PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ROLE PLAY* DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI SISWA SMK NEGERI 2 LANGSA

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

ARFAH KEUMALA LUBIS
NIM: 3022020003

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

FAKULTAS USHULUDDIN ADB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
2024 M/ 1445 H

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa. Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos) Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

Arfah Keumala Lubis
NIM: 3022020003

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Nengsih, M.Pd	**Wan Chalidaziah, M.Pd**
NIP: 19860522 202012 2 2009	**NIP: 19920622 201903 2 018**

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri
Langsa Dinyatakan Lulus dan Diterima Sebagai Tugas Akhir
Penyelesaian Program Sarjana (S-1) Dalam Ilmu
Bimbingan Dan Konseling Islam

Pada hari/ tanggal:
Jum'at, 17 Januari 2025 M
17 Rajab 1446 H

PANITIA SIDANG MUNAQASYAH

Ketua

Nengsih, M. Pd
NIP. 19860522 202012 2 009

Sekretaris

Wan Chalidaziah, M. Pd
NIP. 19920622 201903 2 018

Penguji I

Marimbun, M. Pd
NIP. 19881124 201903 1 004

Penguji II

Al Mutia Gandhi, M.Kom.I
NIP. 19880203 201903 2 006

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Langsa

Dr. T. Wildan, M. A
NIP. 19841128 201903 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	**: Arfah Keumala Lubis**
Nim	: 3022020003
Fakultas/Jurusan	: Ushuluddin Adab dan Dakwah/Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat	: Jln. Putro Bungsu Dusun Mulia Desa Sidorejo Kec. Langsa Lama Kota Langsa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Play Dalam meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa SMK Negeri 2 Langsa" adalah benar hasil karya sendiri dan original sifatnya. Apabila dikemudian hari ternyata/terbukti hasil plagiat karya orang lain, maka akan dibatalkan dan saya siap menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya.

Langsa, 31 Oktober 2024

ng Membuat Pernyataan



Arfah Keumala Lubis

NIM: 3022020003

MOTTO

"Dia menciptakan langit tanpa tiang sebagaimana kamu melihatnya, dan Dia meletakkan gunung-gunung (di permukaan) bumi agar ia (bumi) tidak menggoyangkan kamu; dan memperkembangbiakkan segala macam jenis makhluk bergerak yang bernyawa di bumi."

(QS. Al-Luqman : 10)

"Self-absorption in all its forms kills empathy, let alone compassion. When we focus on ourselves, our world contracts as our problems and preoccupations loom large. But when we focus on others, our world expands. Our own problems drift to the periphery of the mind and so seem smaller, and we increase our capacity for connection - or compassionate action."

(Daniel Goleman)

Allah menciptakan segala sesuatu dengan hikmah dan kebaikan. Namu ingatlah, tidak semua orang layak berada dalam hidupmu.

(Penulis)

Kupersembahkan Untuk :

- Diri Sendiri
- Kedua Orang Tua
- Abang dan Adik-Adik
- Semua Orang Yang Membutuhkan

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyanyang, sholawat beserta salam sentiasa peneliti ucapkan kepada nabi besar Muhammad SAW. Alhamdulillah berkat karunia dan Rahmat Allah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **"Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Play* Dalam Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa SMK Negeri 2 Langsa".**

Penulis sadar dalam menyelesaikan skripsi ini penulis mendapat banyak bantuan, dorongan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak. Sehingga dengan penuh kerendahan hati serta rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Teristimewa untuk diri sendiri yang telah berjuang sampai saat ini, tentulah ini bukan akhir justru awal dari segalanya, namun apresiasi untuk diri sendiri karena sudah menyelesaikan studi S1.
2. Kepada kedua orang tua yaitu Bapak Idham Khalik dan Ibu Yuni Kurniati yang telah merawat penulis dari lahir hingga sekarang.
3. Kepada abang penulis yaitu Fajar Siddiq Lubis yang telah mensupport dana pada peneliti dalam menyelesaikan skrips ini.
4. Ibu Nengsih, M.Pd, sebagai Dosen Pembimbing I yang telah membantu dan memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyusun skripsi ini.
5. Ibu Wan Chalidaziah, M.Pd, sebagai Dosen Pembimbing II yang telah membantu dan memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Prof. Dr. Ismail Fahmi Arrauf Nasution, MA, selaku rector IAIN Langsa.
7. Bapak Dr. Mawardi Siregar, MA, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah.
8. Bapak Marimbun, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Bimbigan dan Konseling Islam.
9. Segenap Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan banyak kontribusi, ilmu serta nasehat.

10. Teman-teman seperjuangan jurusan BKI angkatan 2020 Unit 2 yang telah menemani, mensupport, dan memberikan kenangan indah bagi penulis.
11. Keluarga besar DEMA Institut 2024 yang telah memberikan hari penuh tawa bagi peneliti, dan tidak lupa dengan seckret tercinta sekaligus rumah kedua peneliti.

Demikian kata pengantar skripsi ini, harapan saya semoga skripsi ini mendapatkan persetujuan dan dukungan dari pembimbing, sehingga saya dapat melanjutkan penelitian dengan sungguh-sungguh.

Langsa, 04 Juni 2024
Yang Menyatakan

Arfah Keumala Lubis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI ..... **iv**
MOTTO ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
ABSTRAK ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 5
C. Rumusan Masalah 6
D. Tujuan Penelitian 6
E. Manfaat Penelitian 7
F. Sistematika Pembahasan 8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **10**
A. Kerangka Teoretis 10
1. Mengelola Emosi 10
2. Bimbingan Kelompok 16
3. *Role Play* 19
4. Layanan Bimbingan kelompok Dengan Teknik *Role Play* 21
B. Penelitian Yang Relevan 24
C. Kerangka Konseptual 26
D. Hipotesis Penelitian 28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN **29**

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 29
B. Tempat dan Waktu Penelitian 30
C. Identifikasi Variabel 30
D. Definisi Operasional 30
E. Populasi dan Sampel 32
F. Teknik Pengumpulan Data 33
G. Pengembangan Instrumen Penelitian 34
H. Pelaksanaan Skoring 37
I. Prosedur Pelaksanaan Perlakuan 43
J. Teknik Analisis Data 48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 50
A. Karakteristik Objek Penelitian 50
B. Analisis Data dan Hasil Penelitian 52
C. Analisis Data 55
D. Pembahasan 62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 69
A. Kesimpulan 69
B. Saran 69
DAFTAR PUSTAKA 72
LAMPIRAN 76
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Angket 33
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Angket..... 34
Tabel 3.3 Uji Validitas..... 35
Tabel 3.4 Uji Reliabilitas..... 37
Tabel 3.5 Kategorisasi Skor 41
Tabel 3.6 Ciri-Ciri Kemampuan Mengelola Emosi 41
Tabel 3.7 Prosedur Pelaksanaan Kelompok Eksperimen..... 44
Tabel 3.8 Prosedur Pelaksanaan Kelompok Kontrol..... 45
Tabel 4.1 Daftar Nama Anggota Kelompok..... 51
Tabel 4.2 Hasil *Pretest* Dua Kelompok..... 53
Tabel 4.3 Hasil *posttest* Dua Kelompok..... 54
Tabel 4.4 Uji Normalitas Data *Pretest* Dua Kelompok..... 55
Tabel 4.5 Uji Normalitas Data *Posttest* Dua Kelompok 56
Tabel 4.6 Uji Homogenitas *Pretest* Dua Kelompok..... 57
Tabel 4.7 Uji Homogenitas *Posttest* Dua Kelompok 57
Tabel 4.8 Perbedaan *Pretest Posttest* Kelompok Eksperimen 58
Tabel 4.9 Analisis *Pretest Posttest* Kelompok Eksperimen 59
Tabel 4.10 Perbedaan *Pretest Posttest* Kelompok Kontrol..... 60
Tabel 4.11 Analisis *Pretest Posttest* Kelompok Kontrol..... 60
Tabel 4.12 Perbedaan Nilai *Pretest* dan *Posttest* Dua Kelompok..... 61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I RPL Dan Materi .....
Lampiran II Naskah Role Play.....
Lampiran III Dokumentasi Kegiatan .....
Lampiran IV Angket Mengelola Emosi .....
Lampiran V Surat Izin Penelitian.....
Lampiran VI Surat Balasan.....
Lampiran VII SK Pembimbing.....
Lampiran VIII Lembar Judgement Angket .....
Lampiran IX Uji Validitas Dan Reliabilitas .....
Lampiran X Data Tabulasi Kelompok Eksperimen .....
Lampiran XI Data Tabulasi Kelompok Kontrol.....
Lampiran XII Statistik Deskriptif .....
Lampiran XIII Daftra Riwayat Hidup.....

ABSTRAK

Arfah Keumala Lubis, 2024, *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Play Dalam Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa SMK Negeri 2 Langsa,* Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Langsa.

Memiliki kemampuan mengelola emosi yang baik sangatlah penting untuk pertumbuhan dan perkembangan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaaan kemampuan mengelola emosi siswa antara kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan layanan bimbingan kelompok saja tanpa menggunakan teknik *role play*. selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif eksperimental dengan desain *pretest-posttest control group desain.* Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 2 Langsa selama satu bulan, dengan populasi seluruh siswa di SMK Negeri 2 langsa yang berjumlah 1.185 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* (teknik pengambilan sampel kenyamanan), Dimana peneliti memilih satu kelas yang mudah diakses yaitu kelas XI Las 2 yang berjumlah 19 orang siswa. Namun, 3 diantara siswa tersebut jarang hadir mengakibatkan mereka dikeluarkan dari sampel, sehingga total sampel sebanyak 16 orang yang kemudian dibagi kedalam dua kelompok secara acak dengan masing-masing kelompok berisikan 8 orang siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang dikembangkan menggunakan skala likert 5 poin, angket ini terdiri dari 25 item pernyataan. Data yang sudah diperoleh dianalisis menggunakan uji non-parametrik dengan rumus *Wilcoxon's (Signed Rank Test)* dan *Kolmogorov Smirnov 2 independent samples* untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan yang signifikan dalam nilai rata-rata kedua kelompok. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki rata-rata nilai *posttest* sebesar 82,13 sementara kelompok kontrol hanya mencapai 70,63. Meskipun terdapat pebedaan nilai rata-rata anatara kedua kelompok, hasil uji *kolmogorov smirnov* tidak menunjukkan perbedan yang signifikan secara statistik (*Asymp. Sig. (2-tailed)= 0.102 > 0.05*). Maka dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan tidak menghasilkan efek yang diharapkan pada peningkatan pengelolaan emosi siswa, meskipun kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan nilai *posttest* yang lebih tinggi, nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yang tidak signifikan menunjukkan bahwa perbedaan ini tidak dapat diandalkan.

Kata Kunci : Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play*, Mengelola emosi

ABSTRACT

Arfah Keumala Lubis, 2024, *The Influence of Group Guidance Services with Role-Play Techniques on Improving Students' Emotional Regulation Skills at SMK Negeri 2 Langsa*, Thesis of the Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, IAIN Langsa.

Having good emotional regulation skills is crucial for the growth and development of students. This study aims to examine the differences in emotional regulation skills between an experimental group, which received group guidance services using the role-play technique, and a control group, which only received group guidance services without the role-play technique. In addition, this research aims to test the effectiveness of group guidance services with the role-play technique in enhancing students' emotional regulation skills. The method used in this study is a quantitative experimental design with a pretest-posttest control group design. This research was conducted at SMK Negeri 2 Langsa for one month., with a population consisting of all 1,185 students at the school. The sampling technique employed is convenience sampling, where the researcher selected an accessible class, Class XI Las 2, which initially consisted of 19 students. However, 3 students rarely attended, and as a result, they were excluded from the sample. Therefore, the total sample consisted of 16 students, which was then randomly divided into two groups, each containing 8 students. The data collection method used in this research was a questionnaire developed using a 5-point Likert scale, consisting of 25 statement items. The collected data were analyzed using non-parametric tests, specifically the Wilcoxon Signed-Rank Test and Kolmogorov-Smirnov Test for 2 independent samples, to identify any significant differences in the mean scores between the two groups. The results of this study indicate that the experimental group had a mean posttest score of 82.13, while the control group only reached 70.63. Although there were differences in the mean scores between the two groups, the Kolmogorov-Smirnov test did not show a statistically significant difference (Asymp. Sig. (2-tailed) = 0.102 > 0.05). Therefore, it can be concluded that the intervention provided did not produce the expected effects on improving students' emotional regulation, even though the experimental group showed a higher posttest score increase. The non-significant Asymp. Sig. (2-tailed) value indicates that these differences are unreliable and cannot be considered dependable.

Keywords: Group guidance services using role play techniques, managing emotions

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Emosi merupakan sesuatu yang sangat kompleks, multi-konponen episode yang menghasilkan kesiapan untuk bertindak. Emosi sering kali menjadi teman terbaik yang secara efektif membantu manusia untuk memberikan respon, menghasilkan upaya yang energik ketika manusia berada dalam situasi yang mengancam. Namun, terkadang emosi juga dapat menjadi musuh terburuk bagi manusia, emosi dapat mendorong munculnya perilaku destruktif. Biasanya segala sesuatu yang berkaitan dengan emosi memberikan kesan personal yang mendalam bagi individu.[1]

Menurut Sarlito, emosi adalah setiap kondisi pada diri individu yang disertai "warna afektif". Warna afektif merupakan perasaan-perasaan tertentu yang dialami oleh individu saat menghadapi situasi tertentu.[2] Umumnya emosi terbagi kepada enam jenis yaitu, emosi marah, takut, cemas, sedih, gembira, dan malu, yang dapat membahayakan kesehatan kesehatan fisik serta jiwa individu apabila keenam emosi ini terjadi secara berlebihan dan dalam waktu yang lama. Emosi juga memainkan peran sentral dalam kesehatan dan kesejahteraan manusia.[3] Oleh karena itu, pentinglah seorang individu mampu mengelola emosinya dengan baik.

Pengelolaan emosi merupakan kapasitas individu untuk dapat mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat dalam

---

[1] Laila Qodariah, *et al, Memahami Emosi Manusia: Perkembangan Emosi Pada Bayi dan Anak,* (Bandung: PT. Alumni, 2022), h, 2-3.
[2] Iqra' al-Firdaus, *Dampak Hebat Emosi Bagi Kesehatan,* (Yogyakarta: Noktah), h. 14.
[3] Ibid., h,5-7.

mencapai suatu tujuan.[4] Karena, dengan pengelolaan emosi yang baik sikap, etika, dan kepribadian individu akan berkembang dengan baik, hal ini menjadikan individu memiliki hidup yang lebih berkualitas.[5] Pengelolaan emosi juga dapat diartikan sebagai usaha individu untuk mempengaruhi emosi yang sedang dirasakan, dan kemudian bagaimana cara mengekspresikan emosi tersebut. Dalam mengelola emosi usaha yang diperlukan dapat bersifat otomatis ataupun terkontrol.[6]

Bagi siswa, memiliki kemampuan mengelola emosi yang baik sangat lah penting untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Siswa yang mampu mengenali dan mengelola emosinya dengan baik memiliki tingkat kefokusan yang lebih baik, lebih tekun, dan berhasil dalam pembelajaran dikelas, memiliki hubungan sosial dan interpersonal yang baik,[7] memiliki kemampuan berempati yang baik, serta memiliki kondisi mental yang cenderung lebih sehat sehingga siswa tidak mudah mengalami kecemasan dan depresi.

Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan emosional yang baik lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan belajar, mampu untuk berempati, dan memiliki kesehatan mental yang lebih baik. Sebaliknya, siswa yang tidak mampu mengelola emosi dengan baik cenderung sering mengalami kesulitan dalam menerima pembelajaran, memiliki motivasi yang rendah, serta berpotensi memiliki perilaku negatif, seperti tindakan agresif dan perundungan.

---

[4] Amitya Kumara, *et al, Studi Kasus: Mengenali Dan Menangani Emosi Pada Siswa,* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2018), hal. 15.

[5] Intan Savitri & Sidik Efendi, *Kenali Emosi,* (Jakarta: PT Balai Pustaka, 2011), h. 5.

[6] Amitya Kumara, *et al, Studi Kasus: Mengenali Dan Menangani Emosi Pada Siswa,* (Yogyakarta: PT Kansius, 2018), h. 15-16.

[7] Lopez, P. N., *et al,* "Emotion Regulation and the Quality of Social Interaction: Does the Ability to Evaluate Emotional Situations and Identify Effective Responses Matter?", *Journal of Personality,* 2011, vol 79 no 2, hal. 430.

Menariknya lagi, riset menunjukkan bahwa siswa yang memiliki IQ rendah tetapi kemampuan mengelola emosinya cukup baik dapat lebih unggul dalam prestasi akademik dibandingkan dengan siswa yang memiliki IQ tinggi tetapi tidak mampu untuk mengelola emosinya dengan efektif. Hal ini menunjukkan bahwa pengelolaan emosi yang baik memberikan dampak yang signifikan terhadap motivasi belajar dan kinerja akademik. Ketidakmampuan mengelola emosi menciptakan konsep diri yang negatif, yang dapat menghambat motivasi belajar serta merusak kinerja siswa disekolah.[8]

Oleh karena itu, sangatlah penting bagi siswa untuk mampu mengelola emosi yang dirasakan dengan efektif untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan siswa. Namun nyatanya, masih banyak siswa yang tidak memiliki kemampuan dalam mengelola emosi yang mereka rasakan. Selama peneliti melakukan praktik kerja lapanga (PKL), peneliti mendapati siswa yang mudah tersulut emosi bahkan terhadap hal-hal kecil hingga menyebabkan siswa tersebut bertengkar dengan siswa lain, adanya siswa yang pemurung karena tidak mampu mengelola stres dengan baik, adanya siswa yang berperilaku agresif, terdapat pula siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah menyebabkan siswa tersebut sering tidur dikelas atau keluar selama proses pembelajaran tanpa izin dari guru, hingga perilaku perundungan. Hal ini didasari oleh rendahnya kemampuan mengelola emosi yang dimiliki siswa-siswa tersebut.[9]

---

[8] Pamela Qualter, *et al,* "Ability emotional intelligence, trait emotional intelligence, and academic success in British secondary schools: A 5 year longitudinal study", *Learning and Individual Differences,* 2012, vol 2, no 1, hal. 84.

[9] Hasil Observasi Peneliti Selama Masa Praktik Kerja Lapangan di SMK Negeri 2 Langsa.

Hal ini perlu menjadi perhatian bagi pihak sekolah terkhususnya guru bimbingan dan konseling (BK), karena jika dibiarkan hal tersebut dapat memberikan dampak negatif bagi diri siswa itu sendiri maupun bagi lingkungan sekitarnya. Emosi negatif yang tidak terkendali menjadikan siswa tidak mampu memotivasi dirinya untuk belajar dan menyebabkan siswa menjadi nakal.[10]

Hal yang dapat guru BK lakukan adalah dengan memberikan pelayanan bimbingan dan konseling kepada para siswa yang terindikasi memiliki ketidakmampuan dalam mengelola emosi dengan baik. Salah satu layanan didalam bimbingan konseling yang dapat guru BK berikan adalah layanan bimbingan kelompok dengan Teknik *role play*.[11] Layanan bimbingan kelompok (BKp) merupakan upaya guru BK dalam memfasilitasi siswa untuk memperoleh pemahaman terkait penyesuaian dirinya terhadap lingkungan tempat siswa tersebut tumbuh dan berkembang dengan menggunakan sarana penghubung antar siswa tesebut yang berbentuk kelompok.[12]

Role Play atau Teknik bermain peran merupakan sebuah metode pembelajaran yang melibatkan perilaku berakting atau memainkan peran tertentu yang dilakukan oleh siswa sesuai dengan peran masing-masing yang telah ditentukan, nantinya para siswa tersebut akan memerankan tokoh-tokoh tersebut sedemikian rupa dengan tujuan mengekspresikan tingkah laku, perkataan,

---

[10] Taty, F & Siska,P. S., "Kemampuan Mengelola Emosi Pada Siswa dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling", *Universitas PGRI Palembang,* h. 2.

[11] Akhmad, M. A., *Bimbingan & Konseling Di Sekolah,* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), h. 63.

[12] Rasimin & Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok,* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2018), hal. 4.

perbuatan, dan gerak-gerik seseorang dalam hubungan sosial antar manusia.[13] Bimbingan kelompok dengan teknik *role play* ini dianggap efektif meningkatkan kreatifitas siswa, membantu melatih siswa untuk memainkan peran sesuai dengan scenario, memudahkan guru dalam mengevaluasi hasil sesuai dengan pengamatan.[14]

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **"Pengaruh Layanan Bimingan Kelompok Dengan Teknik *Role Play* Dalam Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa SMK Negeri 2 Langsa".**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan diatas, maka identifikasi masalah yang dapat disimpulkan adalah:

1. Terdapat siswa yang mudah tersulut emosi bahkan terhadap hal-hal kecil.
2. Siswa menjadi pemarah menyebabkan siswa sering bertengkar dengan temannya.
3. Terdapat siswa yang pemurung dikarenakan tidak mampu mengelola stress dengan baik, hal ini juga menjadikan siswa bersikap agresif.
4. Siswa tidak memiliki motivasi belajar sehingga menyebabkan siswa tersebut sering tidur dikelas atau keluar disaat jam pelajaran berlangsung tanpa izin dari guru yang sedang mengajar.

---

[13] Pancana Beta, "Peningkatakan Keterampilan Berbicara Melalui Metode Bermain Peran", *Cokroaminoto Journal of Primary Education* (2019), vol. 2 no. 2, hal. 49.

[14] Sri Windiarti., *Role Play: Upaya Tingkatkan Sikap Kerja Siswa,* (Purbalingga: CV. Sketsa Media, 2023), hal. 14.

5. Maraknya perilaku perundungan yang dilakukan oleh sesama siswa.[15]

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti paparkan, maka dirumuskan permasalahan yang hendak diteliti sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan kemampuan mengelola emosi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol baik sebelum maupun sesudah perlakuan diberikan?
2. Bagaimana efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah disusun sebelumnya, tujuan dari penelitian ini dilakukan adalah:

1. Untuk mengetahui perbedaan kemampuan mengelola emosi antara kelompok siswa yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dan kelompok siswa yang tidak mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* sebelum perlakuan.
2. Untuk mengetahui perbedaan kemampuan mengelola emosi antara kelompok siswa yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dan kelompok siswa yang tidak mendapatkan

[15] Hasil yang didapat saat peneliti melakukan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di SMK Negeri 2 Langsa.

layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* sesudah perlakuan.

3. Untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

a. Berkontribusi bagi pengembangan teori dan praktik layanan bimbingan dan konseling disekolah, khususnya yang berkaitan dengan meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa.

b. Memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama yang terkait dengan efektivitas penggunaan teknik *role play* dalam bimbingan kelompok.

c. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam tentang peningkatan kemampuan mengelola emosi siswa melalui layanan bimbingan dan konseling.

2. Secara Praktis

a. Memberikan masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang dan melaksanakan program bimbingan kelompok yang efektif untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa.

b. Membantu pihak sekolah dalam mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling sebagai upaya mendukung perkembangan siswa secara holistik.
c. Memberikan pemahaman bagi siswa tentang pentingnya kemampuan mengelola emosi dan cara-cara mengembangkannya melalui bimbingan kelompok dengan teknik *role play.*
d. Menjadi acuan bagi konselor atau praktisi bimbingan dan konseling dalam mengembangkan program intervensi yang sesuai untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi.

F. Sistematika Pembahasan

Skripsi ini disusun dengan sistematika pembahasan yang terdiri dari lima bab, yaitu:

BAB I Pendahuluan. Bab ini berisikan latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka. Didalam bab ini berisikan kerangka teoritis, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis penelitian.

BAB III Metodologi Penelitian. Pada bab ini dijabarkan pendekatan dan jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, identifikasi variable, definisi operasional, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, pengembangan instrument penelitian, pelaksanaan skoring, prosedur pelaksanaan perlakuan, dan teknik analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Didalam bab ini peneliti memaparkan terkait karakteristik objek penelitian, analisis data dan hasil penelitian, serta pembahasan.

BAB V Simpulan dan Saran. Dalam bab ini berisikan Kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan dan saran-saran dari peneliti.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada Bab ini membahas tentang deskripsi data mengenai kemampuan mengelola emosi siswa SMK Negeri 2 Langsa yang dilakukan pada siswa kelas XI Las 2. Pada pembahasan berikutnya diuraikan analisis data yang akan menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini yang disertai juga dengan pembahasan hasil penelitian.

Berdasarkan data yang diperoleh setelah penelitian dilakukan dengan sampel sebanyak 16 orang yang dibagi kedalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data penelitian ini terdiri dari dua veriabel yaitu layanan bimbingan kelompok dan teknik *role play.*

A. Karakteristik Objek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 2 Langsa, tepatnya di Jln. Jendral Ahmad Yani, Paya Bujok Seuleumak, Kec. Langsa Baro, Kota Langsa. Dimana permasalahan pengelolaan emosi menjadi masalah umum disekolah tersebut yang mayoritas siswanya memiliki tingkat pengelolaan emosi yang rendah, siswa menjadi sangat sensitif dan mudah sekali bertengkar dengan siswa lainnya, agresif, pemurung, dan rendahnya motivasi belajar siswa yang berdampak pada kesejahteraan para siswa secara keseluruhan. Mengingat luasnya permasalahan ini dan untuk menjaga keefektivan layanan, peneliti hanya mengambil satu kelas yaitu kelas XI Las 2 yang terdiri dari 19 orang siswa dengan rentang umur berkisar antara 15-17 tahun sebagai objek penelitian. Kelas ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen yang peneliti berikan layanan bimbingan kelompok dengan

teknik *role play* dan kelompok kontrol yang hanya diberikan layanan bimbingan kelompok saja dengan materi pembahasan yang sama antara kedua kelompok tersebut.

Dalam pengambilan sampel, peneliti menggunakan teknik *random sampling* atau pengambilan sampel secara acak. Hal ini dilakukan agar setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 19 orang siswa, dari total populasi tersebut, sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok ekperimen yang terdiri dari 8 orang siswa yang akan menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play.* Dan kelompok kedua yaitu kelompok kontrol yang juga berisikan 8 orang siswa yang hanya diberikan layanan bimbingan kelompok saja tanpa menggunakan teknik *role play.* Tersisa 3 orang siswa yang tidak termasuk kedalam kelompok untuk menjaga keseimbangan dalam pengelolaan data analisis.

Pemilihan siswa untuk masing-masing kelompok dilakukan secara acak menggunakan metode undian, sehingga setiap siswa memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi bagian dari kelompok eksperimen atau kelompok kontrol. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat lebih valid dan dapat diandalkan untuk menyimpulkan efektivitas intervensi yang dilakukan. Untuk nama-nama siswa yang masuk kedalam kedua kelompok tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1
Daftar Nama Anggota Kelompok

No.	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
1	AO	GK

2	AG	SH
3	FA	ZM
4	HS	SL
5	KA	DM
6	AS	DA
7	MR	MF
8	RH	TR

Penggunaan inisial ini bertujuan untuk menjaga privasi siswa sambil tetap memberikan insormasi yang diperlukan untuk analisis lebih lanjut. Dengan begitu, setiap siswa dalam kelompok dapat diidentifikasi tanpa mengungkapkan identitas lengkap mereka.

B. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data

Penelitian ini melibatkan 16 orang responden yang terbagi kedalam 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kedua kelompok tersebut masing-masing memiliki jumlah anggota yang sama yaitu 8 orang siswa, yang diambil dari kelas XI Las 2 di SMK Negeri 2 Langsa. Peneliti menggunakan kuesioner yang berisi 25 item pernyataan dengan skala likert 5 poin untuk mengukur tingkat pengelolaan emosi siswa.

2. Pengolahan Data

Data dikumpulkan dari 16 responden yang terdiri dari dua kelompok dengan masing-masing kelompok berjumlah 8 orang responden. Kuesioner dibagikan dalam dua sesi yaitu *pretest* dan *posttest.*

a. Hasil *Pretest* Kemampuan Mengelolaan Emosi Siswa

Pretest ini peneliti lakukan sebelum memberikan layanan dengan tujuan untuk mengetahui Gambaran awal kemampuan mengelola emosi siswa. Hasil dari *pretest* tersebut dapat dilihat dalam table dibawah ini:

Tabel 4.2
Hasil *Pretest* Dua Kelompok

Kelompok Eksperimen		
Responden	***Pretest***	
	Skor	**Kategori**
RR	58	Rendah
AG	86	Sedang
AO	81	Sedang
RA	89	Sedang
RF	63	Sedang
HS	73	Sedang
MR	58	Rendah
AS	56	Rendah
Skor total	564	
Rata-Rata	70,50	
SD	13,511	

Kelompok Kontrol		
Responden	***Pretest***	
	Skor	**Kategori**
SR	78	Sedang
MF	64	Sedang
SH	57	Rendah
DA	93	Sedang
ZM	66	Sedang
TR	81	Sedang
MS	64	Sedang
KA	58	Rendah
Skore Total	561	
Rata-Rata	70,125	
SD	12,620	

Dari tebel diatas menunjukkan skor kemampuan mengelola emosi masing-masing siswa pada dua kelompok berada pada kategosi rendah dan sedang dengan nilai rata-rata pada kelompok eksperimen sebesar 70,5 dan pada kelompok kontrol sebesar 70,125. Berdasarkan nilai rata-rata tersebut, kedua kelompok berada pada kategori sedang.

b. Hasil *Posttest* Kemampuan Mengelola Emosi Siswa

Posttest ini dilakukan untuk mengukur pemahaman dan keterampilan responden setelah diberikan layanan. Tujuan utamanya adalah untuk menilai sejauh mana materi yang diajarkan dapat diterima dan dipahami oleh peserta. Berikut adalah data hasil *posttest* yang dapat dilihat dalam table dibawah ini:

Tabel 4.3
Hasil *Posttest* Dua Kelompok

Kelompok Eksperimen		
Responden	***Posttest***	
	Nilai	**Kategori**
RR	68	Sedang
AG	96	Tinggi
AO	117	Tinggi
RA	89	Sedang
RF	76	Sedang
HS	75	Sedang
MR	76	Sedang
AS	60	Rendah
Skor Total	657	
Rata-Rata	82,125	
SD	18,011	

Kelompok Kontrol		
Responden	***Posttest***	
	Nilai	**Kategori**
SR	78	Sedang
MF	65	Sedang
SH	59	Sedang
DA	93	Sedang
ZM	66	Sedang
TR	82	Sedang
MS	64	Sedang
KA	58	Rendah
Skor Total	565	
Rata-Rata	70,625	
SD	12,397	

Dari tabel diatas memperlihatkan skor mengelola emosi siswa setelah diberikan layanan *posttest* terjadi sedikit peningkatan dari skor *pretest.* Skor *pretests* berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 70,5 untuk kelompok eksperimen dan 70,125 untuk kelompok kontol. Masing-masing kelompok memiliki sedikit peningkatan, kelompok ekperimen dengan nilai rata-rata 82,125 dan kelompok kontrol dengan nilai rata-rata 70,625. Disini

terlihat bahwa kelompok eksperimen memiliki peningkatan yang lebih banyak dari pada kelompok kontrol. Namun, keduanya sama-sama masih berada dalam kategori rendah.

C. Analisis Data

1. Analisis Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan prosedur statistik yang digunakan untuk menentukan apakah data yang dikumpulkan terdistribusi secara normal. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data dianggap berdistribusi normal. Namun, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji normalitas untuk data *pretest* dan *posttest* dari dua kelompok, yaitu kelompok A (kelompok eksperimen) dan kelompok B (Kelompok Kontrol) menggunakan uji *Shapiro-Wilk.* Hasil dari uji normalitas ini dapat dilihat pada dua table berikut:

Tabel 4.4
Uji Normalitas Data *Pretest* Dua Kelompok

Tests of Normality

kelompok		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	A	.211	8	.200*	.874	8	.164
	B	.253	8	.140	.897	8	.271

Dari table diatas, pada kolom *Shapiro-wilk* menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada kelompok A sebesar 0,164 lebih besar dari 0,05. Dan nilai

signifikansi pada kelompok B sebesar 0,271 yang juga lebih besar dari nilai 0.05. dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data kedua kelompok yaitu kelompok A dan B sama-sama terdistribusi normal.

Tabel 4.5
Uji Normalitas Data *Posttest* Dua Kelompok

Tests of Normality

kelompok		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
posttest	A	.258	8	.125	.924	8	.460
	B	.270	8	.087	.891	8	.239

Dari table uji normalitas untuk data *posttest* dua kelompok diatas menunjukkan bahwa, nilai signifikansi kelompok A sebesar 0,460 dan kelompok B sebesar 0,239 keduanya sama-sama lebih besar dari 0,05 yang berarti kedua kelompok tersebut pada data *posttest* sama-sama terdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Dalam penelitian ini, dilakukan uji homogenitas untuk data *pretest* dan *posttest* dari dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji homogenitas ini dilakukan dengan menggunakan uji *Levene,* dan semua data terdistribusi normal. Hasil uji homogenitas ini dapat dilihat pada table dibawah yang dibedakan menjadi dua tabel *pretest* dan *posttest.*

Tabel 4.6
Uji Homogenitas *Pretest* Dua Kelompok

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest	Based on Mean	.240	1	14	.632
	Based on Median	.374	1	14	.551
	Based on Median and with adjusted df	.374	1	11.456	.553
	Based on trimmed mean	.274	1	14	.609

Hasil uji homogenitas untuk *pretest* seperti yang terlihat pada tebel diatas menunjukkan nilai signifikasi sebesar 0,632, nilai ini lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol keduanya sama-sama homogen atau, tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam variasi hasil *pretest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 4.7
Uji Homogenitas *Posttest* Dua Kelompok

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Posttest	Based on Mean	.771	1	14	.395
	Based on Median	.301	1	14	.592
	Based on Median and with adjusted df	.301	1	12.320	.593
	Based on trimmed mean	.704	1	14	.416

Selanjutnya dapat dilihat pada tabel diatas, hasil uji untuk *posttest* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,395, nilai ini juga lebih besar dari

0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data kedua kelompok pada *posttest* juga homogen.

Berdasarkan hasil uji homogenitas kedua kelompok baik data *pretest* maupun *posttest,* dapat disimpulkan bahwa asumsi homogenitas varian terpenuhi. Dengan demikian, analisis statistic parametrik, sepreti uji *t* tidak berpasangan dapat dilakukan.

2. Analisis Uji Hipotesis

a. Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama yang akan diuji dalam penelitian ini adalah "terdapat perbedaan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen." Hipotesis ini diuji menggunakan teknik analisis 58tatistic *Wilcoxon's Signed Rank Test* dengan menggunakan SPSS Versi 20.00, yang dipaparkan pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.8
Perbedaan *Pretest Posttest* Kelompok Eksperimen

Test Statistics[a]

	Kemampuan Mengelola Emosi Setelah Perlakuan - Kemampuan Mengelola Emosi Sebelum Perlakuan
Z	-2.371[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* kemampuan mengelola emosi kelompok eksperimen adalah sebesar

0,018 (0,018 < 0,05. Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama yang diuji dapat diterima yaitu, terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dengan nilai rata-rata *pretest* 70,50 dan nilai rata-rata *posttest* 82,125, meskipun terdapat perbedaan nilai rata-rata, namun kedua nilai rata-rata tersebut sama-sama berada pada kategori Sedang. Oleh karena itu, untuk melihat perbedaan *pretest* dan *posttest*, dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.9
Analisis Perbedaan *Pretest posttest* Kelompok Eksperimen

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kemampuan Mengelola Emosi Setelah Perlakuan – Kemampuan Mengelola Emosi sebelum Perlakuan	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	7[b]	4.00	28.00
	Ties	1[c]		
	Total	8		

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa dari 8 responden, sebanyak 7 orang siswa mengalami peningkatan dari *pretest* ke *posttest,* sedangkan 1 orang siswa tidak mengalami peningkatan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan.

b. Pengujian Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua yang akan diuji adalah "terdapat perbedaan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol".

Hipotesisi kedua ini juga diuji menggunakan *Wilcoxon's Signed Rank Test* dengan program SPSS versi 20, yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.10
Perbedaan *Pretest Posttest* Kelompok Kontrol

Test Statistics[a]

	Kemampuan Mengelola Emosi Setelah Perlakuan - Kemampuan Mengelola Emosi sebelum Perlakuan
Z	-1.633b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.102

Dari hasil tabel diatas, dapat dilihat nilai *Asymp. Sig.(2-tailed)* kemampuan mengelola emosi kelompok kontrol sebesar 0,102 (0,102 > 0,05), yang berarti H_0 diterima dan H_1 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua ditolak, yaitu tidak terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol. Dengan nilai rata-rata *pretest* 70,125 dan nilai rata-rata *posttest* 70,625, keduanya berada pada kategori sedang. Kemudian untuk melhat perbedaan tersebut, dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.11
Analisis Perbedaan *Pretest Posttest* Kelompok Kontrol

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kemampuan Mengelola Emosi Setelah Perlakuan -	Negative Ranks	0a	.00	.00
	Positive Ranks	3b	2.00	6.00

Kemampuan Mengelola Emosi sebelum Perlakuan	Ties	5c		
	Total	8		

Dari tabel diatas, dari 8 orang responden kelompok kontrol, 3 orang mengalami peningkatan dari *pretest* ke *posttest,* sedangkan 5 orang sisanya tidak mengalami peningkatan.

c. Pengujian Hipotesis Ketiga

Untuk menguji hipotesis ketiga digunakan teknik analisis statistik *Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples,* Adapun hipotesis ketiga tersebut adalah "terdapat perbedaan kemampuan mengelola emosi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol". Dimana nilai rata-rata *posttest* kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada nilai *posttest* kelompok kontrol, hasil pengujian dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.12
Perbedaan *Posttest* Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Test Statistics[a]

		Posttest
Most Extreme Differences	Absolute	.500
	Positive	.000
	Negative	-.500
Kolmogorov-Smirnov Z		1.000
Asymp. Sig. (2-tailed)		.270

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah 0,270 (0,270 > 0,05). Maka H_0 diterima dan H_1 ditolak, sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan pengelolaan emosi siswa antara kelompok eksperimen dengan nilai rata-rata 82,125 dan kelompok kontrol dengan nilai rata-rata 70,625, keduanya sama-sama berada pada ketegori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa "tidak terdapat perbedaan kemampuan mengelola emosi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol".

D. Pembahasan

1. Perbedaan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa Antara *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

Dari dasil penelitian menunukkan bahwa kemampuan mengelola emosi siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* mengalami peningkatan dibandingkan sebelum layanan diberikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata kelompok eksperimen yang semula sebesar 70,50 menjadi 82,125 serta hasil uji hipotesis yang didapat *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,018 yang berarti lebih kecil dari 0,05 (0,018 < 0,05). Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat perbedaan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen.

Berdasarkan hasil *pretest* yang didapat, umumnya siswa memiliki kesadaran emosional yang cukup baik sehingga mampu mengenali emosi yang sedang dirasakan diri sendiri maupun orang lain, namun siswa masih memiliki kesulitan dalam pengelolaannya. Setelah diberikan layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *role play* didapati hasil *posttest* mengalami peningkatan yang signifikan.

2. Perbedaan Kemampuan Mengelola Emosi Antara *Pretest* Dan *Posttest* Kelompok Kontrol

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan secara signifikan. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata kelompok kontrol saat *pretest* sebesar 70,125 dan nilai rata-rata kelompok kontrol saat *posttest* sebesar 70.625. Nilai uji hipotesis yang diperoleh adalah *Asymp. Sig (2-tailed)* 0.102 (0.102 > 0.05), hal ini berarti H_0 diterima dan H_1 ditolak, artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil dari *pretest* yang didapat, umumnya siswa sudah memiliki kesadaran emosional yang cukup baik, mampu untuk mengenali emosi diri sendiri dan juga orang lain. Namun, siswa masih memiliki kesulitan dalam pengelolaannya, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas, didapati hasil *posttest* menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang signifikan.

3. Perbedaan Kemampuan Mengelola Emosi Antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan nilai rata-rata kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen memiliki nilai rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Yaitu sebesar 0.018 untuk kelompok eksperimen dan 70.625 untuk kelompok kontrol. Namun, meskipun terdapat perbedaan nilai rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hasil ini tidak dapat dikatakan signifikan berdasarkan uji statistik yang diperoleh sebebsar *Asymp. Sig (2-tailed)* 0.270 (0.270 0.05) artinya H_0 diterima dan H_1 ditolak, sehingga tidak terdapat perbedaan yang yang signifikan kemampuan mengelola emosi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa SMK Negeri 2 Langsa.

4. Analisis Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Play* Dalam Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Siswa.

Bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dapat membantu siswa menghayati kejadian yang sebenarnya terjadi sehingga siswa lebih memperhatikan proses konseling, dapat lebih mudah memahami sebab dan akibat suatu kejadian karena dapat langsung memainkan peran[62], membantu siswa membina kemampuan untuk memecahkan masalah, analisis, kritis, komunikasi, dan kehidupan sosial. Dimana semua hal tersebut dapat membantu siswa untuk merubah perilaku dan sikap mereka.

Namun, dalam penelitian ini ditemukan bahwa tidak terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan

[62] Nur Aeni Sanjaya. (2022) Teknik Role Play Dalam Bimbingan dan Konseling. *Al-Kamilah: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam,* hal 12.

kemampuan mengelola emosi siswa, hal ini bertentangan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *role play* memiliki pengaruh dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa. Seperti pada penelitian Penelitian yang dilakukan oleh Ira Farahdina Aisha dangan judul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Pada Siswa Kelas XI IIS SMA N 1 Binjai Kab. Langkat Tahun Ajaran 2022/2023" Penelitian ini bertujuan untuk memgetahui Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Pada Siswa Kelas XI IIS Sma N 1 Binjai Kab. Langkat. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan cara memberikan aktivitas kepada kelompok eksperimen, peneliti menggunakan 10 siswa sebagai sampel dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan mengelola emosi siswa setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok, maka dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektiv dalam meningkatkan mengelola emosi siswa.

Hal ini didasari oleh adanya beberapa kesalahan dari diri peneliti sendiri yaitu kurangnya kemampuan peneliti dalam menguasai dinamika kelas yang diteliti, kurangnya pemahaman peneliti terkait karakteristik siswa, latar belakang sosial, minat, dan gaya belajar, yang mengakibatkan peneliti menyampaikan materi dan penerapan teknik *role play* kurang efektif, hal ini

berpotensi menyebabkan siswa merasa kurang nyaman serta tidak terlibat secara aktif dalam sesi bimbingan.[63]

Selain dari kesalahan peneliti, terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi seperti seringnya siswa melewatkan sarapan membuat siswa merasa lapar saat sesi pemberian layanan, hal ini mempengaruhi konsentrasi siswa sesuai dengan yang dikatakan oleh maslow bahwa pria yang kelaparan hanya akan memikirkan makanan, memimpikan makanan, mengingat makanan, dan tidak ada kepentingan lain selain makanan. [64]

Faktor lainnya adalah, Dimana peneliti hanya memberikan layanan hanya pada satu kelas saja, sedangkan kelas lain tidak diberikan layanan. Sehingga saat siswa yang diberi layanan bermain bersama dengan siswa yang tidak diberikan layanan hal ini mengakibatkan pengurangan pada efektivitas layanan yang diberikan, karena siswa cenderung terpengaruh oleh perilaku dan norma kelompok yang lebih besar. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Robert bahwa jika ketertarikan seseorang terhadap satu kelompok tertentu cukup besar, maka tekanan untuk melakukan perubahan sikap dan tingkah laku untuk menjadi seperti mereka akan bertambah besar, hal ini dilakukan agar seseorang dapat diterima disuatu kelompok tersebut.[65]

Disisi lain, teknik *role play* itu sendiri memiliki kekurangan, yaitu demam panggung yang sering dialami oleh siswa saat akan memainkan

---

[63] Jumadi Tausikal. Kreativitas Konselor. (2020). https://dosen.ung.ac.id/JumadiTuasikal /home/2020/3/17/kreativitas-konselor.html

[64] Abraham Harold Maslow. "Theory Of Human Motivation". *Psychological Review,* vol. 50 no. 4, hal. 374.

[65] Robert A. Baron, *"Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh",* (Erlangga, 2005)

skenario sehingga siswa sering tolak menolak dan ragu disaat proses *role playing* akan dilakukan.[66] Selain itu jumlah pertemuan dalam sebuah intervensi dapat berperngaruh signifikan terhadap hasil yang diperoleh. Dalam penelitian ini, peneliti hanya memberikan empat kali pemberian layanan, yang mungkin tidak cukup untuk menghasilkan perubahan yang signifikan dalam hasil belajar siswa. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi yang lebih Panjang dan berkelanjutan dapat memberikan hasil yang lebih baik, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian oleh Ade Anggraini dan Ade Chita Putri Harahap dengan judul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi Pada Siswa Kelas XI IIS SMA N1 Binjai Kab. Langkat Tahun Ajaran 2022/2023" yang melakukan intervensi selama lebih dari satu bulan. Hal ini sejalan dengan teori *stages of change model* yang menekankan bahwa perubahan perilaku merupakan proses yang membutuhkan beberapa tahap dan setiap individu memiliki jangka waktunya masing-masing dalam setiap tahapannya.[67] Tahapan tersebut adalah *Pre-contemplation, Contemplation, Preparation, Action, maintenance, Termination,* Dimana tahapan-tahapan ini membutuhkan waktu yang tidak sedikit dalam prosesnya.

Temuan ini menunjukkan perlunya evaluasi lebih lanjut terhadap durasi dan frekuensi perlakuan dalam penelitian, selain itu pendekatan yang tepat, perhatian yang tinggi dari para siswa, dan keaktifan siswa dalam menjadi

[66] Nur Aeni Sanjaya. (2022) Teknik Role Play…, hal 12

[67] Prochaska, J. O., & Diclemente, C. C., "Stages and Processes of Self-Change of Smoking: Toward an Integrative Model of Change." (*Journal of Consulting and Clinical Psychology, 1983),* vol. 51 no. 3, hal. 390

responden dalam penelitian sangat berpengaruh terhadap kesuksesan penelitian. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang mengedepankan ketiga aspek tersebut.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarka hasil penelitian dan pembahasan, Kesimpulan yang dapat diambil terkait dengan penelitian pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi siswa sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen.
2. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan mengelola emosi antara *pretest* dan *Posttest* kelompok kontrol.
3. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan mengelola emosi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.
4. Durasi dan frekuensi perlakuan dalam penelitin, perhatian dan keaktifan siswa sangat berpengaruh dalam mencapai keberhasilan penelitian. Durasi dan frekuensi yang lebih lama memberikan hasil yang lebih signifikan.
5. Selain itu, faktor eksternal seperti kondisi siswa yang lapar mempengaruhi konsentrasi siswa selama sesi layanan sehingga memberikan dampak pada hasil penelitian.
6. Interaksi siswa diluar layanan juga salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, dimana siswa yang menerima layanan terpengaruh oleh norma dan perilaku siswa lain yang tidak mendapatkan layanan.

7. Kelemahan teknik *role play* itu sendiri juga dapat menghambat pemberian layanan, seperti demampanggung yang dialami siswa dalam memerankan peran menyebabkan siswa enggan berpartisipasi secara aktif.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan juga Kesimpulan yang telah dipaparkan, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan sebagai tindak lanjut penelitian ini, yaitu:

1. Untuk peneliti selanjutnya, sangat disarankan untuk memperpanjang durasi intervensi dalam penelitian terutama yang berkaitan denga bimbingan kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi, serta memperhatikan faktor-faktor eksternal yang juga sangat berpengaruh saat intervensi dilakukan seperti keadaan ruang intervensi dan keadaan siswa.
2. Untuk tenaga pendidik dan pengajar diharapkan untuk menerapkan metode pembelajaran yang lebih interaktif dan beragam, seperti pembelajaran berbasis proyek atau diskusi kelompok. Ini dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan membantu mereka untuk mengembangkan keterampilan mengelola emosi secara lebih efektif.
3. Untuk pembuat kebijakan pendidikan, disarankan untuk mempertimbangkan integrasi mengelola emosi dalam kurikulum sekolah. Kebijakan yang mendukung pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa.

4. Untuk orang tua diharapkan dapat berperan dalam mendukung perkembangan emosi siswa, diharapkan untuk dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberikan dorongan positif serta bantuan dalam mengelola emosi dirumah.
5. Mengingat penelitian ini menggunakan *convenience sampling* maka hasil yang didapat dalam penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan keseluruh populasi siswa disekolah. Maka dari itu bagi peneliti selanjutnya sangat disarankan untuk menggunakan teknik pengambilan sampel yang lebih representatif agar hasil penelitian dapat lebih mewakili populasi secara keseluruhan.

Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan hasil yang lebih signifikan dan bermanfaat dalam memahami konteks mengelola emosi bagi siswa, serta meningkatkan efektivitas pembelajaran disekolah.