BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja dalam perkembangannya mengalami berbagai perubahan baik emosi, tubuh, minat, maupun pola perilaku. Masa remaja dari beberapa pandangan diidentifikasi sebagai masa yang rawan dan sering menimbulkan kekhawatiran pada orang tua dan guru. Menurut Hall (Santrock, 2003:10) remaja merupakan masa penuh topan dan tekanan (*storm and stress*), dimana remaja sebagai masa goncangan yang ditandai dengan konflik dan perubahan suasana hati.

Aristoteles (Santrock, 2003:9) menyatakan bahwa pada permulaan masa remaja individu sering tidak stabil dan tidak sabar, dikarenakan kurang adanya kontrol diri yang dibutuhkan untuk menjadi seseorang yang matang. Perubahan-perubahan yang terjadi pada diri remaja maupun akibat perubahan lingkungannya seringkali dapat menimbulkan gangguan emosi dan gangguan perilaku sebagai akibat dari tekanan-tekanan yang dialami remaja.

Ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosinya dimungkinkan dapat berdampak negatif terhadap sikap dan perilakunya. Sehingga akhirnya akan berimbas pada proses dan hasil kerja akademik di sekolah, juga terhadap kemampuannya ketika membina hubungan dengan lingkungan sekitar. Goleman (2009:36) mengemukakan tanpa kecakapan emosional, individu tidak akan dapat menggunakan kemampuan-kemampuan kognitif mereka sesuai dengan potensi maksimumnya. Meskipun kemampuan intektual mereka tinggi, namun memiliki

resiko menghadapi kesulitan-kesulitan seperti: kegagalan akademis, kecanduan alkohol, dan adanya kecenderungan terhadap perilaku tindak kejahatan.

Dalam Goleman (2009:329-330) digambarkan mengenai hasil survey tingkat keterampilan emosional anak-anak Amerika yang berusia tujuh hingga enam belas tahun pada pertengahan tahun 1970-an hingga akhir tahun 1980-an dinyatakan keadaannya semakin memburuk. Hal ini ditunjukkan dengan adanya kecenderungan sikap menarik diri dari pergaulan atau masalah sosial; mudah cemas dan depresi; memiliki masalah dalam hal perhatian atau berpikir; serta nakal atau agresif.

Fenomena kasus-kasus kriminalitas tidak jarang melibatkan remaja sebagai tokoh utamanya. Hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2007) melaporkan bahwa jumlah remaja mencapai 30% dari jumlah penduduk di Indonesia. Survey tersebut menunjukkan bahwa remaja laki- laki lebih banyak melakukan tingkah laku anti sosial daripada perempuan. Dilaporkan juga bahwa pada data kasus aborsi yang berjumlah 2,4 juta kasus, 700-800 ribu kasus dilakukan oleh remaja. Berikutnya penderita HIV/AIDS di Indonesia dari 52.000 orang yang terinfeksi 70% adalah remaja yang diakibatkan oleh perilaku sex bebas.

Hasil penelitian Badan Narkotika Nasional bekerja sama dengan Universitas Indonesia (BKKBN, 2011), melaporkan bahwa 50 – 60% pengguna narkoba di Indonesia adalah kalangan pelajar dan mahasiswa. Hasil penelitian menyatakan total pengguna narkoba oleh remaja adalah sebanyak 3,8 sampai 4,2

juta orang. Diantara jumlah tersebut, 48% orang sebagai pecandu dan sisanya sekedar coba-coba dan pemakai.

Fenomena perilaku remaja akibat oleh ketidakmampuan mengelola emosinya lainnya adalah dalam bentuk tawuran pelajar. Komnas Perlindungan Anak (2012) melaporkan bahwa jumlah tawuran pelajar memperlihatkan kenaikan pada enam bulan pertama tahun 2012. Di wilayah Jakarta terjadi 139 tawuran kasus tawuran dengan 12 kasus menyebabkan kematian. Pada tahun 2011 terdapat 339 kasus yang menyebabkan 82 anak meninggal dunia. (http://edukasi.kompasiana.com/2012/12/29/refleksi-akhir-tahun-2012-sakitnya-pendidikan-kita--520765.html).

Hasil penelitian Ramli (2010) menggambarkan 24% siswa SMP Negeri di Kota Malang memiliki kecerdasan emosional pada klasifikasi rendah yang ditandai dengan sikap siswa antara lain: (a) kurang mampu menunjukkan persepsi dan akspresi emosinya dengan baik (16%); (b) belum mampu menggunakan emosi (18%); (c) kurang memiliki kemampuan pemahaman diri (18%); dan (d) kesulitan dalam mengelola emosi (16%).

Berikutnya hasil penelitian Nurnaningsih (2011) menyatakan bahwa 38% siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Cicalengka tahun pelajaran 2010/2011 memiliki kecerdasan emosional pada kategori yang rendah. Hal ini ditunjukkan dengan siswa mengalami keadaan antara lain: (a) kesulitan di dalam mengenali perasaan dalam dirinya (30,67%); (b) belum mampu menangani emosi diri (36,67%); (c) belum dapat membangkitkan semangat yang ada pada dirinya (58,67%); (d) belum mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain (28,66%); dan (e) belum

mampu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain (61,33%). Dampak dari kondisi tersebut berakibat pada pencapaian hasil akademik yang tidak maksimal dan kesulitan ketika melakukan penyesuaian diri saat berhubungan dengan orang lain.

Berdasarkan hasil penelitian Daryono (2011) menyatakan bahwa gejala-gejala ganggunan emosional yang dialami oleh siswa diantaranya adalah kecenderungan datang terlambat ke sekolah sebagai bentuk indikator lemahnya motivasi belajar dan kesadaran diri siswa yang masih sangat kurang. Selain itu sebagian siswa yang memiliki nilai akademik tinggi namun secara sosioal-emosional rendah, maka kurang disukai oleh teman-temannya. Hal ini disebabkan antara lain, karena siswa: tidak dapat bekerja sama, tidak empati bahkan egois dan sombong, cepat tersinggung, reaktif, bicara sering menyinggung, konsep diri yang negatif, tidak mudah menerima saran dan kritik orang lain, menonjolkan kelebihan diri dan menunjukkan sikap tidak asertif, tidak berani mengambil keputusan, kemandirian yang lemah, dan kurang berani mengambil resiko.

Berbagai fakta permasalahan emosional yang dialami oleh para remaja seperti tersebut di atas antara lain dapat disebabkan remaja belum sepenuhnya mampu memahami diri sendiri dan orang lain dengan baik. Hal ini diduga karena mereka tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang perkembangan emosi dan keterampilan mengembangkan emosinya. Di samping itu semua perilaku remaja tidak lepas dari berbagai pengaruh, seperti: lingkungan keluarga dan gaya pengasuhan orang tua, lingkungan sekolah, hubungan teman sebaya, dan aktivitas-aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Besarnya pengaruh yang diperoleh, membuat

seringkali remaja tidak mampu menghindari hal-hal negatif yang merugikan dirinya dan orang lain.

Apabila permasahan-permasalahan yang berkaitan dengan aspek emosional ini berlarut-larut tanpa diatasi dengan baik, maka dapat berakibat terhambatnya individu dalam mecapai keberhasilan dalam berbagai bidang kehidupan baik akademik. pibadi, maupun sosialnya. Oleh karena itu kecakapan emosional perlu dikembangkan untuk menghindari terjadinya perkembangan psikologis yang menyimpang. Individu dengan kecakapan emosional yang berkembang dengan baik berarti kemungkinan besar ia akan bahagia dan berhasil dalam kehidupannya, menguasai kebiasaan berpikir yang mendorong produktivitas mereka (Goleman, 2009:48).

Hasil-hasil penelitian menyatakan bahwa, emosi memilik peranan yang sangat bermakna dalam kegiatan belajar siswa dan besar pengaruhnya terhadap perilaku siswa (Dahlan, 2000). Mayer & Salovey (1997) menyatakan individu yang dapat mengatur emosinya, dapat disebut memiliki keterampilan mengelola emosi, maka dia akan lebih produktif dari individu yang kurang memiliki keterampilan mengelola emosinya. Ia akan lebih mudah berkonsentrasi, berpikir logis, mampu memotivasi dirinya untuk fokus pada aktivitas yang konstruktif dan membina hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa kecakapan emosional yang tinggi dapat berkontribusi dalam proses pembelajaran siswa (Elias & Arnold, 2006; Svetlana, 2007). Bahkan Bar-On (2001) menyatakan, keberhasilan siswa tidak dapat

dipisahkan dari kecakapan emosional karena aktualisasi diri individu yang optimal sejalan dengan tingkat kecakapan emosionalnya.

Dalam Nurnaningsih (2011) Gottman menunjukkan bukti bahwa individu yang memiliki kecakapan emosional yang relatif baik, akan mampu memperoleh nilai akademik tinggi, mampu bergaul lebih baik, tidak banyak mengalami masalah tingkah laku dan tidak mudah terpancing untuk melakukan tindak kekerasan bila dibandingkan dengan mereka yang kecakapan emosionalnya rendah.

Sebuah laporan dari *National Center for Clinical Infant Program* (Goleman, 2009:273), menyatakan bahwa keberhasilan individu di sekolah bukan diramalkan berdasarkan kumpulan fakta tentang kemampuan diri untuk membaca, melainkan juga oleh ukuran-ukuran emosional dan sosial pada dirinya. Hal ini ditandai oleh suatu kemampuan dimana individu yakin pada diri sendiri dan mempunyai minat; mengetahui pola perilaku yang diharapkan orang lain dan bagaimana mengendalikan dorongan hati untuk tidak berbuat nakal; mampu menunggu, mengikuti petunjuk, dan mengacu pada guru untuk mencari bantuan; serta mampu mengungkapkan kebutuhan-kebutuhannya saat bergaul dengan individu lain. Menurut laporan tersebut, hampir semua individu yang prestasi sekolahnya buruk, tidak memiliki satu atau lebih unsur aspek-aspek kecakapan emosional.

Beberapa pendapat di atas didukung oleh hasil-hasil penelitian berikut, antara lain: Parker *et al*. (2004) dan Mishra (2012) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif kecerdasan emosional terhadap keberhasilan akademik

siswa; Yahaya, *et al*. (2012), menyatakan bahwa kecerdasan emosional memberikan kontribusi dalam meningkatkan kemampuan kognitif pada siswa; dan Elizabeth & Chirayath (2013), menyatakan bahwa meskipun hubungan antara kecakapan emosional dan gaya belajar tidak sangat kuat, namun kecakapan emosional mempengaruhi gaya belajar.

Kinerja dan prestasi yang baik di bidang akademik adalah target utama dan tujuan untuk setiap siswa di sekolah. Untuk mendapatkan hasil yang baik, selain dari teknik belajar yang efektif dan terencana, siswa harus mampu mengenali diri mereka sendiri khususnya emosi diri, sehingga tidak menjadi penghambat bagi keberhasilannya. Oleh karena itu setiap siswa harus mampu mengidentifikasi dirinya, karena kecakapan emosional tidak hanya dibutuhkan untuk kepentingan keberhasilan di bidang akademis tetapi juga untuk kesuksesan hidup di bidang kehidupan lainnya di masa depan.

Dengan tujuan membangun manusia yang tangguh dan mampu menghadapi tuntutan dan perubahan globalisasi, upaya untuk membantu meningkatkan kecakapan emosional siswa harus dipertimbangkan sepanjang proses pendidikan di sekolah. Gottman (2001) menyatakan dengan membantu mengembangkan dan meningkatkan kecakapan emosional individu, diharapkan dapat membantu individu akan menjadi lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, tegar dalam menjalani kehidupan, memiliki sikap optimis, cenderung produktif dan efektif dalam setiap kegiatan, serta mudah bergaul dan cakap dalam memahami orang lain.

Hasil-hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kecakapan emosional memiliki peranan penting bagi kehidupan individu dan dapat ditingkatkan. Goleman (2009:428), telah mengkaji terhadap hasil evaluasi tentang pembelajaran keterampilan sosial dan emosional melalui berbagai program intervensi, seperti: pengembangan sosial (*social development*), pembelajaran sosial dan emosional (*social and emotional learning*), dan kecakapan emosionan (*personal intelligence*). Hasil pelaksanaan program menunjukan bahwa individu yang mendapatkan intervensi menampakkan adanya peningkatan kompetensi emosional dan sosialnya.

Penelitian Kremenitzer (2005); Domitrovich, *et al.*, (2007); Ulatas dan Omeroglu (2007); Qualter *et al.* (2007); Repetto, *et al*. (2007); Yilmaz (2009); dan Ramli (2010), meggambarkan bahwa individu yang memperoleh sesi intervensi untuk meningkatkan kecakapan emosionalnya menunjukkan hasil adanya peningkatan kemampuan yang lebih tinggi pada: reaksi emosional; pengetahuan emosional; kemampuan beradaptasi; kesiapan diri dalam proses belajar; menghindari perilaku berisiko; dan mengelola kemarahan dibandingkan individu yang tidak memperoleh intervensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Depok menunjukkan bahwa mayoritas siswa (70,09%) memiliki kecenderungan tingkat kecakapan emosional pada kategori sedang, dan 14,73% siswa berada pada kategori rendah. Hal ini mengindikasikan pada adanya kebutuhan untuk peningkatan menuju tingkat kecakapan emosional yang tinggi.

Fenomena dan fakta empirik tersebut di atas menunjukkan perlu adanya upaya-upaya yang efektif untuk membantu terhadap peningkatan kecakapan emosional individu guna peningkatan kualitas belajar dan berbagai bidang kehidupan lainnya. Hal ini sejalan dengan UU No. 20 Tahun 2003, dimana pendidikan adalah merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagaamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan masyarakat, bangsa dan negara.

Mengacu pada UU No. 20 Tahun 2003 tersebut, maka program bimbingan dan konseling sebagai bagian dari pendidikan di sekolah dapat menjadi sarana untuk membantu memfasilitasi pengembangan kepribadian peserta didik, termasuk terhadap aspek kecakapan emosionalnya. Dalam hal ini yang dimaksud kecakapan emosional adalah sebagai kemampuan seseorang untuk mengelola emosi diri dengan segala potensi yang dimilikinya yang mencakup lima dimensi nilai-nilai kehidupan (Goleman, 2002), yaitu mencakup: (1) kesadaran diri (*self awareness*); (2) pengaturan diri (*self regulation*); (3) motivasi (*motivation*); (4) memahami perasaan orang lain (*empathy*); dan (5) keterampilan sosial (*social skill*).

Program bimbingan dan konseling yang efektif merupakan salah satu solusi stimulasi untuk membantu meningkatkan kecakapan emosional siswa, sehingga diharapkan mereka dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dalam wujud peningkatan kualitas hasil belajar dan kehidupannya.

Berbagai teknik dalam pelayanan bimbingan dan konseling dapat dilakukan melalui aktivitas baik secara individual, kelompok, maupun klasikal. Salah satu layanan bimbingan dan koseling dalam seting kelompok yang dipandang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran diri siswa adalah layanan melalui teknik sosiodrama (Gangel, 1986; Blatner, 2002; Maier, 2002; Cossa, 2006; Ecloff, 2006; Blatner, 2009; McLennan & Smith, 2007; McLennan, 2008; 2011). Sosiodrama telah digunakan di sekolah-sekolah sebagai upaya bantuan bagi perkembangan fisik, mental, dan emosional anak (Taylor, 1965; Larkin, 2001). Kegiatan sosiodrama yang menekankan pada kreativitas, spontanitas, dan ekspresi diri merupakan upaya untuk membantu siswa dalam pengembangan konsep diri yang ideal (Garcia, 1993; Somers, 1996; Taylor, 1965).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa sosiodrama efektif digunakan sebagai salah satu teknik dalam intervensi untuk meningkatkan kemampuan subyek penelitian. Diantaranya sosiodrama dapat untuk meningkatakan: kemampuan mengambil keputusan (Gangel, 1986; Blatner, 2002; dan Maier, 2002); sikap empati, manajemen marah dan kemampuan penyelesaian masalah Cossa (2006); memahami dan berkomunikasi (Ecloff, 2006); mendorong perilaku positif (McLennan & Smith, 2007); meningkatkan sikap peduli (McLennan, 2008); keaksaraan psikologis, keterampilan dalam komunikasi, pemecahan masalah, dan kesadaran diri (Blatner, 2009; dan McLennan, 2011). Selain itu hasil peneltian lainnya membuktikan bahwa sosiodrama membantu

meningkatkan: kecerdasan emosional (Ulya & Putri, 2010); rasa percaya diri siswa (Sa'adah, 2011); dan hubungan interpersonal remaja (Wijayanti, 2012).

Remaja memiliki kemampuan untuk mengembangkan segala potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara optimal termasuk untuk mencapai kecakapan emosionalnya. Upaya pengembangan kecakapan emosional melalui layanan bimbingan dan konseling didasarkan pada implikasi filsafah sebagaimana pandangan yang dikemukan oleh Hall dan Lindzey (Supriatna, 2010:11) sebagai berikut. *Pertama*, manusia pada dasarnya dilahirkan baik. *Kedua*, perilaku manusia dengan sadar, bebas, dan bertanggung jawab dibimbing oleh daya-daya positif, yang berasal dari dalam dirinya sendiri ke arah pemekaran seluruh potensi manusiawi secara penuh. *Ketiga*, agar berkembang ke arah positif, manusia membutuhkan suasana dan pendampingan personal serba penuh penerimaan dan penghargaan demi mekarnya potensi positif yang melekat pada dirinya.

Pandangan filsafiah tersebut di atas menghantarkan pada perumusan program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa yang didasarkan kepada pendekatan humanistik. Berdasarkan pandangan falsafah ini, program bimbingan dan konseling sebagai upaya pendidikan dalam bentuk layanan menurut Misiak dan Sexton (Supriatna, 2010) adalah merupakan layanan yang memusatkan perhatian pada pribadi (person).

Corey (Romlah, 2001:107), menyatakan sosiodrama merupakan upaya untuk menciptakan *restrukturisasi internal disfungsional* pola pikir dengan orang lain, dan menantang para peserta untuk menemukan jawaban baru pada beberapa

situasi dan menjadi lebih spontan dan mandiri. Melalui sosiodrama individu dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.

Layanan bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama dipandang dapat menjadi salah satu media alternatif untuk membantu siswa dalam mendapatkan bimbingan dan latihan dengan memainkan peran-peran sosial, sehingga diharapkan dapat membantu siswa dalam meningkatkan: (1) pemahaman dan kesadaran dirinya; (2) kemampuan mengelola emosinya; (3) motivasi untuk meraih tujuan-tujuan yang ingin dicapai; (4) sikap empati terhadap orang; dan (5) kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain.

Dengan demikian, program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama dalam penelitian ini dirumuskan atas dasar adanya kebutuhan terhadap peningkatan kecakapan emosional pada diri siswa sebagai individu, agar lebih mampu memahami diri sendiri dan orang lain sehingga diharapkan pada akhirnya dapat mendukung terhadap keberhasilan individu dalam bidang akademik, sosial pribadi, dan karirnya.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka penelitian ini difokuskan pada kajian tentang efektivitas program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 2 Depok Tahun Pelajaran 2012/2013.

B. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Fakta empirik dan landasan teoretik yang dipaparkan pada latar belakang di atas menjelaskan bahwa kecakapan emosional yang meliputi kemampuan kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan kecakapan membina hubungan berperan penting bagi kehidupan individu. Kecakapan emosional sebagai bagian dari aspek kepribadian merupakan wilayah kajian bimbingan dan konseling seperti yang tertuang dalam tujuan pendidikan (Depdiknas, 2003).

Menurut Gottman (2001), individu yang memiliki kecakapan emosional dapat menjadi lebih terampil dalam menguasai perasaannya, lebih mudah memusatkan perhatiaan, memiliki sikap optimis, produktif dan efektif dalam setiap kegiatan, mudah bergaul, serta peduli pada sesama. Hal ini akan berdampak positif pada proses dan hasil unjuk kerja akademik di sekolah serta ketika menjalin hubungan dengan orang lain. Penggunaan teknik sosiodrama sebagai upaya untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa diajukan sebagai salah satu alternatif bantuan fasilitasi dalam layanan bimbingan dan konseling.

Masalah utama penelitian ini adalah, “Bagaimana program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama yang efektif untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa?” Secara lebih rinci masalah utama tersebut dirumuskan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran umum kecakapan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 2 Depok tahun pelajaran 2012/2013?
2. Bagaimana rumusan program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama yang memadai menurut para ahli dan praktisi bimbingan dan

konseling untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 2 Depok tahun pelajaran 2012/2013?

3. Bagaimana gambaran efektivitas program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 2 Depok tahun pelajaran 2012/2013?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan menghasilkan program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama yang secara teoretis dan empiris efektif untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa. Secara khusus tujuan penelitian ini untuk menghasilkan:

1. gambaran kecakapan emosional siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Depok tahun pelajaran 2012/2013;
2. rumusan program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama yang memadai menurut pandangan para ahli dan praktisi bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Depok tahun pelajaran 2012/2013; dan
3. efektivitas program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Depok tahun pelajaran 2012/2013.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian diharapkan memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang bimbingan dan konseling terutama berkaitan dengan pengembangan program bimbingan dan konseling melalui melalui teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecakapan emosional siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi konselor sekolah atau guru bimbingan dan konseling, hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan untuk dapat menyusun dan melaksanakan program program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama yang efektif untuk membantu meningkatkan kecakapan emosional siswa.

b. Bagi kepala sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pengambilan kebijakkan dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah dengan meningkatkan dukungan untuk menunjang pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah dalam memenuhi kebutuhan siswa.

c. Bagi peneliti selanjutnya, untuk memperdalam kajian tentang kecakapan emosional dari berbagai variabel yang mempengaruhinya.

E. Asumsi Penelitian

1. Pada dasarnya setiap individu memiliki kemampuan dan kekuatan untuk mengembangkan segala potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara optimal termasuk untuk mengembangkan kecakapan emosionalnya.

2. Kecakapan emosional merupakan hasil dari proses pendidikan yang diperoleh sepanjang rentang kehidupan manusia. Kecakapan emosional dapat dipelajari dan dapat dikembangkan.
3. Orang yang memiliki kecakapan emosional yang tinggi akan berupaya menciptakan keseimbangan diri dan lingkungannya, mengusahakan kebahagiaan dari dalam dirinya sendiri, dapat mengubah sesuatu yang buruk menjadi lebih baik.
4. Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada konseli agar dapat berkembang secara optimal, dengan memanfaatkan potensi dan kekuatan yang dimiliki oleh konseli.
5. Layanan bimbingan dan konseling untuk membantu memfasilitasi pengembangan kecakapan emosional siswa dapat dilakukan melalui aktivitas permainan peran, diskusi, dan refleksi.
6. Sosiodrama merupakan permainan peranan yang dapat dijadikan sebagai salah satu upaya untuk membantu individu membangun kepercayaan diri dan belajar untuk meningkatkan dan mengembangkan perilaku-perilaku positif ketika berhadapan dengan resiko sebagai wujud berkembangnya kecakapan aspek emosional individu.

F. Metode Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif, yang melibatkan proses analisis dan penafsiran dengan menggunakan perhitungan-perhitungan statistik. Metode yang digunakan pada penilitian adalah metode penelitian eksperimen dengan desain kuasi eksperimen *non-equivalent control group design*.

Desain penelitian memilki dua kelompok subjek, yaitu satu sebagai kelompok eksperimen dan kelompok lainya sebagai kelompok kontrol. Kedua kelompok diberi *pretes-posttes* sebelum dan sesudah pemberian perlakuan intervensi. Teknik pengambilan sampel dipilih secara *purposive* yaitu siswa dipilih berdasarkan tujuan, yaitu siswa yang memiliki kecakapan emosional pada kategori sedang dan rendah.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah skala kecakapan emosional siswa untuk mengetahui profil kecakapan emosional siswa. Pengolahan hasil penelitian untuk menguji efektivitas program bimbingan dan konseling melalui teknik sosiodrama guna meningkatkan kecakapan emosional siswa dengan menggunakan *t-test*.