

PENERAPAN KONSELING EKSISTENSIAL HUMANISTIK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA KELAS VIII A2 SMP NEGERI 4 SINGARAJA

Arnikawati¹, I Ketut Dharsana², Kadek Suranata³
¹²³Jurusan Bimbingan Konseling, FIP
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia

e-mail: arnikawati_nika@yahoo.com, profdarsana@yahoo.com,
sura@konselor.org

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan konseling (*Action Reseach In Counseling*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional setelah diterapkan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran melalui pemberian layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individu. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII A2 Negeri 4 Singaraja. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner kecerdasan emosional dan buku harian. Penelitian dilakukan dalam dua siklus, dan setiap siklus terdiri dari perencanaan, tindakan, evaluasi, dan refleksi. Hasil tindakan dipantau dengan penyebaran kuesioner dan buku harian kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil tindakan siklus I terdapat peningkatan kecerdasan emosional dari 65,35% menjadi 72,63% sehingga mengalami peningkatan sebesar 13,28%. Sedangkan dari hasil siklus II mengalami peningkatan dari 73,82% menjadi 85,39% sehingga mengalami peningkatan sebesar 18,93%. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa dari tindakan dengan sesudah tindakan. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran efektif digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja.

Kata-kata kunci :konseling *eksistensial humanistik*, teknik bermain peran, kecerdasan emosional

ABSTRACT

The design of this research is a counseling action (*Action Reseach In Counseling*). This study aim at determine the increase in emotional intelligence as applied to the humanistic existential counseling techniques play a role through the provision of guidance services classical, group counseling, group counseling, and individual counseling. The subjects were students of class VIII A2 State 4 Singaraja. The data was collected using questionnaires and diaries of emotional intelligence. The study was conducted in two cycles, and each cycle consisting of planning, action, evaluation, and reflection. The outcome which measured by questionnaires and diaries were analyzed descriptively. The results of the first cycle of action show that there is an increase in emotional intelligence from 65.35% to 72.63%, resulting in an increase of 13.28%. Meanwhile the results of the second cycle has increased from 73.82% to 85.39%, resulting in an increase of 18.93%. The results showed an increase in students' emotional intelligence of the action after action. From these results it can be concluded that the application of existential humanistic counseling with role playing techniques is effective in improving students' emotional intelligence of eighth grade students of SMP Negeri 4 A2 Singaraja.

Key words: existential konseling of humanistik, technique role play, emotional intellegence

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa yang rentan akan perubahan maupun perkembangan jaman. Remaja pada masa ini, cenderung ingin mencoba hal-hal baru yang menurutnya itulah yang terbaik. Pada masa ini, seseorang dikatakan labil dalam kehidupan emosinya. Sebagian besar diantara mereka banyak yang mengalami keberhasilan dalam bidang akademik, namun dalam bidang emosional mereka sangat kurang. Tidak jarang mereka yang berprestasi dalam akademik, tidak mampu untuk membawa diri kearah yang positif dalam bidang emosionalnya. Berdasarkan pengamatan peneliti di kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja, terdapat gejala-gejala siswa yang menunjukkan kecerdasan emosional kurang/rendah. Menurut Goleman (dalam Adnyani, 2013:23) "Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our life with intelligence*), menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial". Pengertian ini mengandung beberapa indikator diantaranya adalah, (1) kesadaran diri, (2) pengendalian diri, (3) motivasi diri, (4) empati, (5) keterampilan sosial.

Menurut Salovey dan Gardner (dalam Goleman, 2004:57-59), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan kemampuan untuk membina hubungan. Pengertian ini mengandung beberapa indikator diantaranya adalah, (1) mengenali emosi diri, (2) mengelola emosi, (3) memotivasi diri sendiri, (4) mengenali emosi orang lain (empati), (5) kemampuan untuk membina hubungan.

Menurut beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri (kesadaran diri), mengelola emosi (pengendalian diri), memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, empati, dan untuk membina hubungan (keterampilan sosial), dan

indikator dari kecerdasan emosional adalah (1) mengenali emosi diri, (2) mengelola emosi, (3) memotivasi diri sendiri, (4) empati (5) keterampilan sosial.

Penelitian ini menggunakan teori konseling eksistensial humanistik berfokus pada sifat dari kondisi manusia yang mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, bebas memilih untuk menentukan nasib sendiri, kebebasan dan tanggung jawab, kecemasan sebagai suatu unsur dasar, pencarian makna yang unik di dalam dunia yang tak bermakna, berada sendirian dan berada dalam hubungan dengan orang lain, keterhinggaan dan kematian, dan kecenderungan mengaktualkan diri (Corey, 1999:319).

Pendekatan terapi eksistensial juga bukan suatu pendekatan terapi tunggal, melainkan suatu pendekatan yang mencakup terapi-terapi yang berlainan yang kesemuanya berlandaskan konsep-konsep dan asumsi-asumsi tentang manusia (Corey, 1999:54).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendekatan eksistensial humanistik adalah suatu pendekatan yang berfokus pada kondisi manusia, pendekatan ini bukan suatu terapi tunggal yang sistematis melainkan suatu pendekatan yang mencakup terapi-terapi yang berlainan yang kesemuanya berlandaskan konsep-konsep dan asumsi-asumsi tentang manusia yang mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, bebas memilih untuk menentukan nasib sendiri, kebebasan dan tanggung jawab, kecemasan sebagai suatu unsur dasar, pencarian makna yang unik di dalam dunia yang tak bermakna, berada sendirian dan berada dalam hubungan dengan orang lain, keterhinggaan dan kematian, dan kecenderungan mengaktualkan diri.

Penelitian ini menggunakan teknik bermain peran atau *role playing*. Teknik tersebut diadopsi dari teknik konseling analisis transaksional (AT). Permainan peran merupakan salah satu teknik yang telah diteliti oleh para ahli yang bekerja di bidang penyelenggaraan latihan-latihan pengembangan perilaku. Pada saat ini permainan peran secara luas telah diterima sebagai teknik untuk melatih berbagai macam hubungan antar pribadi, Suranata

(2013:80). Permainan peranan terstruktur adalah permainan peranan dimana fasilitator menentukan struktur dan menjelaskannya pada peserta permainan (Suranata, 2013:99).

Metode bermain peran sebagai penyampaian materi pembelajaran dengan menghadirkan peran-peran yang ada dalam dunia nyata ke dalam suatu pertunjukan peran di dalam kelas yang kemudian dijadikan sebagai bahan refleksi agar siswa memberi penilaian

(www.media.diknas.go.id).

Dari pengertian di atas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik bermain peran adalah salah satu teknik yang menghadirkan peran-peran yang berkaitan dengan dunia nyata ke dalam suatu pertunjukan peran yang bertujuan sebagai bahan refleksi siswa dalam memberi penilaian yang dilakukan secara terstruktur untuk melatih hubungan antar pribadi.

Dari latar belakang di atas, maka penelitian ini mencakup siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja. Penelitian ini penting dilakukan dalam rangka untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional siswa setelah diterapkan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran.

Metode

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, buku harian, dokumentasi, kuesioner.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, dan setiap siklusnya terdiri dari beberapa tahap, dalam tahap pertama terdiri dari tahap identifikasi, diagnosis, dan prognosis. Tahap kedua adalah tahap pelaksanaan yang terdiri dari tahap konseling/treatment. Tahap ketiga adalah tahap evaluasi. Dan tahap keempat adalah tahap refleksi (*follow up*). Masing-masing butir pertanyaan disediakan lima alternatif jawaban yang diklasifikasikan sesuai

dengan skala sikap pola *Likert*, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Untuk statemen positif pilihan sangat sesuai (SS) skornya 5, sesuai (S) skornya 4, kurang sesuai (KS) skornya 3, tidak sesuai (TS) skornya 2, dan sangat tidak sesuai (STS) skornya 1. Untuk statemen yang negatif sangat sesuai (SS) skornya 1, sesuai (S) skornya 2, kurang sesuai (KS) skornya 3, dan tidak sesuai (TS) skornya 4, sangat tidak sesuai (STS) skornya 5.

Validitas yang dicari adalah validitas butir dengan menerapkan rumus korelasi Product Moment. Hal ini dilakukan agar alat ukur yang digunakan memang tepat untuk mengukur variabel yang diteliti. Pengujian kesahihan butir dilakukan dengan menggunakan bantuan fungsi-fungsi dalam *Microsoft Excel*. Untuk menguji validitas digunakan rumus product moment yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{ \sum Y^2 - (\sum Y)^2 \}}}$$

Guiford (dalam Wijayanti, 2009: 69)

Kriteria keberhasilan penelitian tindakan disesuaikan dengan presentase pencapaian skor minimal yaitu 70%. Subjek yang diberikan tindakan, bila menunjukkan peningkatan dalam mengontrol emosinya minimal 70% maka dikategorikan berhasil. Makin meningkat perubahan yang terjadi pada siswa tersebut maka makin berhasil tindakan yang diberikan. Adapun tabel konversi kriteria keberhasilan penilaian tindakan, adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Pedoman Konversi Kriteria Keberhasilan Penilaian Tindakan

Tingkat Penguasaan	Kriteria
85 % - 100 %	Sangat Tinggi
70 % - 84 %	Tinggi
55 % - 69 %	Sedang
40 % - 54 %	Rendah
0 % - 39 %	Sangat Rendah

Sumber : Undiksha (2012:37)

Hasil Dan Pembahasan

Hasil pengujian validitas butir dengan menggunakan 40 butir pernyataan yang diuji cobakan kepada 30 siswa, dari hasil analisis program *Excell* sebanyak 40 butir pernyataan dinyatakan valid sebanyak 30 butir dan pernyataan gugur sebanyak 10 butir. Nilai $r_{tabel} = 0.361$ didapat dari $N = 30$ dari taraf signifikansi 5%. Selanjutnya akan dilanjutkan pada uji reliabilitas. Pada uji reliabilitas ini menggunakan

metode koefisien Alpha atau r Alpha. Dari hasil pengujian reliabilitas, hasil analisis program *Excell*, instrumen tersebut dinyatakan reliabel karena r Alpha = 0,859 lebih besar dari $r_{tabel} = 0,361$ yang diperoleh dari $N = 30$ dari taraf signifikansi 5 %. Dari hasil analisis, instrumen tersebut dinyatakan layak dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Tabel 2 Data Awal Kecerdasan Emosional Siswa Sebelum Tindakan

No	Nama Siswa	Skor yang Diperoleh	Persentase (%)	Kategori
1	AIK	107	71,33%	Tinggi
2	APN	75	50%	Rendah
3	AASP	47	31,33%	Sangat Rendah
4	AGP	83	55,33%	Sedang
5	AWK	108	72%	Tinggi
6	BK	79	52,66%	Rendah
7	DPGAK	109	72,66%	Tinggi
8	GAPK	105	70%	Tinggi
9	ISP	117	78%	Tinggi
10	LASYP	113	75,33%	Tinggi
11	MS	111	74%	Tinggi
12	NDLP	81	54%	Rendah
13	NK	106	70,66%	Tinggi
14	RSM	114	76%	Tinggi
15	RAM	83	55,33%	Sedang
16	SP	113	75,33%	Tinggi
17	SK	117	78%	Tinggi
18	SGAK	81	54%	Rendah
19	SM	115	76,66%	Tinggi
20	SUK	114	76%	Tinggi
21	SPDP	110	73,33%	Tinggi
22	TAM	121	80,66%	Tinggi
23	WAK	81	54%	Rendah
24	WMGAK	80	53,33%	Rendah
25	YWK	119	79,33%	Tinggi
26	YSG	60	40%	Rendah

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 7 orang siswa berada pada kategori rendah, 7 orang siswa berada pada kategori sedang, 10 orang siswa

berada pada kategori tinggi, dan 6 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Adapun daftar siswa-siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah adalah sebagai berikut :

Tabel 3 Data dan Skor Siswa yang Memiliki Kecerdasan Emosional Kurang/Rendah di Kelas VIII A2

No.	Absen	Nama	Skor	Presentase (%)	Kategori
2	APN	75	50%		Rendah
3	AASP	47	31,33%		Sangat Rendah
4	AGP	83	55,33%		Sedang
6	BK	79	52,66%		Rendah
12	NDLP	81	54%		Rendah
15	RAM	83	55,33%		Sedang
18	SGAK	81	54%		Rendah
23	WAK	81	54%		Rendah
24	WMGAK	80	53,33%		Rendah
26	YSG	60	40%		Rendah

Pada penelitian siklus I terdapat langkah-langkah yang harus ditempuh adalah sebagai berikut: (1) Perencanaan Tindakan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Evaluasi, (4) Refleksi. Dalam perencanaan tindakan tahap yang dilakukan adalah: (a) Tahap Identifikasi, pada tahap identifikasi ini, kegiatan yang dilakukan adalah melakukan pendataan terhadap hasil tes awal yakni siswa yang menunjukkan kecerdasan emosional yang masih tergolong rendah. Data diperoleh dari hasil kuesioner kecerdasan emosional yang diberikan kepada siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja, dari hasil analisis kuesioner kecerdasan emosional yang disebar di kelas VIII A2 terdapat 10 orang siswa yang tergolong kurang dalam kecerdasan emosionalnya. (b) Tahap Diagnosa. Dalam tahap diagnosa ini, menggali tentang faktor penyebab siswa yang masih kurang dalam aspek kecerdasan emosionalnya. Dari hasil observasi yang peneliti lakukan di kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja, (c) Tahap prognosa adalah tahap pencarian solusi dari permasalahan yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Dimana dalam penelitian ini, untuk memecahkan masalah yang dialami ditempuh dengan cara sebagai berikut: (1) Melatih tingkat pemahaman siswa

mengenai cara peningkatan kecerdasan emosional melalui pemberian layanan bimbingan klasikal, (2) Melatih siswa untuk meningkatkan kecerdasan emosionalnya dengan penerapan konseling eksistensial humanistik dan teknik bermain peran dengan *setting* bimbingan kelompok, (3) Melatih siswa untuk bisa mengelola emosinya dengan baik dalam situasi dan kondisi yang tepat, (4) Melatih kesadaran diri siswa tentang pentingnya meningkatkan kecerdasan emosional, (5) Melatih siswa untuk bisa menempatkan dirinya dengan baik pada situasi dan kondisi yang tepat, (6) Bersama-sama menemukan solusi dari permasalahan yang dialami yang berkaitan dengan kecerdasan emosional dengan *setting* konseling kelompok. Dalam pelaksanaan tindakan, kegiatan yang dilakukan adalah tahap konseling/treatment diberikan dalam empat kali pertemuan, diantaranya pertemuan pertama memberikan layanan bimbingan klasikal, pertemuan kedua memberikan layanan bimbingan kelompok, pertemuan ketiga memberikan layanan konseling kelompok, dan pertemuan keempat memberikan layanan

konseling individu. Pertemuan pertama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dilaksanakan pada hari Senin, 21 April 2014 pada jam ke-3 (pukul 14.10-14.50 Wita) di ruang kelas VIII A2. Dalam kegiatan inti, peneliti mengemukakan topik yang akan dibahas yaitu kecerdasan emosional. Peneliti melakukan tanya jawab yang berkaitan dengan kecerdasan emosional. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal ini, peneliti menumbuhkan suasana kondusif dalam penyampaian layanan. Peneliti lebih berperan sebagai fasilitator dalam kegiatan ini, sehingga para siswa yang dituntut untuk lebih aktif dalam mengeluarkan pendapat maupun gagasan tentang topik yang dibahas. Tujuan dari pemberian layanan ini adalah untuk mengenalkan dan memberikan pemahaman tentang pengertian dari kecerdasan emosional, aspek- aspek kecerdasan emosional maupun cara meningkatkan kecerdasan emosional. Dari hasil tes menunjukkan bahwa 3 orang siswa yang berada pada kategori rendah, 7 orang siswa berada pada kategori sedang, 16 orang siswa berada pada kategori tinggi. Pada pertemuan kedua, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan pada hari Sabtu, 26 April 2014 jam ke-4 dan 5 (pukul 15.45-16.45) di ruang kelas VIII A2. Pada kegiatan inti dalam layanan bimbingan kelompok lebih menekankan pada menyampaikan pengertian, tujuan, dan proses konseling eksistensial humanistik. Sehingga dalam kegiatan inti ini, siswa memahami tentang teori konseling yang akan diterapkan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa tersebut. Siswa dituntut untuk lebih aktif dalam mengeluarkan pendapat ataupun bertanya jika kurang memahami penyampaian layanan. Peneliti menilai sejauh mana siswa telah memahami materi yang telah disampaikan dengan mengadakan tes lisan yaitu memberikan beberapa pertanyaan yang harus dijawab secara lisan oleh siswa, sehingga akan menimbulkan pertukaran pendapat antara siswa yang satu dengan yang lainnya terdapat 3 orang siswa berada pada kategori rendah, 1 orang siswa berada pada kategori sedang, 22 orang berada pada kategori tinggi. Pada pertemuan ketiga pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dilaksanakan pada hari

Sabtu, 3 Mei 2014 jam ke-4 dan 5 (pukul 15.05-16.45 Wita). Dalam kegiatan ini menerapkan skenario kegiatan teknik bermain peran dengan konseling eksistensial humanistik. Dengan tujuan melihat pemahaman siswa dengan bermain peran tersebut. Hasil tes menunjukkan bahwa terdapat 2 orang siswa berada pada kategori rendah, 2 orang siswa berada pada kategori sedang, 22 orang siswa berada pada kategori tinggi. Dan pada pertemuan keempat pelaksanaan layanan konseling individu yang dilaksanakan pada hari Jum'at, 16 Mei 2014 jam ke-3 (pukul 14.10 Wita). Pada pertemuan ini peneliti memfasilitasi siswa untuk menemukan solusi dari permasalahan yang dialami berkaitan dengan pemenuhan kecerdasan emosional siswa tersebut. Hasil tes menunjukkan bahwa terdapat 4 orang siswa berada pada kategori sedang, 18 orang berada pada kategori tinggi, dan 4 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi. Dari hasil evaluasi siklus I terjadi peningkatan dari setiap pertemuan. Dan jika dianalisis secara keseluruhan presentase peningkatan bergerak dari 44% - 83,83%. Untuk melihat seberapa besar manfaat penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja. Presentase peningkatan tersebut akan dianalisis secara deskriptif dengan mengikuti aturan sebagai berikut:

$$\rho = \frac{\text{Post Rate} - \text{Base Rate}}{\text{Base Rate}} \times 100\%$$

Keterangan:

- P : Presentase Peningkatan
Post Rate : Skor setelah diberikan tindakan/skor akhir
Base Rate : Skor sebelum diberikan tindakan/skor awal

Presentase peningkatan siklus I dianalisis dengan menggunakan rumus diatas, dengan perbandingan dari data awal atau sebelum tindakan ke data diskurs I. Adapun pemantauan siklus I dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4 Presentase Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa
(Siklus I)

No.	Nama	Pemantauan				Presentase Peningkatan	Pencapaian
		Awal		Siklus I			
		Skor	Presentase	Skor	Presentase		
1.	AIK	107	71,33%	113	77,5%	5,6%	Tercapai
2.	APN	75	50%	83,25	55,5%	11%	Belum Tercapai
3.	AASP	47	31,33%	66	44%	40%	Belum Tercapai
4.	AGP	83	55,33%	86,5	57,66%	4,21%	Belum Tercapai
5.	AWK	108	72%	118,5	80,16%	9,72%	Tercapai
6.	BK	79	52,66%	107,25	71,5%	35,75%	Tercapai
7.	DPGAK	109	72,66%	114	78,66%	4,58%	Tercapai
8.	GAPK	105	70%	113,5	79,66%	8,09%	Tercapai
9.	ISP	117	78%	123,5	83,83%	5,55%	Tercapai
10.	LASYP	113	75,33%	120,5	82,33%	6,63%	Tercapai
11.	MS	111	74%	116,5	80%	4,95%	Tercapai
12.	NDLP	81	54%	105,25	70,16%	29,93%	Tercapai
13.	NK	106	70,66%	113,5	77,66%	7,07%	Tercapai
14.	RSM	114	76%	118,5	80,83%	3,94%	Tercapai
15.	RAM	83	55,33%	105,5	70,33%	27,1%	Tercapai
16.	SP	113	75,33%	119	80,83%	5,3%	Tercapai
17.	SK	117	78%	119,5	81,33%	2,13%	Tercapai
18.	SGAK	81	54%	105,5	70,33%	30,24%	Tercapai
19.	SM	115	76,66%	121	81,83%	5,21%	Tercapai
20.	SUK	114	76%	118	80,33%	3,5%	Tercapai
21.	SPDP	110	73,33%	112,5	78%	2,27%	Tercapai
22.	TAM	121	80,66%	122,5	83,16%	1,23%	Tercapai
23.	WAK	81	54%	105,25	70,16%	29,93%	Tercapai
24.	WMGAK	80	53,33%	107,25	71,5%	34,06%	Tercapai
25.	YWK	119	79,33%	122,5	82,33%	2,94%	Tercapai
26.	YSG	60	40%	74,75	49,83%	24,58%	Belum Tercapai
Rata-rata			65,35%		72,63%	13,28%	

Dari presentase peningkatan tersebut dapat dilihat pencapaian siklus I adalah terdapat 4 orang siswa yang belum tercapai dalam pelaksanaan tindakan siklus I, sedangkan 22 siswa sudah mencapai kriteria keberhasilan. Dari pencapaian siklus I terdapat 2 orang siswa masih tergolong dalam kategori rendah, 2 orang siswa tergolong pada kategori sedang, dan 22 orang siswa berada pada kategori tinggi. Dari hasil evaluasi siklus I yang menunjukkan peningkatan sebesar 13,28%. Dapat dikatakan bahwa hasil evaluasi penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan kecerdasane emosional siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja didapatkan hasil bahwa dari 26 orang siswa terdapat 10 siswa yang memiliki kecerdasan emosional

rendah/kurang. Dan setelah diterapkan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran dibantu dengan pemberian layanan secara bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individu terdapat peningkatan yaitu dari 10 orang siswa yang teridentifikasi, 6 orang siswa mengalami peningkatan pada siklus I. Sedangkan 4 orang siswa dikatakan belum berhasil memenuhi kriteria yang ditentukan. Oleh sebab itu, perlu dilakukan perbaikan agar peningkatannya lebih optimal. Maka dari itu refleksi ini diputuskan untuk melakukan perbaikan pada siklus II. Perbaikan yang akan dilaksanakan pada siklus II bertujuan untuk mencapai kriteria keberhasilan yang ditargetkan dari skor yang diperoleh dan dikonpersikan dalam

bentuk persentase pencapaian. Agar harapan yang ingin dicapai pada siklus II berhasil, layanan bimbingan konseling akan dilakukan dengan suasana yang lebih menyenangkan, dengan materi yang sudah disiapkan lebih menarik dan lebih mudah untuk dimengerti. Selain itu, mensosialisasikan kembali kriteria layanannya dan kelemahan-kelemahan pada siklus I agar bisa diatasi. Pada kegiatan perencanaan tindakan tidak jauh berbeda dengan siklus I, yaitu terdapat tahap identifikasi, diagnosa, prognosa. Dan pada kegiatan pelaksanaan tindakan terdiri dari tahap konseling/treatment yang dilaksanakan pada empat kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Senin, 19 Mei 2014 jam ke-3 (pukul 14.10-14.50 Wita) di ruang kelas VIII A2. Pada pertemuan ini dilaksanakan layanan bimbingan klasikal yang akan memantapkan topik tentang kecerdasan emosional. Dalam pelaksanaan informasi klasikal ini, peneliti menumbuhkan suasana kondusif dalam penyampaian layanan. Peneliti lebih berperan sebagai fasilitator dalam kegiatan ini, sehingga para siswa yang dituntut untuk lebih aktif dalam mengeluarkan pendapat maupun gagasan tentang topik yang dibahas. Tujuan dari pemberian layanan ini adalah untuk mengenalkan dan memberikan pemahaman tentang pengertian dari kecerdasan emosional, aspek-aspek kecerdasan emosional maupun cara meningkatkan kecerdasan emosional. Dalam pertemuan ini terlihat hasil tes yang disebarkan kepada seluruh siswa setelah pemberian layanan selesai dilakukan mendapatkan hasil 3 orang siswa berada pada kategori sedang, 10 orang siswa berada pada kategori tinggi, dan 13 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi. Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Senin, 26 Mei 2014 jam ke-3 (pukul 14.10-14.50 Wita) di ruang kelas VIII A2. Pada pertemuan ini diterapkan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran disesuaikan dengan layanan bimbingan kelompok. Dalam pertemuan ini akan dibahas tentang pengertian, tujuan, dan proses konseling eksistensial humanistik dan teknik bermain peran. Siswa dituntut untuk lebih aktif dalam mengeluarkan pendapat ataupun bertanya jika kurang memahami penyampaian layanan. Peneliti menilai sejauh mana siswa telah memahami

penilaian yang sesungguhnya seperti petunjuk soal dan strategi menjawab kuisisioner agar siswa mampu mencapai ketuntasan yang ditargetkan. Pada penelitian tindakan siklus II, langkah-langkahnya sama dengan tindakan siklus I. Perbedaannya pada siklus II lebih dioptimalkan pemberian materi yang telah disampaikan dengan mengadakan tes lisan yaitu memberikan beberapa pertanyaan yang harus dijawab secara lisan oleh siswa, sehingga akan menimbulkan pertukaran pendapat antara siswa yang satu dengan yang lainnya. Dan peneliti yang bertugas untuk mengoreksi jawaban-jawaban yang dilontarkan oleh siswa, sehingga akan mendapatkan jawaban yang tepat. Hasil dari kegiatan ini terdapat 10 orang siswa berada pada kategori tinggi dan 16 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi. Selanjutnya pada pertemuan ketiga diberikan layanan konseling kelompok yang dilaksanakan pada hari Sabtu, 31 Mei 2014 jam ke-4 dan 5 (pukul 15.05-16.45) di ruang kelas VIII A2. Kegiatan yang dilakukan adalah memerankan skenario teknik bermain peran dengan tema "Siswa Teladan". Pada kegiatan ini para siswa saling bertukar peran dari peran yang sudah didapatkannya pada siklus I, bertukar dengan peran yang berlainan. Tujuan dari pertentangan karakter dengan karakter alami pada dirinya adalah untuk mengetahui perubahan perilaku, cara berpikir, maupun penilaian yang positif tentang dirinya. Apakah peran yang dimainkan menjadikan kenyamanan pada dirinya atau malah sebaliknya. Hal demikianlah yang diharapkan dari penerapan teknik ini. Sehingga siswa dapat bebas memilih keputusan mana yang akan diambilnya, ia memahami konsekuensi dari keputusan yang diambilnya tersebut, sehingga ia akan bertanggung jawab terhadap keputusannya tersebut. Dan hasil tes pada pertemuan ini menunjukkan bahwa 10 orang siswa berada pada kategori tinggi dan 16 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi. Pertemuan keempat adalah penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran yang dilakukan dengan layanan konseling individu. Kegiatan ini dilakukan pada Rabu, 4 Juni 2014 jam ke-3 (pukul 14.10 Wita) di ruang BK. Pada tahap inti konselor menyampaikan beberapa hal

yang perlu diketahui oleh konseli berkaitan dengan pelaksanaan konseling individu. Hal-hal yang perlu disampaikan adalah peran konselor dan konseli dalam konseling individu, pembatasan waktu dan masalah, dan asas-asas yang harus ditaati dalam konseling. Setelah selesai menjelaskan ketentuan tersebut, maka dilanjutkan dengan pembahasan permasalahan yang dialami oleh konseli, dan permasalahan yang dialami berkaitan dengan kecerdasan emosionalnya. Peran konselor hanya didapatkannya sudah yakin akan dijalankan, dan konselor memastikan kapan keputusan tersebut akan dijalankan oleh konseli. Hasil tes pada kegiatan ini

sebagai fasilitator, sehingga keputusan akhir adalah berada pada tangan konseli itu sendiri. Konselor dan konseli bersama-sama mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi oleh konseli, dan nantinya solusi tersebut berasal dari diri konseli sendiri tidak ada paksaan dari pihak lain atau konselor itu sendiri. Setelah konseli menemukan solusi dari permasalahannya, konselor menanyakan atau memastikan kepada konseli tentang keputusan yang sudah

menunjukkan bahwa 9 orang siswa berada pada kategori tinggi dan 17 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 5 Presentase Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa (Siklus II)

No.	Nama	Pemantauan				Presentase Peningkatan	Pencapaian
		Siklus I		Siklus II			
		Skor	Presentase	Skor	Presentase		
1.	AIK	113	77,5%	129,25	86,16%	14,38%	Meningkat
2.	APN	83,25	55,5%	108,5	72,33%	30,33%	Meningkat
3.	AASP	66	44%	109,5	73%	65,9%	Meningkat
4.	AGP	86,5	57,66%	109,5	72,83%	26,3%	Meningkat
5.	AWK	118,5	80,16%	136	90,66%	14,76%	Meningkat
6.	BK	107,25	71,5%	116,25	77,5%	8,39%	Meningkat
7.	DPGAK	114	78,66%	135,75	90,5%	19,07%	Meningkat
8.	GAPK	113,5	79,66%	135,5	90,33%	19,38%	Meningkat
9.	ISP	123,5	83,83%	140	93,33%	13,36%	Meningkat
10.	LASYP	120,5	82,33%	138,5	92,33%	14,93%	Meningkat
11.	MS	116,5	80%	139	92,66%	19,31%	Meningkat
12.	NDLP	105,25	70,16%	117,75	78,5%	11,87%	Meningkat
13.	NK	113,5	77,66%	134,75	89,83%	18,72%	Meningkat
14.	RSM	118,5	80,83%	139,25	92,83%	17,51%	Meningkat
15.	RAM	105,5	70,33%	116,5	77,66%	10,42%	Meningkat
16.	SP	119	80,83%	136,25	90,83%	14,49%	Meningkat
17.	SK	119,5	81,33%	140,5	93,66%	17,57%	Meningkat
18.	SGAK	105,5	70,33%	113,75	75,83%	7,81%	Meningkat
19.	SM	121	81,83%	137,25	91,5%	13,42%	Meningkat
20.	SUK	118	80,33%	138,5	92,33%	17,37%	Meningkat
21.	SPDP	112,5	78%	139	92,66%	23,55%	Meningkat
22.	TAM	122,5	83,16%	136,75	91,16%	11,63%	Meningkat
23.	WAK	105,25	70,16%	114,5	76,33%	8,78%	Meningkat
24.	WMGAK	107,25	71,5%	118	78,66%	10,02%	Meningkat
25.	YWK	122,5	82,33%	137,75	91,83%	12,44%	Meningkat
26.	YSG	74,75	49,83%	112,5	75%	50,5%	Meningkat
Rata-rata			73,82%		85,39%	18,93%	

Dari hasil evaluasi yang dilaksanakan selama 4 kali pertemuan didapatkan peningkatan rata-rata siswa dari rentangan 72,33% sampai 93,66%. Dan dari pencapaian keberhasilan pada siklus II, dari 26 orang siswa kelas VIII A2 yang diberikan tindakan menunjukkan bahwa 10 orang siswa berada pada kategori tinggi dan 16 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi. Sehingga dapat dikatakan bahwa semua siswa kelas VIII A2 dikatakan berhasil memenuhi kriteria yang ditentukan. Presentase peningkatan kecerdasan emosional siswa pada siklus II sebesar 18,93%, dari rata-rata peningkatan siklus I sebesar 73,82% dan pada siklus II sebesar 85,39%. Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus II seluruh siswa sudah mampu mencapai kriteria keberhasilan yang ditentukan yaitu diatas 70%. Dan presentase peningkatan kecerdasan emosional sebesar 18,93%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja. Jadi, hipotesis yang diujikan dalam penelitian ini dapat diterima.

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa kecerdasan emosional siswa dapat ditingkatkan setelah diterapkan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran. Pada hasil evaluasi siklus I terdapat siswa yang belum berhasil mencapai kriteria keberhasilan. Hal tersebut dapat dilihat dari pencapaian skor yang diperoleh siswa pada siklus I masih ada yang dibawah 70% dari ketentuan keberhasilan dalam penelitian ini. Sehingga dilakukan perbaikan pada siklus II, dengan harapan semua siswa dapat memenuhi kriteria keberhasilan. Dan dari evaluasi siklus II terjadi peningkatan yang signifikan, yaitu semua siswa dikategorikan berhasil

dan peningkatan kecerdasan emosionalnya lebih optimal.

Berdasarkan hasil evaluasi siklus I terjadi peningkatan dari 65,35% menjadi 72,63% sehingga terjadi peningkatan sebesar 13,28%. Dan pada siklus II terjadi peningkatan dari 73,82% menjadi 85,39% sehingga peningkatannya sebesar 18,93%. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran dapat digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas VIII A2 SMP Negeri 4 Singaraja.

Konseling eksistensial humanistik dengan teknik bermain peran sangat efektif digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa, karena konseling eksistensial humanistik berfokus pada individu (manusia). Bagaimana ia bebas dalam menentukan arah hidupnya dan tetap bertanggung jawab atas keputusan yang telah diambil tersebut dan teknik bermain peran adalah sebagai teknik untuk melatih hubungan antar pribadi yang dapat merefleksi perasaan-perasaan dan penilaian diri individu.

Daftar Rujukan

- [Adnyani](#), Sri Ayu. 2013. Penerapan Model Konseling Client Centered Dengan Teknik Self Understanding Untuk Mengembangkan Kecerdasan Emosional Pada Siswa Kelas XC AP SMKN 1 Singaraja Tahun 2012/2013. *Skripsi Tidak Dipublikasikan*. Singaraja: Undiksha
- Anonim.2012. www.media.diknas.go.id. Diakses pada tanggal 20 Januari

- 2014
[Corey](#), Gerald. 1999. *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama
- Dantes Nyoman. 2012. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: CV Andi Offset
- Dharsana. 2010. *Dasar-Dasar Konseling Seri 2*. Singaraja: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Ganesha
- Goleman, Daniel. 1999. *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta:PT Gramedia Pustaka Utama
- , 1996. *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hendrawan. 2013. Penerapan Konseling Analisis Transaksional Dengan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Perilaku Sosial Siswa Kelas VIII H SMP Negeri 3 Tejakula Tahun Pelajaran 2012/2013. *Skripsi Tidak dipublikasikan*: Undiksha
- Hendrawan, Agus.
<http://www.psychologymania.com/2012/07/dimensi-dimensi-kecerdasan-emosional.html>.
Diakses pada tanggal 25 Januari 2014
- Namiho.
<http://namiho.wordpress.com/>
- 2013/03/25/terapi-dengan-pendekatan-eksistensial-humanistik/. Diakses pada tanggal 11 Februari 2014
- Eko. <http://www.raseko.com/2011/05/metode-pembelajaran-bermain-peran-role.html>. Diakses pada tanggal 28 Januari 2014
- Kristayanti, Ayu. 2013. Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa yang Memiliki Tanggung Jawab Belajar Rendah Di Kelas X 1 SMA Bhaktiyasa Singaraja Tahun Pelajaran 2012/2013. *Skripsi Tidak Dipublikasikan*. Singaraja: Undiksha
- Mulyasa, H.E. 2011. *Manajemen Pendidikan Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara
- Shapiro, Lawrence E. 2001. *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- [Suranata](#), Kadek. 2013. *Konsep & Praktik Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Singaraja: Undiksha
- Wiperman, Jean. 2007. *Meningkatkan Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher