Sedangkan sesudah layanan Bimbingan Kelompok tingkat pengendalian emosi remaja mengalami peningkatan sebesar 9,73 % dari kategori sedang menjadi kategori tinggi, yang semula 166 atau 60,79 % naik menjadi 192,5 atau 70,01 % . Dari uji *wilcoxon* diperoleh $Z_{hitung} = 3,40 > Z_{tabel} = 0,03$. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian emosi remaja dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Semarang.

Adapun simpulannya adalah pengendalian emosi dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok. Saran dari penulis yaitu sebaiknya pihak panti asuhan bisa terus menjalankan layanan bimbingan kelompok, agar remaja bisa menjaga komunikasi di antara mereka terlebih untuk bisa mengurangi beban masalah yang sedang mereka hadapi selama di lingkungan sekolah dan panti asuhan.