

Nomor: 131/BK/07/S/2024

**RANCANGAN BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS MEDIA BK
UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL REMAJA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan dalam bidang studi Bimbingan dan Konseling



oleh

Nur Anbiya Muharani

2007461

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024**

RANCANGAN BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS MEDIA BK
UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL REMAJA

oleh

Nur Anbiya Muharani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu
Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia

©Nur Anbiya Muharani

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

**Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan
dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis**

LEMBAR PENGESAHAN

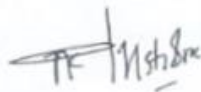
NUR ANBIYA MUHARANI

NIM. 2007461

RANCANGAN BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS MEDIA BK UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL REMAJA

Disetujui dan disahkan Oleh:

Pembimbing I,



Dra. R. Tati Kustiawati, M.Pd

NIP. 196205191986032002

Pembimbing II,



Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd

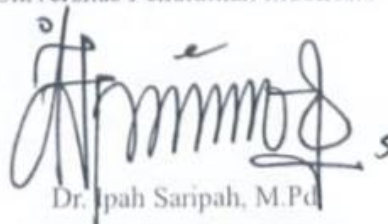
NIP. 920171219900414201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd

NIP. 197710142001122001

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Rancangan Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Remaja” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keadlian karya saya ini.

Bandung, Mei 2024

Penulis

Nur Anbiya Muharani

NIM. 2007461

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang telah memberikan nikmat, rahmat, dan karunia-Nya kepada penulis hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Rancangan Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional” yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dari program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.

Skripsi ini disusun berdasarkan Pedoman Karya Tulis Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia 2021 yang terdiri dari lima bab. Bab I sebagai pendahuluan terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian. Bab II merupakan kajian pustaka yang membahas mengenai teori kecerdasan emosional, masa perkembangan remaja, dan layanan bimbingan kelompok berbasis media BK. Bab III merupakan metode penelitian yang memuat pembahasan mengenai desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, strategi pengumpulan data, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. Bab IV merupakan temuan dan pembahasan mengenai hasil penelitian yang dibahas berdasarkan empat dimensi kecerdasan emosional. Terakhir, Bab V merupakan simpulan dan rekomendasi penelitian

Terdapat banyak hambatan dan kekurangan dari hasil penelitian skripsi ini, namun dengan masukan dan dukungan dari berbagai pihak *alhamdulillah* peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Rancangan bimbingan kelompok yang telah dibuat dalam penelitian ini harapannya dapat dimanfaatkan oleh berbagai pihak dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di berbagai *setting* baik di sekolah, asrama, dan lembaga lainnya.

Bandung, Mei 2023

Penulis

Nur Anbiya Muharani

2007461

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillahairabbil'alamin

Dengan menyebut nama Allah Swt, izinkan penulis untuk bersyukur atas segala nikmat dan kemudahan yang diberikan oleh Allah Swt sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan proses akademik dengan gelar sarjana bimbingan dan konseling. Penulis haturkan terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah memberikan segala bantuannya untuk mempermudah penyelesaian skripsi yang dibuat penulis. Oleh karena itu, izinkan penulis untuk mengucapkan terima kasih terkhusus kepada:

1. Ibu Dra. R. Tati Kustiawati, M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing 1 dan Dosen Wali Akademik yang telah memberikan waktu, tenaga, dan ilmunya untuk membimbing dan memberikan arahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Ibu Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing II yang telah memberikan waktu, tenaga, ilmu, serta motivasi yang tidak henti-hentinya sehingga penulis bersemangat untuk segera menyelesaikan studinya dengan menyusun skripsi yang baik dengan bimbingan dan arahan yang telah diberikan.
3. Dr. Dr. Ipah Saripah, M.Pd sebagai ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memudahkan segala birokrasi bagi penulis.
4. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu dan semangatnya kepada penulis.
5. Bapak Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd. yang telah meluangkan waktunya untuk meninjau ulang hasil uji validitas dan reliabilitas penelitian yang dilakukan peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Seluruh staf Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberi semangat dan memudahkan segala urusan peneliti dalam hal administrasi.
7. Kedua orang tua, ayahanda Endang Kristiana dan ibunda Yeti Supriati yang telah mendidik, membimbing, dan memberikan banyak dukungan moril dan materil, serta setiap doa-doa yang disampaikan secara langsung maupun tidak kepada

penulis. Kemudian, terima kasih kepada adik-adik (Jiwana, Faras, dan Radien) sudah menjadi kekuatan bagi penulis. Tidak ada satupun usaha penulis tanpa dukungan keluarga, semoga dengan penulis menyelesaikan studinya akan memberikan kebahagiaan dan keberkahan lain untuk kehidupan orang tua.

8. Pihak asrama Filiz Yamza yang sudah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian. Secara khusus, terima kasih kepada Kak Mutia selaku direktur asrama, kemudian Kak Maya, Kak Suci, Kak Miftah, Kak Anggun, Kak Fira, Kak Putri, dan Kak Amel yang sudah memudahkan segala proses penelitian di asrama Filiz. Selain itu, terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada seluruh remaja di asrama Filiz atas bantuannya menjadi partisipan penelitian ini.
9. Rekan seperjuangan BK 2020 yang selalu memberi bantuan, dukungan, dan semangat bagi penulsi selama proses penyusunan skripsi ini.
10. Rekan-rekan Griya Aksara Bandung dan Yayasan Lumina yang telah memberikan semangat, dukungan, dan bantuan yang tanpa henti-hentinya diberikan bagi peneliti. Secara khusus penulis ucapkan terima kasih kepada Wulan Abla, Nofi Abla, Aminah Abla, Kak Vani, Erlina, Mutia, Raya, Eisha, dan rekan lainnya yang telah memberikan motivasi, bantuan, dan kemudahan dalam proses penyusunan skripsi ini hingga selesai.

Dengan kerendahan hati penulis ucapkan terima kasih banyak kepada seluruh pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga kebaikan yang telah diberikan menjadi amal baik dan mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah Swt. *Jazakumullahukahirankatsiiran.*

Bandung, Mei 2024

Penulis

Nur Anbiya Muharani

NIM. 2007461

ABSTRAK

Nur Anbiya Muharani (2007461). Rancangan Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Remaja

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosi dengan inteligensi, menjaga keselarasan emosi, dan mampu mengungkapkannya melalui kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui data empiris kecerdasan emosional remaja di asrama Filiz dan rancangan layanan bimbingan kelompok berbasis media BK yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional remaja di asrama Filiz. Kecerdasan emosional ini penting bagi remaja untuk lebih memahami kesadaran dirinya terhadap emosi diri sendiri, kemampuan mengelola atau mengatur diri, kemampuan untuk melakukan yang terbaik bagi diri, memahami orang lain dengan baik, serta mampu menjaga hubungan sosial yang baik. Hasil penelitian ini adalah rancangan layanan bimbingan kelompok berbasis media BK yang dapat digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Beragam media yang dapat digunakan adalah *The Emotion Puppet*, *“Hand Palm Sign”*, *“Massages to The Other Using Talking Chips”*, dan *“The Clover of Success”*. Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan beberapa data pendukung penelitian kualitatif (wawancara dan observasi). Penelitian ini menggunakan teknik sampling *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling* dan sampel penelitiannya merupakan remaja yang tinggal di asrama Filiz. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional remaja di asrama Filiz berada pada kategori *competent* yang berarti bahwa remaja memiliki keterampilan yang cukup untuk memahami dan mengekspresikan emosi, menggunakan emosi untuk mengarahkan pikiran, mampu memanfaatkan perubahan suasana hati, serta cukup mampu untuk memahami dan menggunakan pengetahuan emosi.

Kata kunci: Kecerdasan emosional, remaja, bimbingan kelompok

ABSTRACT**Nur Anbiya Muharani (2007461). *BK Media-Based Group Guidance Design to Improve Adolescents' Emotional Intelligence***

Emotional intelligence is an individual's ability to manage emotions with intelligence, maintain emotional harmony, and be able to express them through self-awareness, self-control, self-motivation, empathy, and social skills. The purpose of this research is to find out empirical data on the emotional intelligence of adolescents in the Filiz dormitory and the design of BK media-based group guidance services that can improve the emotional intelligence of adolescents in the Filiz dormitory. Emotional intelligence is important for adolescents to better understand their awareness of their own emotions, the ability to manage or regulate themselves, the ability to do what is best for themselves, understand others well, and be able to maintain good social relationships. The result of this research is a group guidance service design based on BK media that can be used to improve emotional intelligence. The various media that can be used are "The Emotion Puppet", "Hand Palm Sign", "Massages to The Other Using Talking Chips", and "The Clover of Success". This research design is quantitative with some qualitative research supporting data (interviews and observations). This study used a non-probability sampling technique, namely purposive sampling and the research sample was adolescents living in the Filiz dormitory. The results showed that the emotional intelligence of adolescents in Filiz dormitory is in the competent category, which means that adolescents have sufficient skills to understand and express emotions, use emotions to direct thoughts, are able to take advantage of mood swings, and are quite capable of understanding and using emotional knowledge.

Keywords: *Emotional intelligence, adolescents, group guidance*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DIAGRAM	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2. Rumusan Masalah Penelitian	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.4. Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1. Manfaat Teoritis	9
1.4.2. Manfaat Praktis	9
1.5. Struktur Organisasi Skripsi.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
2.1. Kecerdasan Emosional	11
2.1.1. Sejarah Kecerdasan Emosional	11
2.1.2. Konsep Kecerdasan Emosional.....	11
2.1.3. Dimensi Kecerdasan Emosional	13
2.1.4. Fungsi Kecerdasan Emosional	17
2.1.5. Faktor yang Mempengaruhi	18
2.2. Remaja.....	19
2.2.1. Definisi Remaja.....	19
2.2.2. Karakteristik Remaja.....	20
2.2.3. Gejala Remaja dalam Menghadapi Emosi	21
2.3. Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK.....	22
2.3.1. Layanan Bimbingan Kelompok	22
2.3.2. Syarat Bimbingan Kelompok.....	24
2.3.3. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok	25
2.3.4. Media Bimbingan Konseling	26
2.3.5. Jenis-Jenis Media BK.....	27

2.4. Peran Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional	29
2.5. Peran Pembina Asrama dalam Melaksanakan Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK	30
2.6. Penelitian Terdahulu	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
3.1. Desain Penelitian	34
3.2. Partisipan	34
3.3. Populasi dan Sampel.....	35
3.4. Strategi Pengumpulan Data	35
3.5. Definisi Operasional Variabel.....	37
3.5.1. Media BK.....	37
3.5.2. Kecerdasan Emosional	37
3.6. Instrumen Penelitian.....	38
3.6.1. Kisi-Kisi Instrumen.....	38
3.6.2. Uji <i>Judgment Ahli</i>	42
3.6.3. Uji Validitas Instrumen	42
3.6.4. Uji Reliabilitas Instrumen	46
3.6.5. Pengumpulan Data Kualitatif.....	47
3.7. Prosedur Penelitian.....	48
3.8. Analisis Data	49
3.8.1. Verifikasi Data.....	50
3.8.2. Penyekoran Data	50
3.8.3. Kategorisasi Data	50
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	52
4.1. Hasil dan Pembahasan.....	52
4.1.1. <i>Perception, Appraisal, and Expression of Emotion</i>	53
4.1.2. <i>Using Emotion to Facilitate Thinking</i>	59
4.1.3. <i>Understanding and Analyzing Emotions</i>	65
4.1.4. <i>Reflective Regulation of Emotions</i>	71
4.2. Rancangan Layanan Bimbingan Kelompok.....	78
4.2.1. <i>Perception, Appraisal, and Expression of Emotion</i>	78
4.2.2. <i>Using Emotion to Facilitate Thinking</i>	81
4.2.3. <i>Understanding and Analyzing Emotions</i>	83
4.2.4. <i>Reflective Regulation of Emotions</i>	85
4.3. Keterbatasan Penelitian	87

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	88
5.1. Simpulan.....	88
5.2. Rekomendasi	89
5.2.1. Pembina Asrama Filiz	89
5.2.2. Penelitian Selanjutnya.....	89
5.2.3. Guru BK di Sekolah.....	89
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	108

DAFTAR TABEL

Tabel 1: Kisi-Kisi Instrumen.....	38
Tabel 2: Unidimensionalitas.....	43
Tabel 3: Kriteria Umum Unidimensionalitas	44
Tabel 4: Tingkat Kesukaran Item	45
Tabel 5: Kriteria Tingkat Kesesuaian Butir Item	45
Tabel 6: <i>Rating Scale Diagnostic</i>	46
Tabel 7: Pedoman Wawancara	47
Tabel 8: Skoring Instrumen Kecerdasan Emosional	50
Tabel 9: Perhitungan Skor	50
Tabel 10: Kategori Kecerdasan Emosional	51
Tabel 11: Interpretasi Kategori Kecerdasan Emosional	51
Tabel 12: Persentase Kategori Kecerdasan Emosional	52
Tabel 13: Kategorisasi <i>Perception, Appraisal, and Expression of Emotion</i> Remaja di Asrama Filiz.....	53
Tabel 14: Kategorisasi <i>Using Emotion to Facilitate Thinking</i> Remaja di Asrama Filiz	59
Tabel 15: Kategorisasi <i>Understanding and Analyzing Emotion</i> Remaja di Asrama Filiz	65
Tabel 16: Kategorisasi <i>Reflective Regulation of Emotions</i> Remaja di Asrama Filiz	71

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 1: Indikator Dimensi <i>Perception, Appraisal, and Expression of Emotion</i>	54
Diagram 2: Indikator Dimensi <i>Using Emotion and Facilitate Thinking</i>	60
Diagram 3: Indikator Dimensi <i>Understanding and Analyzing Emotions</i>	66
Diagram 4: Indikator Dimensi <i>Reflective and Regulation Emotions</i>	73

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H., & Mustakim, M. (2022). Hubungan Kesetabilan Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa SMA Negeri Kota Mataram. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 1664–1677.
- Akbari, A., & Khormaiee, F. (2015). The Prediction of Mediating Role of Resilience Between Psychological Well-Being and Emotional Intelligence in Students. *International Journal of School Health*, 2(3). <https://doi.org/10.17795/intjsh-26238>
- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in guidance and counseling services: a tool and innovation for school counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6. <https://doi.org/10.23916/schoulid.v1i1.35.6-11>
- Astuti, R. W., Nursalim, M., Pratiwi, T. I., & Nuryono, W. (2013). Implementation Guidance and Counselling for Changing Negative Perceptions of Students in High School in The District Lamongan. *Jurnal BK UNESA*, 1(3), 71–80.
- Augusto Landa, J. M., López-Zafra, E., Berrios Martos, M. P., & Aguilar-Luzón, M. del C. (2008). The relationship between emotional intelligence, occupational stress and health in nurses: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45(6), 888–901. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2007.03.005>
- Avdiaj, B. (2022). Size and Decision-Making: A Systematic Literature Review on Groups and Teams. *Management and Economics Review*, 7(1), 14–32.
- Ayuningtiyas, C. (2020). Regulasi emosi siswa dalam pembelajaran daring. *Dharmas Education Journal (DE_Journal)*, 1(2), 107–113. http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/de_journal
- Azizah, W. (2021). Pengaruh Suasana Hati dalam Sehari-hari pada Usia Dewasa Awal. *Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, 1–10.

- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36–46.
- Bailen, N. H., Green, L. M., & Thompson, R. J. (2019). Understanding Emotion in Adolescents: A Review of Emotional Frequency, Intensity, Instability, and Clarity. *Emotion Review*, 11(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/1754073918768878>
- Bar-On, R. (1997). Emotional intelligence. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 29, 164–175.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI) 1. *Psicothema*, 13–25.
- Basyaruddin, M. A., & Khoiruddin, M. A. (2020). Peran Pembina Asrama dalam Pembelajaran di Pondok Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 2550–1038. <https://doi.org/10.19109/tjie.v19i02.15>
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Bhakti, C. P. (2017). Program Bimbingan Dan Konseling Komprehensif Untuk Mengembangkan Standar Kompetensi Siswa. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 131 – 132.
- Bond, T. G., & Fox, C. M. (2015). *Applying the Rasch Model_ Fundamental Measurement in the Human Sciences* (Third Edition). Routledge.
- Bossmann, T., Kanning, M., Koudela-Hamila, S., Hey, S., & Ebner-Priemer, U. (2013). The Association between Short Periods of Everyday Life Activities and Affective States: A Replication Study Using Ambulatory Assessment. *Frontiers in Psychology*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00102>
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>

- Brandão, T., Brites, R., Hipólito, J., & Nunes, O. (2023). Perceived emotional invalidation, emotion regulation, depression, and attachment in adults: A moderated-mediation analysis. *Current Psychology*, 42(18), 15773–15781. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02809-5>
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian*. Mitra Wacana Media.
- Burkitt, E., Watling, D., & Cocks, F. (2019). Mixed emotion experiences for self or another person in adolescence. *Journal of Adolescence*, 75(1), 63–72. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.07.004>
- Caruso, D. R., Salovey, P., Brackett, M., & Mayer, J. D. (2015). The Ability Model of Emotional Intelligence. Dalam *Positive Psychology in Practice* (hlm. 545–558).
- Cejudo, J., & Latorre, S. (2015). Effects of the Spock videogame on improving emotional intelligence in adolescents. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 13(2), 319–342. <https://doi.org/10.14204/ejrep.36.15060>
- Cejudo, J., Rodrigo-Ruiz, D., López-Delgado, M. L., & Losada, L. (2018). Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph15061073>
- Chosiyah, dkk. (2001). *Layanan Bimbingan Kelompok*. FKIP BK UNS.
- Cole, P. M. (2014). Moving ahead in the study of the development of emotion regulation. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 203–207. <https://doi.org/10.1177/0165025414522170>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Pearson Education.
- D’Amico, A. (2018). The Use of Technology in the promotion of Children’s Emotional Intelligence: The Multimedia Program “Developing

- Emotional Intelligence.” *International Journal of Emotional Education*, 10(1), 47–67.
- Daniar Paramita, R. W., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Widya Tama Press.
- Darmana, A., Sutiani, A., Nasution, H. A., Ismanisa*, I., & Nurhaswinda, N. (2021). Analysis of Rasch Model for the Validation of Chemistry National Exam Instruments. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*, 9(3), 329–345. <https://doi.org/10.24815/jpsi.v9i3.19618>
- De Castella, K., Goldin, P., Jazaieri, H., Ziv, M., Dweck, C. S., & Gross, J. J. (2013). Beliefs About Emotion: Links to Emotion Regulation, Well-Being, and Psychological Distress. *Basic and Applied Social Psychology*, 35(6), 497–505. <https://doi.org/10.1080/01973533.2013.840632>
- Dewi, S. R., & Yusri, F. (2023). Kecerdasan Emosi Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 65–71.
- Dhani Priyam, & Sharma, T. (2016). EMOTIONAL INTELLIGENCE; HISTORY, MODELS AND MEASURES. *International journal of science technology and management*, 5(7), 189–201.
- Diener, E., Kanazawa, S., Suh, E. M., & Oishi, S. (2015). Why People Are in a Generally Good Mood. *Personality and Social Psychology Review*, 19(3), 235–256. <https://doi.org/10.1177/1088868314544467>
- Dulewicz, V., & Higgs, M. (2004). Can emotional intelligence be developed? *International Journal of Human Resource Management*, 15(1), 95–111. <https://doi.org/10.1080/0958519032000157366>
- Erlangga, E. (2017). Bimbingan Kelompok Mengembangkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 149–156.
- Erlina, N., & Sari, D. N. (2016). Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Peningkatan Kecerdasan

- Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. *Konseli*, 3(2), 303–316.
- Erwin, A., & Wahidahtun, N. A. (2018). Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas XI IPA SMA IP Yakin Jakarta tahun ajaran 2016/2017. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 15(2), 17–29.
- Esnaola, I., Revuelta, L., Ros, I., & Sarasa, M. (2017). El desarrollo de la inteligencia emocional durante la adolescencia. *Anales de Psicología*, 33(2), 327–333. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.2.251831>
- Fadhallah, R. A. (2021). *Wawancara*. Unj Press.
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167–178.
- Farihah, I. (2018). Pementasan Agama Selebriti: Telaah Dramartugi Erving Goffman. *YAQZHAN*, 4(2), 219–241.
- Fitri, N. F., & Adelya, B. (2017). Kematangan emosi remaja dalam pengentasan masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia-JPGI*, 2(2).
- Fitriyani, N. (2019). Pengembangan media pembelajaran audio-visual powtoon tentang konsep diri dalam bimbingan kelompok untuk peserta didik Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(1), 104–114.
- Frost, A., Hoyt, L. T., Chung, A. L., & Adam, E. K. (2015). Daily life with depressive symptoms: Gender differences in adolescents' everyday emotional experiences. *Journal of Adolescence*, 43, 132–141.
- Galindo-Domínguez, H., & Iglesias, D. L. (2023). Emotional intelligence and suicidal ideation in adolescents: The mediating and moderating role of social support. *Revista de Psicodidáctica*, 28(2), 125–134.
- García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2014). Relationship between emotional intelligence and aggression: A

- systematic review. Dalam *Aggression and Violent Behavior* (Vol. 19, Nomor 5, hlm. 584–591). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2014.07.007>
- Genisa, O., Safaria, T., & Aulia, A. (2021). Perilaku Prososial Remaja di Tinjau dari Kecerdasan Emosional dan Religiusitas. *Insight: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 17(2), 278–296.
- Ghufron, M. N. (2016). Peran Kecerdasan Emosi dalam meningkatkan toleransi beragama. *Fikrah: Jurnal Ilmu Aqidah dan Studi Keagamaan*, 4(1), 138–153.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Unviolent Peacemaker.
- Goleman, D. (2001a). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. *The emotionally intelligent workplace*, 1–13. www.eiconsortium.org
- Goleman, D. (2001b). Emotional intelligence: Issues in paradigm building. *The emotionally intelligent workplace*, 13(26).
- Goleman, D. (2010). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gutiérrez-Cobo, M. J., Megías-Robles, A., Gómez-Leal, R., Cabello, R., & Fernández-Berrocal, P. (2023). Emotion regulation strategies and aggression in youngsters: The mediating role of negative affect. *Heliyon*, 9(3), e14048. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14048>
- Guyer, A. E. , S. J. S., & Nelson, E. E. (2016). The neurobiology of the emotional adolescent: From the inside out. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 70, 74–85.

- Habsy, B. A. (2017). Filosofi ilmu bimbingan dan konseling Indonesia. *JP (Jurnal Pendidikan): Teori dan Praktik*, 2(1), 1–11.
- Hafizha, R. (2021). Profil Self-Awareness Remaja. *JECO: Journal of Education and Counseling*, 2(1), 159–166.
- Hafsah, Edi Saputra, & Suryaniar. (2020). The Development of Interactive Education Media to Improve Emotional Intelligence of Early Age Children in Raudhatul Athfal As-Syafiiyah. *Britain International of Linguistics Arts and Education (BIoLAE) Journal*, 2(2), 584–589. <https://doi.org/10.33258/biolae.v2i2.270>
- Hagell, P. (2014). Testing Rating Scale Unidimensionality Using the Principal Component Analysis Test Protocol with the Rasch Model: The Primacy of Theory over Statistics. *Open Journal of Statistics*, 04(06), 456–465. <https://doi.org/10.4236/ojs.2014.46044>
- Hairunni'am, W., Safitri, F. I., & Febriani, F. (2022). Mengelola Stress dan Emosi Negative dalam Perspektif Stoisisme. *Proceeding International Conference on Tradition and Religious Studies*, 199–210. <http://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/lc-TiaRS/>
- Halik, A., Helwa, A., & Ramadhani, A. (2022). Penerapan Teknik Expressive Writing Langkah Membantu Siswa Mengelola Emosi. *SEMANGGI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 100–110.
- Hasim, M., & Sarbini, S. (2022). Pengembangan Kecerdasan Emosi Di Pesantren Ar-Raudatul 'Ilmiyyah Kertosono Nganjuk. *Kartika: Jurnal Studi Keislaman*, 2(1), 1–16.
- Hazrati, R., Hanim, W., & Setiawaty, D. R. (2016). Pengaruh Media dalam Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Pengaturan Diri Siswa Kelas XI di SMAN 56 Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 94–99.
- Hazrati, R., Hanim, W., & Setiawaty R., D. (2016). Pengaruh Media dalam Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Pengaturan Diri Siswa Kelas XI

- di SMAN 56 Jakarta. *NSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 94–99. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.051.14>
- Herwig, U., Opialla, S., Cattapan, K., Wetter, T. C., Jäncke, L., & Brühl, A. B. (2018). Emotion introspection and regulation in depression. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 277, 7–13. <https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2018.04.008>
- Hidayati, E. W. (2020). Korelasi kecerdasan emosional dengan perilaku moral remaja SMP di desa samirplapan gresik. *Attaqwa: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 16(1), 76–94.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. edisi kelima*. Erlangga.
- Husniyah, L., Bimbingan, J., Konseling, D., & Pratiwi, T. I. (2019). Pengembangan Media Permainan Dart Board Interaksi Sosial dalam Bimbingan Kelempok Kelas X IPA SMA Negeri 12 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 10(1), 31–43.
- Indihadi, D., Suryana, D., & Ahmad, A. B. (2022). The analysis of construct validity of Indonesian creativity scale using Rasch model. *Creativity Studies*, 15(2), 560–576. <https://doi.org/10.3846/cs.2022.15182>
- Irfan, Jarkawi, & Sri Handayani, E. (2020). Pengembangan Media Ular Tangga Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perencanaan Karier. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 3(2), 79–89. <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>
- Ishii, K., & Eisen, C. (2021). Measuring and understanding emotions in East Asia. Dalam *Emotion Measurement* (hlm. 975–994). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-821124-3.00030-2>
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (1991). *Joining together: Group theory and group skills*. Pearson Education.

- Junaedi, A. (2020). The Use of Talking Chips Technique in Teaching Speaking Junaedi. Dalam *ELITE Journal* (Vol. 2, Nomor 1). <https://www.elitejournal.org/index.php/ELITE>
- Kanesan, P., & Fauzan, N. (2019). Models of Emotional Intelligence: A Review. *e-BANGI Journal*, 16(7).
- Kartini, M. (2021). Improving student's speaking skill through talking chips strategy: A Pilot Study. *Jurnal Ilmu Budaya*, 9(2), 81–87.
- Keltner, D., Tracy, J., Sauter, D. A., Cordaro, D. C., & Mcneil, G. (2016). Expression of Emotion. Dalam *Handbook of emotions* (hlm. 467–482).
- Khasanah, U. (2019). *Pengaruh Suasana Hati (Mood) Terhadap Kemampuan Menghagal Al-Quran Peserta Didik SMP IT Mutiara Hati Kecamatan Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara*. IAIN Purwokerto.
- Kogoya, M. P. V, & Jannah, M. (2021). Pengaruh regulasi emosi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 14–23.
- Kontogianni, A., Tourkolias, C., Damigos, D., Skourtos, M., & Zanou, B. (2015). Modeling expert judgment to assess cost-effectiveness of EU Marine Strategy Framework Directive programs of measures. *Marine Policy*, 62, 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.marpol.2015.09.002>
- Kröger, T., & Nupponen, A. M. (2019). Puppet as a pedagogical tool: A literature review. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 11(4), 393–401. <https://doi.org/10.26822/iejee.2019450797>
- Kumara, A. R. (2017). *Bimbingan Kelompok*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Kunnanatt, J. T. (2008). Emotional intelligence: theory and description. *Career Development International*, 13(7), 614–629. <https://doi.org/10.1108/13620430810911083>

- Kurniawan, L. (2015). Pengembangan program layanan bimbingan dan konseling komprehensif di SMA. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 1(1), 1–8. <http://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK>
- Kurniawan, Y. (2023). Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional pada Siswa yang Membolos Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Sekolah SMK Swasta Mandiri Tahun Pembelajaran 2021-2022 Yudi Kurniawan. *EduGlobal: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 2(2), 178–196.
- Kurniawati Husada, A. (2013). Hubungan Pola Asuh Demokratis Dan Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Prosocial Pada Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 266–277.
- Kusumawati, H. (2016). Kreativitas Dalam Pembuatan Aransemen Musik Sekolah. *Imaji*, 14(1), 57–64.
- Larson, R. W., Moneta, G., Richards, M. H., & Wilson, S. (2002). Continuity, stability, and change in daily emotional experience across adolescence. *Child Development*, 73(4), 1151–1165.
- Lennarz, H. K., Hollenstein, T., Lichtwarck-Aschoff, A., Kuntsche, E., & Granic, I. (2019). Emotion regulation in action: Use, selection, and success of emotion regulation in adolescents' daily lives. *International Journal of Behavioral Development*, 43(1), 1–11. <https://doi.org/10.1177/0165025418755540>
- Lestari, I. (2012). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Simulasi Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(2).
- Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Gómez-Leal, R., Gutiérrez-Cobo, M. J., Megías-Robles, A., & Fernández-Berrocal, P. (2023). Ability Emotional Intelligence and Subjective Happiness in Adolescents: The Role of Positive and Negative Affect. *Journal of Intelligence*, 11(8). <https://doi.org/10.3390/jintelligence11080166>

- Lopez, V., & Whitehead, D. (2013). Sampling data and data collection in qualitative research. *Nursing & midwifery research: Methods and appraisal for evidence-based practice*, 123, 140.
- Lubis, M. Y. (2019). Mengembangkan sosial emosional anak usia dini melalui bermain. *Generasi Emas*, 2(1), 47–58.
- Lutfianawati, D., Putri, A. M., Junaidi, J., Wijayanti, T., Vina, K. O., & Sari, J. R. (2023). Pelatihan Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Baru. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3609–3622. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.10857>
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
- Mahardhani, F. O., Ramadhani, A. N., Isnanti, R. M., Chasanah, T. N., & Praptomojati, A. (2020). Pelatihan Strategi Koping Fokus Emosi untuk Menurunkan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 6(1), 60. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.55253>
- Maiseptian, F. (2017). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 81–90. <https://doi.org/10.30870/jpbk.v2i2.3057>
- Maitriani, C. (2021). Hubungan antara kecerdasan intrapersonal dengan kecerdasan emosional. *MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(2), 291–305.
- Mallekian, F., & Khazae, M. (2012). The relationship between emotional intelligence and the tendency rate to the type of educational media in students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 3311–3315.

- Marathe, A., & Sen, A. (2021). Empathetic reflection: reflecting with emotion. Dalam *Reflective Practice* (Vol. 22, Nomor 4, hlm. 566–574). Routledge. <https://doi.org/10.1080/14623943.2021.1927693>
- Margaret Hayes, J., & Reilly, G. O. (2013). Psychiatric disorder, IQ, and emotional intelligence among adolescent detainees: A comparative study. *Legal and Criminological Psychology*, 18(1), 30–47. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8333.2011.02027.x>
- Maulinda, R., Yusuf Muslihin, H., & Sumardi. (2020). Analisis Kemampuan Mengelola Emosi Anak Usia 5-6 Tahun (Literature Riview). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4(2), 300–313.
- Mayer, J. D. (2002). *MSCEIT: Mayer-Salovey-Caruso emotional intelligence test*. Multi health system.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267–298. [https://doi.org/10.1016/S0160-2896\(99\)00016-1](https://doi.org/10.1016/S0160-2896(99)00016-1)
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The Intelligence of Emotional. Dalam *INTELLIGENCE* (Vol. 17).
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). Dalam *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (hlm. 3–31). NY: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2001). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test™ Personal Summary Report*.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2010). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test DEVELOPED BY REPORT PREPARED FOR*. <https://doi.org/10.2011/11:39:09>
- McLaughlin, K. A., Garrad, M. C., & Somerville, L. H. (2015). What develops during emotional development? A component process approach to

- identifying sources of psychopathology risk in adolescence. *Dialogues in clinical neuroscience*, 17(4), 403–410.
- Megías-Robles, A., Gutiérrez-Cobo, M. J., Fernández-Berrocal, P., Gómez-Leal, R., & Cabello, R. (2024). The development of ability emotional intelligence during adolescence. *Personality and Individual Differences*, 224, 112642. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112642>
- Meininger, J. C., Liehr, P., Chan, W., Smith, G., & Mueller, W. H. (2004). Developmental, gender, and ethnic group differences in moods and ambulatory blood pressure in adolescents. *Annals of Behavioral Medicine*, 28(1), 10–19.
- Meli, M., Asmendri, A., Salam, M. Y., Munir, S., & Herlina, E. (2023). Pengaruh Manajemen Sekolah Berasrama dan Peran Pembina Asrama Terhadap Pembinaan Karakter Siswa Sekolah Berasrama pada SMAN di Sumbar. *EDUSAINTEK: Jurnal Pendidikan, Sains dan Teknologi*, 10(3), 830–862. <https://doi.org/10.47668/edusaintek.v10i3.806>
- Muliati, R. (2022). Kontribusi Kecenderungan Pola Asuh Demokratis (Authoritative) dan Kecerdasan Emosi Terhadap Perilaku Asertif Pada Remaja Awal. *Psyche 165 Journal*, 56–61. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.161>
- Mulya, H. A., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 5(2), 296–302.
- Mustafa, M. Z. B., Nordin, M. B., Razzaq, A. R. B. A., & bin Ibrahim, B. (2020). Vocational College Teachers In Malaysia: Emotional Intelligence. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 5099` – 5106.
- Nadhiroh, Y. F. (2015). Pengendalian emosi: Kajian Religio-psikologis tentang Psikologi Manusia. *AINTIFIKA ISLAMICA: Jurnal Kajian Keislaman*, 2(1), 53–62.

- Năstăsă, L. E., Zăncărescu, Șerban A., Iliescu, D., & Farcaș, A. D. (2023). Improving emotional intelligence in adolescents: an experiential learning approach. *Current Psychology*, 42(11), 9119–9133. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02132-5>
- Nisa, A. W. C., & Susandi, A. (2021). Kontribusi Pendidikan Islam dalam Menumbuhkan Kecerdasan Emosional. *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 4(02), 154–170. <https://doi.org/10.37542/iq.v4i02.236>
- Nisa, W., & Muhid, A. (2022). Peran Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok dengan Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional: Literature Review. *SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 1–13.
- Novita, I., & Khairi, A. M. (2023). Bimbingan Kelompok Dengan Media Permainan Finger Painting Dalam Mengembangkan Interaksi Sosial Anak Berkebutuhan Khusus. *GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING*, 6(1), 1–11.
- Nugroho, A. P., Raharjo, T., & Wahyuningsih, D. (2013). Pengembangan Media Pembelajaran Fisika Menggunakan Permainan Ular Tangga Ditinjau dari Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII Materi Gaya. *Jurnal Pendidikan*, 1(1), 11.
- Nur Furqani, N. Z. (2020). The Role of Emotional Intelligence in Adolescent Development. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 395, 277–280.
- Nur, I. F., & Ekasari, A. (2008). Hubungan antara konsep diri dengan kecerdasan emosional pada remaja. *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 1(2), 15–31. <http://www.e->
- Nurhasanah, D., Indriana, H., Hayadi, B. H., & Yusuf, F. A. (2024). Optimalisasi Kecerdasan Spiritual dan Emosional Siswa Melalui Inisiatif Bimbingan dan Konseling. *Technical and Vocational Education International Journal (TAVELJ)*, 4(1), 249–259.

- Nurhayati, N., Yanzi, H., & Nurmalisa, Y. (2015). Peran Lembaga Sosial Terhadap Moral Remaja Di Desa Bangunrejo. *Jurnal Kultur Demokrasi*, 3(1).
- Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103–111.
- Nursalim, M. (2015). *Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling*. Indeks.
- Operasional Penyelenggaraan BK SMA. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas | i*.
- Perbowosari, H. (2016). Peran Kecerdasan Emosional Dalam Pendidikan Karakter. *Seminar Nasional*, 167–174. <http://jayapanguspress.org>
- Pranowo, T. A., & Prihastanti, A. (2020). Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Media Audio Visual Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 2(2), 217–223. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v2i2.338>
- Pratiwi, D., Dahlan, T. H., & Damaianti, L. F. (2019). Pengaruh self-compassion terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 3(2), 88–97.
- Prayitno. (2016). *Layanan dan Kegiatan Pendukung*. UNP.
- Preeti, B. (2013). Role of Emotional Intelligence for Academic Achievement for Students. Dalam *Res. J. Educational Sci. International Science Congress Association* (Vol. 1, Nomor 2). www.isca.in
- Pujaastawa, I. B. G. (2016). Teknik wawancara dan observasi untuk pengumpulan bahan informasi. *Universitas Udayana*, 4.
- Putra, S. A., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2013). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa. *Konselor*, 2(2). <https://doi.org/10.24036/02013221399-0-00>

- Radu, C. (2014). Emotional Intelligence – How do we Motivate our students? *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 271–274. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.047>
- Rahayu, D. C. (2008). *Hubungan antara kematangan emosi dan konformitas dengan perilaku agresif pada suporter sepak bola* [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rahmawati, P. (2014). *Media Bimbingan & Konseling*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Rapee, R. M., Oar, E. L., Johnco, C. J., Forbes, M. K., Fardouly, J., Magson, N. R., & Richardson, C. E. (2019). Adolescent development and risk for the onset of social-emotional disorders: A review and conceptual model. *Behaviour Research and Therapy*, 123, 103501. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103501>
- Raviyoga, T. T., & Marheni, A. (2019). Hubungan kematangan emosi dan konformitas teman sebaya terhadap agresivitas remaja di SMAN 3 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 44–55.
- Resurrección, D. M., Salguero, J. M., & Ruiz-Aranda, D. (2014). Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: A systematic review. *Journal of Adolescence*, 37(4), 461–472. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.03.012>
- Riediger, M., & Klipker, K. (2014). Emotion regulation in adolescence. Dalam *Handbook of emotion regulation* (2nd ed., hlm. 187–202). NY: Guilford.
- Riley, T. N. (2018). *Adolescent Emotion Expression, Emotion Regulation, and Adolescent Emotion Expression, Emotion Regulation, and Decision-Making in Social Context* [Dissertation, Virginia Commonwealth University]. <https://scholarscompass.vcu.edu/etd/5494>
- Rivers, S. E., Brackett, M. A., Reyes, M. R., Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2012). Measuring Emotional Intelligence in Early Adolescence With the MSCEIT-YV: Psychometric Properties and

- Relationship With Academic Performance and Psychosocial Functioning. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 30(4), 344–366. <https://doi.org/10.1177/0734282912449443>
- Rueda, P., Pérez-Romero, N., Cerezo, M. V., & Fernández-Berrocal, P. (2022). The role of emotional intelligence in adolescent bullying: A systematic review. *Psicología Educativa. Revista de Los Psicólogos de La Educación*, 28(1), 53–59.
- Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah: Metode, Teknik dan Aplikasi*. UPI Press.
- Safitri, S. D., Fitriani, A., & Sofa Salsabila, M. (2024). Mengapa Saya Tidak Asertif? Tinjauan Asertifitas dari Konsep Diri dan Ketidakhadiran Ayah pada Remaja yang Mengalami Bullying. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 7(1), 1–12. <http://ejurnal.ujj.ac.id/index.php/CONS>
- Sainz-Gómez, M., Bermejo, R., & Ruiz-Melero, M. J. (2024). Emotional Knowledge in a Sample of University Students. *Sustainability*, 16(2), 846. <https://doi.org/10.3390/su16020846>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Salovey, P., Woolery, A., & Mayer, J. D. (2001). Chapter Eleven Emotional Intelligence: Conceptualization and Measurement. Dalam Garth J. O. Fletcher & Margaret S. Clark (Ed.), *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (hlm. 279–307). Blackwell Publisher Ltd.
- Samimi, Z., Hokmabadi, M. E., Lobnani, S. P., Khaneghaee, R., Momeni, N. S., & Taghavi, A. (2019). The Effectiveness of Emotion Management Training on Social Skills and the Sense of Competence in School Students. *Religación*, 4(13), 383–395.

- Sanchis-Sanchis, A., Grau, M. D., Moliner, A. R., & Morales-Murillo, C. P. (2020). Effects of Age and Gender in Emotion Regulation of Children and Adolescents. *Frontiers in Psychology*, *11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00946>
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, *2*(3), 223–228. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1)
- Serrat, O. (2017). Understanding and Developing Emotional Intelligence. Dalam *Knowledge Solutions* (hlm. 329–339). Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-0983-9_37
- Shapero, B. G., Stange, J. P., McArthur, B. A., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2019). Cognitive reappraisal attenuates the association between depressive symptoms and emotional response to stress during adolescence. *Cognition and Emotion*, *33*(3), 524–535. <https://doi.org/10.1080/02699931.2018.1462148>
- Silaen, A. C., & Dewi, K. S. (2015). Hubungan antara regulasi emosi dengan asertivitas (Studi korelasi pada siswa di SMA Negeri 9 Semarang). *Jurnal Empati*, *4*(2), 175–181.
- Silalahi, E., Hartini, S., Prabowo, A. B., & Siswanti, R. (2022). Talking Chips Media for Developing The Group Dynamics in Guidance and Counseling-Grouped. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, *9*(1), 69–78. <https://doi.org/10.24042/kons.v9i1.12080>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Suhaida, S., Sari, S. P., & Surtiyoni, E. (2024). Meningkatkan Pemahaman Karir Menggunakan Bimbingan Kelompok melalui Media Art And Craft pada Siswa. *Journal on Education*, *6*(2), 11640–11658.
- Sujiono, B., & Sujiono, Y. N. (2005). *Menu Pembelajaran Anak Usia Dini*. Yayasan Citra Pendidikan Indonesia.

- Sulastrri, T., Yuline, & Purwanti. (2022). Studi tentang kecerdasan emosional rendah pada peserta didik kelas VIIi SMP Negeri 18 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 11(3), 1–8.
- Supriadi, D., Yudiernawati, A., & Rosdiana, Y. (2017). Hubungan kecerdasan emosional dengan perkembangan sosial pada remaja di SMP Wahid Hasyid, Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3), 332–342.
- Suryati, N., & Salehudin, M. (2021). *Program Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Dan Emosional Siswa*. UIN Sultan Aji Muhammad Idris.
- Taber, K. S. (2018). The Use of Cronbach’s Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
- Tajpreet, K., & Maheshwari, S. K. (2015). Relationship of emotional intelligence with self-esteem among adolescents. *Indian Journal of Psychiatric Nursing*, 10(1), 18–23. <http://journals.lww.com/iopn>
- Tambak, S. M., Maimunah Tambak, S., Khoiriyah Lubis, A., Lestari, U. W., & Damanik, R. R. (2022). Peran Guru BK dalam Meningkatkan Kemampuan Sosial Emosional Siswa SMP di Desa karya Jadi Kecamatan Batang Serangan. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 3(3), 625–633.
- Tanjung, E. N. T., Yusri, F., & Nelisma, Y. (2024). Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kestabilan emosi warga binaan remaja. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(1), 49–57.
- Theurel, A., & Gentaz, E. (2018). The regulation of emotions in adolescents: Age differences and emotion-specific patterns. *PLOS ONE*, 13(6), e0195501. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195501>

- Ulandari, Y., & Juliawati, D. (2019). Pemanfaatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v1i1.350>
- Utami, F. P., Lasa, B. B., & Hambali, I. (2019). Tingkat Kemampuan Kelola Emosi Marah Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan: Terori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(2), 262–266. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>
- Utami, M. D., & Pratiwi, R. G. (2021). Remaja Yang Dilihat Dari Kelekatan Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosi. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 35–44. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1379>
- Vine, V., Bernstein, E. E., & Nolen-Hoeksema, S. (2019). Less is more? Effects of exhaustive vs. minimal emotion labelling on emotion regulation strategy planning. *Cognition and Emotion*, 33(4), 855–862. <https://doi.org/10.1080/02699931.2018.1486286>
- Vlasenko, V. V., Rogers, E. G., & Waugh, C. E. (2021). Affect labelling increases the intensity of positive emotions. *Cognition and Emotion*, 35(7), 1350–1364. <https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1959302>
- Wibisono, S. (2016). Aplikasi model rasch untuk validasi instrumen pengukuran fundamentalisme agama bagi responden muslim. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 5(1), 1–29.
- Wijaya, E., & Basaria, D. (2016). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Humor pada Remaja. Dalam *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan* (Vol. 7, Nomor 1).
- Wulandari, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Prosocial Pada Siswa Kelas Xi Di Man 1 Tuban. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3), 1–6.
- Wulandari, I. A. (2020). Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Remaja di MTSN 2 Kediri. *Jurnal Al-Makrifat*, 5(1), 96–107.

- Yulianto, D. (2014). Hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kenakalan remaja. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 1(1), 76–82. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor/article/view/23/862>
- Yunia, S. A. P., Liyanovitasari, L., & Sapparwati, M. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kenakalan Remaja pada Siswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 55–64.
- Yusoff, W. K. B. W., & Aziz, A. (2023). Guidance and counseling media to develop children's language creativity at elementary level. *BICC Proceedings*, 1, 1–11. <https://doi.org/10.30983/bicc>
- Yusri, E., & Herawaty, Y. (2022). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Penerimaan Teman Sebaya Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 1(2), 95–104. <https://doi.org/10.25299/jicop.v1i2.8657>
- Yusuf, P. M., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Empati*, 6(3), 98–104.
- Yusuf, S. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, S., Budiman, N., Yudha, E. S., Suryana, D., & Yusof, S. M. J. B. (2021). Rasch Analysis of the Indonesian Mental Health Screening Tools. *The Open Psychology Journal*, 14(1), 198–203. <https://doi.org/10.2174/1874350102114010198>
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2014). *Layanan Bimbingan & Konseling*. Remaja Rosdakarya.
- Zeidner, M., Roberts, R. D., & Matthews, G. (2002). Can Emotional Intelligence Be Schooled? A Critical Review. *Educational Psychologist*, 37(4), 215–231. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3704_2

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

- 1.1. Surat Keputusan Pengangkatan Dosen Pembimbing
- 1.2. Surat Permohonan Izin Penelitian
- 1.3. Surat Rekomendasi Ujian Sidang
- 1.4. Surat Rekomendasi Uji Plagiarisme
- 1.5. Hasil Uji Plagiarisme

Lampiran 2 Instrumen Penelitian

- 2.1. Kisi-Kisi Instrumen
- 2.2. Instrumen Penelitian

Lampiran 3 Penelitian

- 3.1. Data Penelitian
- 3.2. Uji Validitas
- 3.3. Uji Reliabilitas
- 3.4. Dokumentasi Penelitian

Lampiran 4 Rancangan Layanan

- 4.1. Booklet Bimbingan Kelompok Berbasis Media BK “Kecerdasan Emosional”
- 4.2. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

Lampiran 5 Riwayat Hidup