

Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Terhadap Peningkatan Kematangan Emosional pada Siswa SMAS YKPP Dumai

Nur Fiza¹ Tri Umari² Donal³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia^{1,2,3}

Email: nur.fiza.4665@student.unri.ac.id ¹ tri.umari@lecturer.unri.ac.id²

Abstrak

Kematangan emosional memainkan peran penting dalam kehidupan, maka penting diketahui bagaimana perkembangan dan pengaruh emosional terhadap penyesuaian pribadi dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kematangan emosional siswa SMAS YKPP Dumai. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen. Subjek penelitian ini dipilih secara *purposive sampling*, sampel diambil sebanyak 8 siswa yang memiliki kematangan emosional rendah. Metode pengumpulan data dilakukan dengan angket. Sedangkan teknik analisis data menggunakan uji analisis statistik *non parametric* uji *wilcoxon* dan *n gain ternormalisasi*. Hasil penelitian menunjukkan nilai *Asymp sig (2-tailed)* sebesar $0,012 < \alpha (0,05)$ yaitu adanya pengaruh antara bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kematangan emosional siswa. Hasil penelitian terdapat perbedaan hasil skor siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Dimana setelah diberikan *treatment* 86% siswa berada dalam kategori kematangan emosional tinggi dan 14% di kategori sedang.

Kata Kunci: Kematangan Emosional, Bimbingan Kelompok, *Role Playing*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Kematangan emosional memainkan peran yang sedemikian penting dalam kehidupan, maka penting untuk diketahui bagaimana perkembangan dan pengaruh emosional terhadap penyesuaian pribadi dan sosial. Masa remaja dianggap sebagai periode tersulit dan penuh tekanan, suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan sosial. Meningginya emosi pada masa remaja dikarenakan anak laki-laki dan perempuan berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru. Sedangkan selama masa kanak-kanak ia kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan-keadaan itu, biasanya remaja yang berusia sekitar 14 tahun sering kali mudah marah, mudah tersinggung dan emosinya cenderung mudah meledak tidak mampu mengontrol ataupun mengendalikan emosinya (Hurlock, 1980:213). Pada masa remaja awal yang dimulai dari usia 12-15 tahun dan masa remaja madya 15-18 tahun di masa ini perkembangan emosi remaja menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial, emosinya bersifat negatif dan temperamental seperti mudah tersinggung, marah, dan mudah sedih atau murung (Syamsu Yusuf, 2011:184). Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, dan emosional. Umumnya, masa ini berlangsung sekitar usia 13-18 tahun yaitu masa anak duduk di bangku sekolah menengah. Masa ini dirasakan sebagai masa sulit, baik bagi remaja sendiri ataupun bagi keluarga atau lingkungan, Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna (Ali & Asrori, 2012:67).

Anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosional bila pada akhir masa remaja tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain melainkan

menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya. Petunjuk kematangan emosional yang lain adalah bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang tidak matang, dengan demikian remaja mengabaikan banyak rangsangan yang terjadi. Akhirnya, remaja yang emosinya matang memberikan reaksi yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke hati yang lain (Hurlock, 1980:213). Sejumlah studi tentang emosi anak telah menyatakan bahwa perkembangan emosi mereka bergantung pada faktor kematangan (*maturation*) dan faktor belajar. Reaksi emosional yang tidak muncul pada masa awal remaja tidak berarti tidak ada pergolakan emosionalitas. Reaksi emosional itu mungkin akan muncul di kemudian hari (Hurlock, 1980:213).

Remaja yang matang lebih awal, yang diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik. Remaja yang matang terlambat, yang diperlakukan seperti anak-anak, merasa salah dimengerti dan senasib kurang baik sehingga cenderung berperilaku kurang dapat menyesuaikan diri (Hurlock, 1980:235). Berdasarkan informasi dari guru Bimbingan dan Konseling di SMAS YKPP Dumai. Beliau mengatakan bahwa peserta didik di SMAS YKPP Dumai masih banyak yang belum mampu mencapai tingkat kematangan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Dari hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling diketahui bahwa siswa kelas XII Mipa 1 adalah siswa yang memiliki tingkat kematangan emosional rendah ditandai dengan perilaku sering membolos saat jam pelajaran, tidak mendengarkan pendapat orang lain, tidak dapat menerima perbedaan dalam lingkungan, dan masih sulit mengontrol emosi. Hal ini didukung oleh fenomena mengenai rendahnya kematangan emosional remaja di Indonesia masih banyak ditemukan. Pertama, seorang siswi kelas VII loncat dari lantai 3 gedung sekolah di SMPN 147 Ciracas, Jakarta (www.detiknews.com, 2020). Kedua, pelajar laki-laki tingkat SMA asal Kecamatan Bonang, Demak, Jawa Tengah, berinisial HA (16) mengakhiri hidupnya dengan gantung diri diduga karena chat tak dibalas seseorang (www.detiknews.com,/12023). Ketiga, siswi sekolah menengah atas (SMA) inisial FV (15) di Kecamatan Srengat, Kabupaten Blitar, Jawa Timur meninggal dunia diduga karena bunuh diri/1(www.cnnindonesia.com, 2021). Keempat, seorang remaja laki-laki berinisial AP (18) warga Kecamatan Ngunut, Kabupaten Tulungagung ditemukan dalam keadaan tewas tergantung di rumahnya, AP diduga nekat mengakhiri hidup gara-gara putus cinta (www.sindonews, 2022).

Berdasarkan fenomena di atas masih banyak terjadi permasalahan rendahnya tingkat kematangan emosional remaja berupa gejala-gejala tekanan perasaan ataupun depresi. Maka peran guru bimbingan konseling sangat penting dalam membimbing siswa untuk meningkatkan kematangan emosinya. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang sesuai untuk mengatasi masalah tentang kematangan emosi siswa yaitu kegiatan layanan bimbingan kelompok (Nurihsan, 2006:24). Menurut Mulyadi (2016:295) bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan. Hal ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Suryani & Sutoyo (2021) pada penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik terhadap penyesuaian diri santri. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan tingkat sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik yaitu mengalami peningkatan rata-rata sebesar 9% dari hasil awal pretest 56% menjadi 65% saat posttest. Selanjutnya, Anggara (2018) hasil penelitian menunjukkan bahwa

bimbingan kelompok berpengaruh dalam meningkatkan kematangan emosional siswa. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa untuk meningkatkan kematangan emosional siswa dapat dilakukan oleh guru BK melalui bermacam bentuk kegiatan salah satunya melalui kegiatan bimbingan kelompok. Adapun yang menjadi tujuan utama pada penelitian ini yaitu: Untuk mengetahui seperti apa tingkat kematangan emosional kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Untuk mengetahui perbedaan antara kematangan emosional kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok terhadap peningkatan kematangan emosional kelompok eksperimen dengan teknik *role playing*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Metode penelitian eksperimen adalah salah satu metode yang digunakan terutama apabila peneliti ingin melakukan percobaan untuk mencari pengaruh variabel independen/*treatment*/perlakuan tertentu terhadap variabel dependen/hasil/output dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2020:127). Jadi dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen ini adalah salah satu jenis metode penelitian yang mana peneliti bisa mengetahui apakah variabel satu dengan yang lain berpengaruh atau bisa dikenal dengan variabel X berpengaruh terhadap variabel Y. Dalam penelitian ini yang menjadi pengaruh atau variabel X adalah bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dan variabel Y atau variabel yang dipengaruhi adalah kematangan emosional siswa. Desain penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Design* dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini digunakan karena terdapat adanya *Pretest* yaitu sebelum diberikannya layanan atau *treatment*, hasil *treatment* dapat dilihat lebih akurat karena dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikannya *treatment*. Berikut langkah-langkah pemberian *treatment* sebagai berikut:

Tabel 1. Langkah-Langkah Pemberian Treatment

Pertemuan	Hari/ Tanggal	Kegiatan	Lokasi	Waktu
1	30 November 2023	Pengisian Angket (<i>Pretest</i>)	Ruang kelas XI	30 Menit
2	7 Desember 2023	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok "Kematangan Emosional"	Ruang Bk	45 Menit
3	14 Desember 2023	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Kemandirian"	Ruang BK	45 Menit
4	21 Desember 2023	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Kemampuan Menerima Kenyataan"	Ruang BK	45 Menit
5	11 Januari 2024	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Kemampuan Beradaptasi"	Ruang BK	45 Menit
6	18 Januari 2024	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Merespon Dengan Tepat"	Ruang BK	45 Menit
7	25 Januari 2024	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Memiliki Kapasitas Seimbang"	Ruang BK	45 Menit
8	1 Februari 2024	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Kemampuan Berempati"	Ruang BK	45 Menit

9	15 Februari 2024	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Role Playing</i> "Kemampuan Menguasai Amarah"	Ruang BK	45 Menit
10	22 Februari 2024	Pengisian Angket (<i>posttest</i>)	Ruang BK	30 Menit

Penelitian ini dilaksanakan di SMAS YKPP Dumai, yang beralamat di JL. Cilacap, Kecamatan Dumai Selatan, Kabupaten Dumai, Riau. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2023 sampai 20 Mei 2024. Menurut Sugiyono (2020) populasi adalah wilayah generalisasi, terdiri dari objek/subyek yang memiliki kualitas dan sifat tertentu yang telah dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan mendapatkan kesimpulan. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X1 Mipa 1 yang memiliki tingkat kematangan emosional rendah. Teknik yang digunakan untuk menentukan subjek penelitian adalah metode purposive sampling yaitu Teknik penentuan sampel atau sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2020:152). Adapun yang menjadi kriteria pemilihan subjek penelitian ini adalah:

1. Peneliti akan mencari subjek penelitian yang terindikasi memiliki nilai kematangan emosional rendah dan sedang berdasarkan pertimbangan bersama guru BK.
2. Peneliti memberikan *pretest* untuk melihat nilai kematangan emosional di kelas yang disarankan guru BK.
3. Didapatkan siswa yang mempunyai kecenderungan nilai kematangan emosional yang rendah dan sedang.
4. Didapatkan subjek penelitian yang memiliki kecenderungan nilai kematangan emosional rendah dan sedang untuk dapat diberikan treatment berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala sangat efisien digunakan karena dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden agar dapat dijawab. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala kematangan emosional yang akan dibagikan sebelum mencari sumber data yang diinginkan. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner. Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan kepada responden baik terbuka maupun tertutup (Sugiyono, 2020:229). Adapun kisi-kisi instrument kematangan emosional siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrument Kematangan Emosional

Variabel	Indikator	Sub Indikator			Total
			+	-	
Kematangan Emosional	Kemandirian	- Mampu memutuskan yang dikehendaki	1,2	-	2
		- Mampu mempertanggungjawabkan Keputusan yang diambil	3,4	-	2
	Kemampuan menerima kenyataan	- Mampu menerima kenyataan bahwa apa yang orang lain miliki tidak sama dengan apa yang kita miliki	5,6		2
		- Mampu memahami sebuah perbedaan	7,8	-	2
	Kemampuan beradaptasi	- Mampu mengatasi segala kendala yang dialami serta mampu bertoleransi dengan cepat terhadap segala macam situasi ataupun permasalahan	9,10,11,12,13	-	5

		yang dirasakan			
	Kemampuan merespon dengan tepat	- Memiliki kepekaan dalam menghadapi situasi yang dialami terhadap kebutuhan emosi orang lain	14,15,16	-	3
	Memiliki kapasitas untuk seimbang	- Mampu menempatkan posisi pada diri orang lain	17	-	1
		- Mampu memahami, merasakan dan menghargai pendapat orang lain	18,19	-	2
	Kemampuan berempati	- Mampu menempatkan posisi pada diri orang lain serta mampu memahami, merasakan dan menghargai pendapat orang lain	20,21,22,23,24	-	5
	Kemampuan menguasai amarah	- Mampu mengendalikan dan mengolah rasa amarah kedalam bentuk positif	25,26,27,28,29	-	5

Sumber: Katvosky dan Gorlow (1976:312)

Instrument penelitian adalah alat bantu yang bertujuan untuk mengukur fenomena alam ataupun sosial yang secara spesifik disebut variabel penelitian. Dalam penyusunan instrument penelitian ini digunakan pembatasan materi yang mengacu pada aspek-aspek komunikasi interpersonal dengan menggunakan skala likert. Pada skala likert, jawaban yang digunakan yaitu: Selalu, Sering, Kadang-Kadang, dan Tidak Pernah (Sugiyono, 2020:165). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Skoring

No	Pilihan Jawaban	Pernyataan Favourable (Positif)	Pernyataan Unfavorable (Negatif)
1	Selalu	4	1
2	Sering	3	2
3	Kadang-kadang	2	3
4	Tidak pernah	1	4

Sumber: Sugiyono (2020:165)

Uji Validitas

Uji validitas merupakan keadaan yang menggambarkan apakah instrument yang kita gunakan mampu mengukur apa yang akan kita ukur (Suharmanto, 2022:17). Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah item-item yang terdapat dalam kuisioner mampu mengungkapkan dengan pasti apa yang diteliti. Dalam Upaya menjadikan angket patut dan layak untuk digunakan maka dilakukanlah uji validitas dengan bantuan aplikasi SPSS Versi 26 menggunakan Teknik correlation item-total corellation dengan menguji perbandingan antara r-hitung dengan r-tabel dengan taraf signifikan 5%. Adapun jumlah responden untuk uji validitas adalah 30 siswa. Data yang telah didapatkan akan diuji validitasnya dengan mencari nilai r tabel yaitu nilai N = 30 adalah 0,361. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 29 item pernyataan, yang dinyatakan valid berjumlah 26 dan pernyataan tidak valid berjumlah 3 item. Pernyataan dinyatakan valid apabila r hitung > r tabel. Nilai r hitung diperoleh dari perhitungan bantuan aplikasi SPSS Versi 26.

Uji Realibilitas

Realibelitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Suharmanto, 2022:21). Sedangkan menurut Sugiyono

(2020:202) reabilitas adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Untuk mengetahui reliabilitas sebuah instrument selanjutnya akan dilihat berdasarkan nilai Cronbach-alpha dengan menggunakan program SPSS Versi 26. Menurut Ghazali (2018:46) *instrument* yang digunakan dikatakan realibel apabila jawaban responden pada tiap pernyataan memiliki konsistensi atau stabil, dengan nilai *cronbach-alpha* (α) > 0,70 berarti realibel. Apabila nilai *Cronbach-alpha* (α) < 0,70 berarti tidak realibel. Setelah dilakukannya uji realibel didapatkan bahwa variabel penelitian dari jumlah pernyataan item sebanyak 29 dan nilai *cronbach-alpha* sebesar 0.934 sehingga dapat dinyatakan *reliable* dikarenakan nilai seluruh item pertanyaan > 0,70. Berdasarkan keputusan uji reliabilitas, maka dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian tersebut reliabel.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2020:236).

1. Analisis Statistik Deskriptif, Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2020:236). Kategori yang digunakan pada penelitian ini yaitu "Rendah", "Sedang", "Tinggi".

Tabel 4. Klasifikasi Skor Kematangan Emosional Siswa

No	Rentang Skor	Kategori Kematangan Emosional
1	80-106	Tinggi
2	53-79	Sedang
3	26-52	Rendah

Sumber: Suharyadi dan Purwanto (2015:33)

Uji Hipotesis

Uji Wilcoxon

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon, yaitu untuk menguji hipotesis komperatif dua sampel berpasangan bila datanya berbentuk ordinal (Sugiyono, 2019). Dua sampel yang berhubungan yaitu sampel sebelum memperoleh perlakuan dan sampel setelah memperoleh perlakuan, kedua sampel hanya berada pada dua keadaan yang berbeda. Uji *Wilcoxon* dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS (*Statistica Program Society Science*) 26 for windows.

Uji N-Gain Ternormalisasi

Uji N-gain ternormalisasi digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kematangan emosional siswa dengan menggunakan rumus berikut :

$$N\text{-gain} = \frac{\text{Skor Posttest} - \text{Skor}}{\text{Skor Ideal} - \text{Skor Pretest}}$$

Tabel 5. Kategori N-Gain Score

Nilai <i>N-gain</i>	Kategori
$0,70 \leq g \leq 100$	Tinggi
$0,3 \leq g \leq 0,7$	Sedang
$0,00 < g < 0,3$	Rendah
$g = 0,00$	Tidak Terjadi Peningkatan
$-1,00 \leq g \leq 0,00$	Terjadi Penurunan

Tabel 6. Kategori Tafsiran Efektivitas N-Gain

Kategori Tafsiran Efektivitas <i>N-Gain</i>		
No	Persentase	Tafsiran
1	< 40	Tidak Efektif
2	40-55	Kurang Efektif
3	56-75	Cukup Efektif
4	> 76	Efektif

Sumber: Sukarelawan *et al* (2024:11)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kematangan emosional adalah satu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, dan karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak. Istilah kematangan atau kedewasaan emosional seringkali membawa implikasi adanya kontrol emosional. Bagian terbesar orang dewasa mengalami pula emosi yang sama dengan anak-anak, namun mereka mampu menekan atau mengontrolnya lebih baik, khususnya di tengah-tengah situasi sosial (Chaplin, 2002:213). Berdasarkan hasil analisis data, didapatkan bahwa tingkat kematangan emosional siswa kelas XI mipa 2 SMAS YKPP Dumai sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing masih rendah. Menurut Wahyuningtyas (2017) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosional remaja yang pertama adalah pola asuh orang tua yaitu bagaimana cara orang tua dalam mendidik dan berinteraksi dengan keluarga akan sangat berpengaruh pada perilaku remaja. Faktor kedua adalah lingkungan yaitu tempat dimana remaja dapat berinteraksi dengan orang lain seperti sekolah dan lingkungan tempat tinggal, dari pengalaman berinteraksi dengan lingkungan akan membentuk perilaku remaja. Faktor ketiga adalah diri sendiri yaitu bagaimana remaja dapat berfikir dan berperilaku sesuai dengan usianya. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Astuti (2000) yang menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosional seseorang yaitu pola asuh orang tua, pengalaman traumatis, tempramen, usia, dan jenis kelamin.

Dengan demikian rendah atau tingginya kematangan emosional siswa tergantung dari beberapa faktor yang telah di jelaskan di atas mulai dari pola asuh orang tua, lingkungan tempat tinggal, usia, diri sendiri, dan sebagainya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kematangan emosional seseorang adalah melalui bimbingan kelompok dengan teknik role playing. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kristiyani (2020) penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing dapat meningkatkan kematangan emosional siswa. Siswa dengan kematangan emosional yang rendah menunjukkan adanya kegagalan dalam mencapai keadaan emosi yang sehat, baik secara intrafisik ataupun interpersonal. Adanya kegagalan dalam kematangan emosional yang rendah dapat dicirikan dengan sikap siswa yaitu tidak dapat melakukan kontrol diri, pemahaman individu yang rendah, dan tidak dapat menggunakan kemampuan kritis mental. Hal ini didukung oleh pendapat Nurihsan (2006:24) menyatakan bahwa aktivitas layanan bimbingan kelompok pada umumnya menggunakan prinsip dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan diskusi, sosiodrama, bermain peran, simulasi dan lain sebagainya. Bimbingan kelompok lebih efektif

digunakan karena selain peran individu lebih aktif, juga memungkinkan terjadinya pertukaran pemikiran, pengalaman, rencana, dan penyelesaian masalah bagi siswa.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan kematangan emosional siswa antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Dapat dilihat pada tabel 2 bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terdapat 8 orang siswa yang berada pada tingkat kematangan emosional dengan kategori rendah. Setelah diberikan *treatment* mengalami peningkatan menjadi 7 orang siswa berada pada kategori tinggi dan 1 orang siswa berada pada kategori sedang. Hal ini berarti pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat meningkatkan kematangan emosional pada siswa. Dari hasil uji hipotesis yaitu uji *wilcoxon* dapat dilihat bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah 0,012 maka dengan mengikuti dasar pengambilan keputusan berupa $0,012 < 0,05$ bermakna bahwa hipotesis diterima. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan tingkat kematangan emosional sebelum dengan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dari hasil proses dan analisis peneliti setiap pertemuan terhadap siswa pelaksanaan bimbingan kelompok dapat berjalan baik dan berhasil menerapkan metode bermain peran dimana ditunjukkan dengan adanya sikap siswa mulai antusias dan penuh semangat dengan peran yang telah ditentukan dan siswa sudah bisa mengendalikan emosi mereka untuk sabar menunggu giliran serta mereka merasa senang karena bisa bergerak bebas, mengeluarkan pendapat dan lucu saat mereka berperan atau melihat temannya yang sedang berperan jadi siswa tidak merasa bosan dalam belajar dengan menggunakan metode bermain peran (*role playing*). Hal ini didukung oleh pendapat Hartanti (2022:47) yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok yang baik dan berhasil adalah apabila dalam kelompok tersebut diwarnai dengan rasa antusias dan semangat yang tinggi, hubungan yang harmonis serta kerja sama yang erat. Kelompok seperti itu hanya akan terwujud apabila anggota pada kelompok tersebut mempunyai sikap tolerir saling menghormati, setia pada kelompok dan mau berkorban untuk kelompok.

Dapat disimpulkan dari hasil di atas bahwa metode bermain peran membuat siswa merasa senang, gembira, dan tidak merasa bosan ketika mengikuti kegiatan “bermain peran” selain itu juga pada saat memainkan peran, siswa merasa berada dalam kehidupan yang sebenarnya, hal ini dapat menginformasikan bahwa dengan kegiatan bermain peran, siswa dapat menghayati peran yang mereka mainkan, artinya kegiatan ini memberi kesan dan makna yang positif dalam kehidupan anak. Berdasarkan hasil perhitungan *N-Gain Ternormalisasi* yang diadopsi dari Sukarelawan et al (2024:11) rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen memperoleh rata-rata $50,00 < 88,75$ maka terdapat peningkatan karena hasil *posttest* lebih besar daripada hasil *pretest* yang diperoleh sebelum diberikan *treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Pada tabel 4.6 diperoleh hasil data *N-Gain Score* sebesar 0,77 yang artinya besar pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kematangan emosional berada pada kategori tinggi yaitu dimana nilai *N-Gain* berada pada interval $0,70 \leq g \leq 100$. Sedangkan hasil perhitungan *N-Gain Score (%)* berada di kategori efektif sebesar 77,42 pada interval > 76 . Artinya, bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* efektif digunakan dalam meningkatkan kematangan emosional siswa.

Hal ini didukung oleh pendapat Heidemens (2009) menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat meningkatkan kematangan emosional siswa. Melalui teknik *role playing* ini, jika siswa mampu melakukan peran sesuai dengan skenario dan peran yang siswa lakukan secara sungguh-sungguh, maka siswa juga dapat melakukan peran yang sama pula dalam kehidupan yang nyata, dengan demikian siswa dapat memahami dan mengetahui bagaimana cara mengontrol emosi mereka saat mereka berada

dalam lingkungan pergaulan. Selain itu *role playing* juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk menuangkan ekspresi dan perasaan secara lebih tepat dan benar sebelum siswa dihadapkan pada kondisi nyata. Siswa matang secara emosional cenderung menunjukkan ciri-ciri yaitu dapat mengontrol ekspresi emosinya, terlihat dari tingkah laku perubahan siswa dalam menerima dan mengeluarkan pendapat dari temanya yang dari awal belum bisa mengekspresikan emosi sehingga mampu mengekspresikan emosinya di dalam melakukan bimbingan kelompok. Setiap anggota kelompok memahami bahwa pengontrolan diri dan emosi itu sangat dibutuhkan dalam kehidupan bersosial karena mereka sadar bahwa manusia itu adalah makhluk sosial dan membutuhkan orang lain. Mereka memahami bahwa kita tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. Dan juga peningkatan emosi siswa dalam mengendalikan emosinya karena materi layanan dengan teknik *role playing* yang disampaikan sejalan dengan kriteria yang mampu membuat siswa untuk merubah sikap dan pengontrolan diri dan emosinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marsita Dina (2018) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada penerapan teknik *role playing* terhadap peningkatan kematangan emosional siswa. Kemudian juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lubis *et al* (2018) yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan kematangan emosional pada siswa.

KESIMPULAN

Atas dasar hasil dan pembahasan sebelumnya, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* Sebagian besar subjek berada pada tingkat kematangan emosional kategori rendah dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* sudah berada pada tingkat kematangan emosional kategori tinggi dan sedang. Kematangan emosional siswa mengalami peningkatan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* berpengaruh terhadap peningkatan kematangan emosional siswa.

Rekomendasi: Bagi guru BK hendaknya dapat memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dalam membantu siswa meningkatkan kematangan emosional siswa atau masalah lainnya. Kepada seluruh siswa diharapkan dapat memiliki tingkat kematangan emosional dengan mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kematangan emosional. Kepada peneliti selanjutnya, agar bervairasi memberikan teknik ataupun *treatment* lainnya untuk meningkatkan kematangan emosional siswa serta dapat menambahkan kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali dan Asrori. (2012). Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Astuti. (2000). Psikologi Perkembangan pada Remaja Awal. Yogyakarta: Torrent Books.
- Chaplin. (2002). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: Raja Grafindo.
- Ghozali. (2018). Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 Edisi 9. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hartanti. (2022). Bimbingan kelompok. Surabaya: Universitas PGRI Adi Buana.
- Hurlock. (1980). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi 5. Surabaya: Erlangga.
- Kristiani. (2020). Pengaruh Empati Dan Regulasi Emosi Terhadap Agresivitas Pada Anak Usia Dini. Eprints.Uny.Ac.Id, 1-2. https://eprints.uny.ac.id/70463/1/fulltext_anggun_aktavia_kristiani_16717251016.pdf

- Lubis, A., Elita, Y., & Afriyati, V. (2018). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Siswa Sma Di Kota Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 43–51. <https://doi.org/10.33369/consilia.1.1.43-51>
- Marsita, D. (2018). Pengaruh Metode Bermain Peran (*Role Playing*) Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini Di Tk Rasyidul Jannah Bandar Lampung. In Skripsi. <http://repository.radenintan.ac.id/4435/1/SKRIPSI.pdf>
- Mulyadi. (2016). Bimbingan Konseling Di Sekolah & Madrasah. Jakarta: Kencana.
- Nurihsan. (2006). Bimbingan & Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan. Bandung: Refika Aditama.
- Sugiyoni. (2019). Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R & D dan Penelitian Pendidikan). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Kombinasi (Mixed Methods). Yogyakarta: Alfabeta.
- Suharmanto. (2022). Validitas & Realibilitas Instrumen Penelitian. Bandar Lampung: Suluh Media.
- Sukarelawan *et al.* (2024). N-Gain VS Stacking Analisis Perubahan Abilitas Peserta Didik dalam Desain One Goup Pretest-Poesttest. Yogyakarta: Suryacahaya.
- Suryadi dan Purwanto. (2015). Statistika Untuk Ekonomi Dan Keuangan Modern (Edisi 3). Jakarta: Salemba Empat.
- Suryani, D., & Sutoyo, A. (2021). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Simbolik Terhadap Penyesuaian Diri Santri. *Jurnal Al-Taujih : Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 7(1), 51–57. <https://doi.org/10.15548/atj.v7i1.3087>
- Syamsu, Y. (2011). Teori Kepribadian. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wahyuningtyas, D. M. B. (2017). Peningkatan Kematangan Emosional Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Remaja PPA IO-935 “Air Hidup” Surakarta (Doctoral dissertation, Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP-UKSW).