

**UPAYA MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL  
 MELALUI *PEER COUNSELING* PADA SISWA KELAS X  
 SMA NEGERI 10 PONTIANAK**

**Amelia Atika<sup>1</sup>, Kamaruzzaman<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Pengetahuan Sosial IKIP-PGRI Pontianak

Jalan. Ampera No.88 Pontianak Telp. (0561) 748219, E-Mail. info@ikippgripta.ac.id

E-Mail: ameliatika200799@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional melalui *peer counseling* pada siswa kelas X SMA Negeri 10 Pontianak. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode deskriptif dengan bentuk penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Subjek penelitian ini adalah 10 orang siswa. Teknik pengumpul data yang digunakan adalah teknik observasi langsung dan teknik komunikasi tidak langsung dengan alat pengumpul data berupa panduan wawancara, dan angket.. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data kualitatif dan analisis data kuantitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *peer counseling efektif* meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosional, Peer Counseling

**Abstract**

*This research was conducted at SMA Negeri 10 Pontianak Academic Year 2014/2015. This study aims to know the implementation of peer counseling to improve emotional intelligence in students of SMAN 10 Pontianak. The method used in this research is descriptive method with the form of action research, guidance and counseling. Data collection techniques used are direct observation techniques and techniques of indirect communication with a data collection tool in the form of an interview guide and questionnaire. The subjects were all 10 students. The results of this study indicate that the peer counseling effectively improve students' emotional intelligence.*

**Keywords:** Emotional Intelligence, Peer Counseling

**PENDAHULUAN**

Perhatian masyarakat saat ini mengenai dunia pendidikan semakin berkembang. Perhatian ini tidak hanya berorientasi pada pengembangan kecerdasan intelektual, tetapi juga berfokus pada peningkatan kecerdasan emosional. Hal tersebut terlihat dari semakin banyaknya penelitian dan buku yang mengulas tentang kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional mempunyai peran yang penting dalam kehidupan manusia, karena untuk mencapai kesuksesan sebagai anggota masyarakat kecerdasan emosional sangat dibutuhkan.

Salah satu komponen utama kecerdasan emosional menurut para ahli yaitu kecakapan sosial yang berfungsi menentukan bagaimana kita menangani suatu hubungan. Dapat dibayangkan bagaimana mengkhawatirkannya jika individu yang

merupakan anggota suatu kelompok masyarakat ternyata mengalami hambatan dalam meningkatkan kecerdasan emosionalnya. Besar kemungkinan individu tersebut akan sering mengalami benturan sosial dengan individu lain. Sebagai contoh yaitu banyaknya terjadi bentrokan fisik di masyarakat yang dipicu oleh permasalahan personal, baik yang dilakukan oleh anak-anak maupun individu-individu dewasa.

Goleman (2000: 44) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional jauh lebih berperan dalam kesuksesan hidup dari pada kecerdasan intelektual. Masih dalam halaman yang sama, Goleman juga memperlihatkan bahwa kecerdasan intelektual hanya memberikan kontribusi sebesar 20% terhadap kesuksesan hidup seseorang. Sehingga kesuksesan hidup seseorang sebenarnya lebih banyak ditentukan aspek lain seperti kecerdasan emosional, kecerdasan sosial, dan kecerdasan spiritual. Orang yang memiliki kecerdasan emosi tinggi akan berupaya menciptakan keseimbangan dalam dirinya, mengusahakan kebahagiaan dari dalam dirinya sendiri dan dapat mengubah sesuatu yang buruk menjadi lebih baik.

Fakta menunjukkan secara nasional sekolah masih menggunakan standar nilai ujian untuk kriteria keberhasilan siswa. Sekolah masih menggunakan teori tradisional yang mengunggulkan kecerdasan akademik sedangkan kompetensi lain individu masih diabaikan. Praksis pendidikan terseret pada semangat pragmatisme dalam arti sempit, siswa dinilai prestasi belajarnya hanya dalam aspek kognitif, dengan mengabaikan potensi lain seperti kreativitas, kecerdasan emosional dan kemampuan imajinasi. Penguasaan kompetensi tidak hanya mengarah pada kecerdasan akademik saja tetapi juga kecerdasan emosional. Contoh peristiwa yang merupakan hasil penelitian, yaitu seseorang yang secara teoritis cukup cerdas untuk menjadi CEO (*Chief Executif Officer*) sebuah perusahaan atau setaraf dengan memimpin sebuah negara ternyata harus meninggalkan pekerjaan sebelumnya. Setelah diteliti ternyata orang tersebut gagal menghadapi bawahan perusahaan (Goleman dalam Ubaydillah, 2004: 68). Hal ini membuktikan bahwa orang yang cerdas secara teoritis belum tentu cerdas dalam hal mengelola emosi.

Gardner (Firman, 2005: 41) mengungkapkan kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memahami perasaan, tabiat dan hasrat orang lain. Kemampuan untuk berhubungan baik dengan orang lain merupakan faktor pendukung untuk menciptakan suasana yang harmonis, sikap empati, penuh perhatian, kemampuan

untuk mendengarkan orang lain. Hal tersebut sangat dibutuhkan untuk menjaga hubungan yang baik dengan orang lain. Selanjutnya Gardner menjelaskan bahwa kecerdasan antar pribadi dibangun atas kemauan inti untuk mengenali perbedaan, secara khusus perbedaan besar dalam suasana hati, temperamen, motivasi dan kehendak. Dalam bentuk yang lebih maju kecerdasan ini memungkinkan orang dewasa terampil membaca kehendak dan keinginan orang lain bahkan ketika keinginan itu disembunyikan.

Kebutuhan akan kecerdasan emosional diperlukan orang dalam berinteraksi dengan sesama baik itu di lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Hubungan interpersonal yang terjadi di kalangan remaja banyak terjadi di sekolah karena masa remaja sebagian besar berada pada masa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Siswa yang sedang memasuki masa remaja tentunya memiliki permasalahan yang lebih kompleks dibandingkan dengan pada masa sebelumnya. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja individu sudah memasuki dunia pergaulan yang lebih luas dimana pengaruh teman-teman dan lingkungan sosial akan menuntut remaja untuk beradaptasi.

Berkenaan dengan permasalahan yang dihadapi, remaja membutuhkan pihak yang dapat dipercaya untuk membantu menyelesaikan persoalan tersebut. Dalam hal ini, peran guru pembimbing atau konselor sekolah menempati posisi yang strategis yaitu sebagai rekan atau pendamping siswa dalam menyelesaikan permasalahan mereka. Menurut Barrut dan Robinson (Nur Wangid, 2007: 59), peran kunci konselor adalah memberikan layanan individu ataupun kelompok dengan cara mengarahkan untuk memahami dan menghadapi situasi kehidupan, sehingga bisa membuat keputusan berdasarkan pemahaman untuk kebahagiaan hidupnya.

Kenyataan di lapangan tenaga konselor sekolah masih sedikit. Hal itu terjadi di SMA Negeri 10 Pontianak. Sekolah ini hanya satu memiliki tenaga konselor sekolah. Hal ini memberikan dampak pelayanan konseling terhadap siswa belum dapat dilakukan secara optimal. Hal yang perlu diperhatikan dari siswa SMA Negeri 10 Pontianak adalah permasalahan dalam hubungan interpersonal dengan teman sebaya. Dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, tidak jarang dijumpai siswa yang berkonflik dengan sebayanya (berkelahi, adu mulut), saling menghujat ketika ada perbedaan pendapat, membentuk kelompok secara eksklusif (geng), tidak peka

terhadap teman yang mendapatkan masalah, tidak menghargai teman yang sedang menyampaikan pendapat atau gagasannya. Jika remaja gagal dalam mengadaptasikan diri dengan lingkungan akan menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif, dan mengarah pada tindak kenakalan.

Paparan di atas mengisyaratkan perlunya upaya untuk menciptakan *treatment* tepat yang memungkinkan remaja dapat berinteraksi secara baik dengan teman sebayanya. Remaja dituntut untuk cerdas dalam melakukan hubungan interpersonal. Salah satu *treatment* yang dapat membantu siswa untuk cerdas dalam hubungan interpersonal adalah melalui *peer counseling* (konseling sebaya). Pada dasarnya *peer counseling* sudah sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya seorang individu yang menceritakan masalah yang dialami kepada rekan kerja ataupun teman di sekolah tanpa disadari individu tersebut sedang melakukan proses konseling, karena biasanya salah satu dari individu tersebut ada yang bertindak layaknya seperti seorang konselor. Seperti yang dikemukakan oleh Suwarjo (2008: 35) bahwa, “selama proses *curhat*, *ngerumpi* atau sekadar *omong-omong* menghilangkan *bete* (bosan) tanpa disadari salah satu (kadang juga lebih dari satu) diantara mereka bertindak layaknya seorang pembimbing sedangkan lainnya sebagai konselinya”.

Menurut Gray dan Tindall (Suwarjo, 2008: 35), istilah *peer* diartikan sebagai *peer* atau kawan sebaya mengacu pada seseorang yang sama usianya, *peer group* adalah adalah satu kelompok dengan mana anak mengasosiasikan dirinya. Makna *peer counseling* menurut Gray dan Tindall (1985) yakni “*peer counseling is defined as a variety of interpersonal helping behaviours assumed by non professionals who undertake a helping role with others*”. *Peer counseling* didefinisikan sebagai jenis dari pertolongan interpersonal yang dilakukan oleh tenaga bukan profesional yang dibekali dengan kemampuan untuk membantu sesamanya.

Berdasarkan paparan di atas, melalui penelitian ini akan berupaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui *peer counseling*. SMA Negeri 10 Pontianak dipilih sebagai *setting* penelitian karena di sekolah tersebut belum ada program *peer counseling*. Harapannya, dengan adanya program *peer counseling* memiliki peluang untuk membentuk kelekatan antar siswa karena kontak yang terjadi jauh lebih lama. Kelekatan antar siswa akan memberikan kepercayaan pada siswa

untuk bercerita tentang permasalahan yang dialami kepada *peer* konselor. Proses konseling yang terjadi antar teman sebaya dapat menumbuhkan rasa saling empati, saling percaya dan menciptakan hubungan yang baik sesama siswa. Hal ini merupakan faktor penting bagi pembentukan kecerdasan emosional siswa. Dengan *peer* konseling diharapkan kecerdasan emosional siswa dapat meningkat. Adanya layanan konseling teman sebaya berarti sekolah menyiapkan siswa-siswa tertentu untuk menjadi konselor nonprofesional bagi membantu masalah teman-temannya. Para siswa calon konselor teman sebaya akan mendapatkan serangkaian pelatihan yang memadai untuk jadi konselor sebaya, sehingga diharapkan meningkatkan kemampuan siswa (yang dilatih sebagai konselor teman sebaya dan konseli yang dibimbingnya) dalam menghadapi masalah.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Suryabrata (2010: 37), “Penelitian deskriptif adalah prosedur yang bertujuan membuat *pencandraan* secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau fenomena keadaan yang sedang terjadi”. Nawawi (2007: 67) mengungkapkan bahwa: “Metode deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan/melukiskan keadaan subyek/obyek penelitian (seseorang, lembaga masyarakat dan lain-lain) pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana adanya”. Alasan penggunaan metode deskriptif adalah karena peneliti ingin memperoleh gambaran tentang pelaksanaan tindakan *peer counseling* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas X Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 10 Pontianak.

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah PTBK. Menurut Tadjri (2012: 7) PTBK merupakan penelitian kolaboratif yaitu suatu penelitian kerjasama antara konselor dan teman sejawatnya dimana mereka berkerja. Teman sejawat disini bisa teman seprofesi (sesama konselor), guru bidang studi, atau pimpinan terkait. PTBK dilakukan dalam proses layanan BK sehingga fokus penelitiannya berada pada proses layanan BK yang melibatkan konselor dengan konseli.

Menurut Kemmis dan Mc Taggart ( Hidayat dan Badrujaman, 2011: 12), mengemukakan bahwa :

Penelitian Tindakan pada hakikatnya berupa perangkat-perangkat atau untaian-untaian dengan satu perangkat yang terdiri dari empat komponen, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Keempat komponen tersebut dipandang sebagai satu siklus pada Penelitian Tindakan. Dengan demikian pengertian siklus pada Penelitian Tindakan adalah suatu putaran kegiatan yang terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi.

Sejalan dengan pendapat di atas, PTBK yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peneliti dan kolaborator bersama-sama melakukan tindakan berupa peer counseling pada siswa kelas X untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Adapun langkah-langkah dalam penelitian tindakan yaitu:

#### 1. Perencanaan Tindakan

- a. Peneliti menentukan analisa kebutuhan sasaran yang akan diberikan konseling teman sebaya.
- b. Membuat satuan layanan kegiatan konseling teman sebaya.
- c. Menentukan teknik pemecahan masalah yang digunakan dalam konseling teman sebaya
- d. Membuat instrumen yang digunakan dalam siklus Penelitian Tindakan.
- e. Menyusun alat evaluasi pelaksanaan konseling teman sebaya.

#### 2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan konseling sebaya pada setiap siklus diadakan 2 kali pertemuan. Dengan konseling teman sebaya dapat membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Melalui layanan ini siswa tak hanya memahami topik yang dibahas, akan tetapi mereka juga dapat melaksanakan praktek dan mengambil keputusan dalam mencari solusi untuk masalah yang ada berdasarkan konseling teman sebaya.

#### 3. Observasi Kegiatan

- a. Observasi terhadap peneliti dalam pelaksanaan konseling teman sebaya
- b. Observasi terhadap siswa dalam pelaksanaan konseling teman sebaya

#### 4. Refleksi dan Tindak Lanjut

- a. Evaluasi bersama kolaborator
- b. Perbaiki siklus berikutnya.

Subjek penelitian dalam penelitian ini berjumlah 10 orang siswa yang diambil melalui teknik purposive sampling yaitu dengan beberapa pertimbangan tertentu terutama sesuai dengan karakteristik yang diinginkan. Sehingga dapat diberikan pelatihan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa-siswa yang lain. Adapun karakteristik subyek penelitiannya adalah (a) memiliki minat, kemauan, dan perhatian untuk membantu teman secara sukarela; (b) terbuka dan mampu berempati; (c) memiliki disiplin yang baik; (d) memiliki prestasi akademik tinggi atau minimal rerata; (e) memiliki *self regulated learning* atau pengelolaan diri yang baik; (f) memiliki kontrol diri dan akhlak yang baik; (g) mampu menjaga rahasia; (h) mampu bersosialisasi dan menjadi model yang baik bagi teman-temannya, (i) memiliki sikap negatif terhadap perilaku seks yang tidak sehat dengan kategori tinggi; dan (j) memahami norma sosial, hukum dan agama.

Teknik pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik komunikasi langsung dan teknik observasi langsung, dengan alat pengumpul data angket dan pedoman observasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis data kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif data angket digunakan perhitungan persentase.

**Tabel 1**  
**Tolok Ukur Kategori Persentase**

Persentase (%)	Kategori
75,01 - 100,00	Sangat baik
50,01 - 75,00	Baik
25,01 - 50,00	Cukup
00,00 - 25,00	Kurang

*Arikunto (2010: 235)*

Data kualitatif yaitu data yang memberikan informasi berbentuk kalimat yang memberikan gambaran tentang tingkat kecerdasan emosi siswa sebelum dan sesudah mendapatkan layanan *peer counseling*. Gambaran kecerdasan emosi diperoleh dari tingkat presentase yang didapat kemudian ditafsirkan dalam bentuk kategori. Data kualitatif ini juga digunakan untuk menganalisis hasil pengamatan selama proses pelaksanaan layanan *peer counseling*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

#### **Pemilihan calon *peer counseling***

Dalam kegiatan pemilihan ini, peneliti bekerjasama dengan guru BK dan guru bidang kesiswaan agar siswa yang terpilih untuk menjadi *peer counselor* sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan, yakni : (a) memiliki minat, kemauan, dan perhatian untuk membantu teman secara sukarela; (b) terbuka dan mampu berempati; (c) memiliki disiplin yang baik; (d) memiliki prestasi akademik tinggi atau minimal rerata; (e) memiliki *self regulated learning* atau pengelolaan diri yang baik; (f) memiliki kontrol diri dan akhlak yang baik; (g) mampu menjaga rahasia; (h) mampu bersosialisasi dan menjadi model yang baik bagi teman-temannya; (i) memiliki sikap negatif terhadap perilaku seks yang tidak sehat dengan kategori tinggi; dan (j) memahami norma sosial, hukum dan agama.

#### **Pelaksanaan Tindakan dan Hasil Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah: (1) untuk mengetahui pelaksanaan *peer counseling* untuk meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa SMA Negeri 10 Pontianak; (2) mengetahui kontribusi layanan *peer counseling* dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa SMA Negeri 10 Pontianak. Pendekatan yang digunakan adalah penelitian tindakan sesuai dengan prosedur, penelitian ini dilakukan dalam beberapa tahap yakni perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Keempat rangkaian tersebut dipandang sebagai satu siklus. Dalam pelaksanaan sesungguhnya ada 2 siklus yang dilakukan oleh peneliti dimana pada setiap siklus ada 2 kali pertemuan/tindakan. Untuk peningkatan kecerdasan emosional yang diungkap melalui skala psikologis datanya adalah sebagai berikut:

- a. Tingkat kecerdasan emosional calon *peer counselor* sebelum diberi layanan *peer counseling* adalah 124,6 masuk dalam kategori sedang, dengan persebaran 4 calon *peer counselor* yang masuk dalam kategori tinggi dan 6 calon *peer counselor* masuk dalam kategori sedang.
- b. Tingkat kecerdasan emosional calon *peer counselor* setelah diberi layanan *peer counseling* siklus 1 adalah 131,2 masuk dalam kategori sedang, dengan persebaran 5 calon *peer counselor* yang masuk dalam kategori tinggi dan 5 calon *peer counselor* masuk dalam kategori sedang.



- c. Tingkat kecerdasan emosional calon *peer counselor* setelah diberi layanan *peer counseling* siklus 2 adalah 139,2 masuk dalam kategori tinggi, dengan persebaran 9 calon *peer counselor* yang masuk dalam kategori tinggi, dan hanya 1 calon *peer counselor* yang masuk kategori sedang.
- d. Hasil uji hipotesis yang menunjukkan jumlah jenjang terkecil = 0 < dari T tabel = 8, sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

Data-data tersebut semakin dikuatkan dengan data hasil observasi pelaksanaan *peer counseling*. Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus 1 dan 2 dapat disimpulkan:

- a. Konselor telah melaksanakan perannya dengan baik, mampu bersikap terbuka, dan selalu memberikan stimulus/dorongan kepada calon *peer counselor* untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan.
- b. Teknik yang digunakan oleh konselor berupa permainan dan *life modeling* secara efektif mampu mengakomodasi nilai-nilai dari keterampilan berkomunikasi dan kecerdasan emosional.
- c. Kesukarelaan calon *peer counselor*, sikap terbuka dan mau belajar, saling menghormati diantara calon *peer counselor*, dan tidak adanya dominasi diantara salah satu calon *peer counselor*.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian dapat dirumuskan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebelum pelaksanaan *peer counseling* rata-rata tingkat kecerdasan emosional pada calon *peer counselor* adalah 124,6 dengan kategori sedang.
2. *Peer counseling* dilaksanakan dalam 2 siklus, dimana setiap siklusnya ada 2 kali pertemuan. Pelaksanaan *peer counseling* hanya dibatasi pada pelatihan calon *peer counselor*. Prosedur pelaksanaannya mengacu pada tahapan layanan bimbingan kelompok yang meliputi tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.
3. Tingkat kecerdasan emosional calon *peer counselor* setelah diberi tindakan (siklus 1 dan siklus 2) adalah 139,2 dengan kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa

peer counseling dapat meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa (calon *peer counselor*) di SMA Negeri 10 Pontianak.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Goleman, D. 2000. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Erlangga.
- Hidayat, D.R. 2012. *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Nawawi, H. 2007. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajahmada University Press.
- Tadjri, I. 2011. *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Unnes Press.
- Firman. 2005. *Delapan Kecerdasan Manusia*. Majalah Cakrawala 6 Januari 2005.
- Wangid, M.N. 2007. *Menuju Self-Regulated Konselor*. <http://bk-uny.ac.id>. (diunduh Desember 2012).
- Arikunto, S. 2007. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabrata, S. 2010. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suwarjo, 2008. *Konseling Teman Sebaya untuk Pengembangan Daya Lentur (Resilience) Remaja*. Makalah Disampaikan pada Seminar Pendidikan di UNY.
- Tindall, J.D. & Gray, H.D. 1985. *Peer Counseling: In-Depth Look At Training Peer Helpers*. Muncie: Accelerated Development Inc.
- Ubaydillah. 2004. *Selayang Pandang IQ, EQ dan SQ*. Makalah (disampaikan dalam Seminar Nasional FKIP UMS Solo). Solo: FKIP UMS.