



## The Effectiveness of Group Guidance Services in Improving the Emotional Intelligence of Malaysian Students

Ria Lezita Mardiana<sup>1</sup>, M. Fauzi Hasibuan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan, Indonesia

**Abstract:** Emotional intelligence is one of the key factors supporting the social and academic development of elementary school students; however, in reality, there are still students who struggle to manage their emotions, build positive social relationships, and express their feelings appropriately. This study aims to test the effectiveness of group counseling services in improving the emotional intelligence of elementary school students. This study uses a quantitative approach with a pre-experimental design through a One-Group Pretest–Posttest Design. The research subjects consisted of seven fifth-grade students from the Muhammadiyah Kepong Counseling Center in Malaysia who were categorized as having low emotional intelligence. Data collection was conducted using an emotional intelligence scale with five aspects: self-awareness, self-control, self-motivation, empathy, and social skills. The data were analyzed using statistical tests to determine differences in students' emotional intelligence levels before and after receiving group counseling services. The results showed an increase in students' emotional intelligence scores after participating in group counseling. This improvement was evident in students' abilities regarding self-awareness and self-control, increased empathy, and the development of more positive social relationships with peers. Based on these findings, it can be concluded that group counseling services are effective in enhancing students' emotional intelligence. Therefore, group counseling services can serve as one of the intervention strategies that guidance and counseling teachers or school counselors can implement to support students' emotional and social development.

**Keywords :** Group Guidance; Emotional Intelligence; Elementary School.

## Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Malaysia

**Abstrak:** Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penting yang mendukung perkembangan sosial dan akademik siswa sekolah dasar, namun pada kenyataannya masih ditemukan siswa yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, membangun hubungan sosial yang positif, serta mengekspresikan perasaan secara tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Pre-experimental design melalui model One-Group Pretest–Posttest Design. Subjek penelitian berjumlah tujuh siswa dari kelas V di Sanggar Bimbingan Muhammadiyah Kepong, Malaysia yang memiliki kategori kecerdasan emosional yang rendah. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala kecerdasan emosional dengan lima aspek yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Data dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengetahui perbedaan tingkat kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor kecerdasan emosional siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Peningkatan tersebut terlihat pada kemampuan siswa dalam kesadaran dan pengendalian diri, meningkatkan empati, serta menjalin hubungan sosial yang lebih positif dengan teman sebaya. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai salah satu strategi intervensi yang dapat diterapkan oleh guru bimbingan dan konseling/konselor di sekolah untuk mendukung perkembangan emosional dan sosial siswa.

**Kata kunci :** Bimbingan Kelompok; Kecerdasan Emosional; Sekolah Dasar.

### Article history

Received: 20 Januari 2026

Revised: 28 Januari 2026

Accepted: 02 April 2026

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



Corresponding Author: Ria Lezita Mardiana ; [rialezita@gmail.com](mailto:rialezita@gmail.com)

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan sangat penting untuk membentuk individu yang unggul dengan mengumpulkan informasi yang luas dari berbagai sumber formal dan informal. Penetapan tujuan pendidikan yang tepat sangat penting untuk mencapai standar kualitas yang diperlukan. Meskipun tujuan yang telah ditetapkan memiliki pengaruh signifikan terhadap kesuksesan proses pendidikan, mengabaikan tujuan-tujuan ini dapat menyebabkan pengabaian aspek-aspek lain dalam pendidikan. Analisis yang mendalam diperlukan saat menetapkan tujuan pendidikan untuk menghindari masalah di masa depan. Oleh karena itu, sangat penting untuk menetapkan tujuan pendidikan yang memprioritaskan moralitas. Tujuan-tujuan ini menjadi landasan bagi pengembangan peradaban nasional (Ritonga, Hasibuan, & Wastuti, 2024).

Siswa diharapkan untuk menjaga sikap positif dan berperilaku sesuai dengan standar sekolah dan posisi mereka sebagai siswa. Pendidikan adalah proses yang dirancang untuk mempersiapkan siswa untuk pekerjaan di masa depan. Namun, salah satu contoh penurunan kualitas pendidikan adalah meningkatnya jumlah individu yang tidak dapat mengendalikan emosi mereka dan menunjukkan perilaku agresif. Pelatihan yang tidak memadai juga membuat sulit untuk memperoleh pengendalian emosi dan keterampilan sosial lainnya. Oleh karena itu, siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat mengekspresikan perasaannya dengan tepat, beradaptasi dengan lingkungannya, dan mengelola emosinya (Nisa & Muhid, 2022).

Pendidikan berfungsi sebagai sarana sosial di mana siswa berinteraksi dan membentuk sikap mereka. Peserta didik berada dalam fase transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa, mengalami berbagai perubahan psikologis. Perubahan yang paling menonjol di antaranya adalah pergeseran emosi peserta didik. Karena kecerdasan emosional bervariasi antar individu, fenomena alami ini memerlukan pengelolaan yang tepat (Thaib, 2024).

Elemen fisik, motorik, kognitif, sosial, emosional, linguistik, agama, dan moral mengalami perkembangan yang signifikan selama masa sekolah dasar (usia 6 hingga 12 tahun). Selama periode ini, anak-anak mulai membentuk sikap sosial saat mereka menghadapi tantangan psikologis adaptasi baik pada tingkat individu maupun dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Periode ini disebut sebagai 'tahap pembentukan kelompok', yang memerlukan kemampuan untuk membangun hubungan yang sehat saat anak-anak mulai berinteraksi dan bekerja sama secara aktif dengan teman sebaya mereka (Izzah, Sumantri, & EW, 2025).

Siswa dengan kecerdasan emosional rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memahami emosi mereka sendiri, mengatur perasaan, mempertahankan motivasi intrinsik, dan memahami emosi orang lain. Perilaku semacam ini dapat menyebabkan berbagai konsekuensi, termasuk bolos sekolah, tidur saat guru menjelaskan materi, dan mengambil istirahat yang terlalu lama. Penelitian lain menunjukkan bahwa perilaku yang diamati bersifat kontekstual. Pengamatan menunjukkan adanya siswa yang kesulitan mengendalikan amarah mereka, merasa sulit untuk mengendalikan diri, dan telah kehilangan kepercayaan diri.

Kecerdasan emosional sangat penting bagi siswa untuk berhasil di sekolah, berkembang di tempat kerja, dan berkomunikasi secara efektif dalam masyarakat. Siswa dengan kecerdasan emosional yang rendah mungkin kesulitan untuk menempatkan diri dengan tepat, cenderung marah terhadap orang lain, dan seringkali memanfaatkan niat orang lain, yang berpotensi menimbulkan konflik. Oleh karena itu, siswa memerlukan bimbingan dan sebaiknya diarahkan ke aktivitas yang antusias, kreatif, dan produktif. Menurut Salovey dan Gardner Indikator kecerdasan emosional meliputi mengenali emosi diri sendiri, mengelola perasaan internal, mengenali motivasi intrinsik, dan memiliki keterampilan komunikasi dengan orang lain (Nisa & Muhid, 2022).

Kecerdasan emosional merupakan faktor penting yang secara signifikan mempengaruhi proses adaptasi dan interaksi anak-anak di sekolah. Kecerdasan emosional menggabungkan kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan diri sendiri, sehingga memungkinkan seseorang untuk memanfaatkan kemampuan-kemampuan tersebut guna mencapai kesuksesan (Izzah,

Sumantri, & EW, 2025). Kesadaran diri, pengelolaan emosi, pemanfaatan emosi, pemahaman terhadap emosi orang lain, dan pembentukan hubungan merupakan salah satu indikator tersebut. Hal ini mencakup kemampuan untuk mengelola emosi orang lain dengan terampil, keterampilan kepemimpinan, kemampuan untuk mempertahankan hubungan dengan orang lain, dan kesuksesan dalam interaksi interpersonal (Izzah, Sumantri, & EW, 2025).

Kecerdasan emosional (EQ) merujuk pada kemampuan untuk menerima, mengevaluasi, mengelola, dan mengendalikan emosi sendiri. Emosi merujuk pada perasaan Anda terhadap suatu hubungan tertentu. Di sisi lain, kecerdasan (intelektual) merujuk pada kemampuan untuk memberikan alasan rasional untuk suatu hubungan tertentu. Dalam beberapa tahun terakhir, kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosional (EQ) dianggap sama pentingnya. Menurut beberapa penelitian, kecerdasan emosional dua kali lebih penting daripada kecerdasan intelektual dan berkontribusi secara signifikan lebih besar terhadap kesuksesan. Menurut Howard Gardner Kecerdasan emosional terdiri dari lima unsur utama. Secara spesifik, unsur-unsur tersebut meliputi kemampuan untuk mengenali dan mengendalikan emosi diri sendiri, kemampuan untuk peka terhadap emosi orang lain, kemampuan untuk terlibat dalam dialog dan negosiasi emosional dengan orang lain, serta kemampuan untuk menggunakan emosi sebagai motivasi diri (Thaib, 2024).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Sanggar Bimbingan Muhammadiyah Kepong, Malaysia, ditemukan adanya peserta didik yang kurang mengendalikan diri ketika ada masalah, tidak dapat menerima keadaan dirinya sendiri, tidak yakin dengan dirinya sendiri dalam menyelesaikan masalah dan kurang percaya diri dalam menghadapi apapun.

Untuk mengatasi masalah-masalah ini, guru BK memainkan peran penting dalam mengembangkan kecerdasan emosional. Program ini merupakan program bimbingan dan konseling yang dilaksanakan oleh lembaga pendidikan. Tujuannya adalah untuk memberikan dukungan agar siswa dapat meningkatkan dan mengoptimalkan kemampuan mereka. Berdasarkan poin-poin di atas, bimbingan dan konseling merupakan dua aspek dukungan yang diberikan kepada siswa oleh guru BK atau konselor. Dari beberapa layanan bimbingan dan konseling ini, akan dipilih layanan bimbingan kelompok untuk dijadikan sebagai intervensi dari permasalahan di tempat penelitian.

Menurut Juntika dalam Pranoto (2018), bimbingan kelompok merupakan suatu bentuk pendampingan yang berlangsung dalam konteks kelompok. Kegiatan ini meliputi penyajian materi serta interaksi kelompok yang menyoroti topik seperti pendidikan, karier, permasalahan personal, dan isu sosial. Tujuan utamanya adalah memberikan siswa akses terhadap layanan tersebut, sehingga mereka bisa dihindarkan dari kesulitan serta dibantu dalam mengoptimalkan potensi yang dimiliki. Berdasarkan definisi tersebut, layanan bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai upaya di mana seorang konselor dalam memberikan bimbingan dan mendampingi sekelompok individu melalui penerapan dinamika kelompok dalam mengejar tujuan yang telah ditentukan sebelumnya (Romlah, 2022).

Tujuan layanan bimbingan kelompok adalah mengumpulkan sejumlah orang sehingga mereka bisa memperoleh informasi dari konselor mengenai berbagai masalah yang membantu dalam pengambilan keputusan dan pemecahan permasalahan sehari-hari (Malm, 2022). Dalam pelaksanaannya, layanan ini melibatkan pemberian dukungan kepada sejumlah konseli melalui berbagai aktivitas serta dinamika kelompok. Dengan memanfaatkan potensi interaksi antar anggota, konselor atau profesional yang memfasilitasi bimbingan kelompok mendorong kerja sama antar anggota guna mencapai tujuan yang telah dirumuskan bersama (Narti, 2014). Berdasarkan rangkuman dari para ahli sebelumnya, layanan bimbingan kelompok menyediakan berbagai ilmu yang mendukung individu dalam mengatasi masalah, memperkuat perkembangan personal, dan membantu mereka mencapai potensi terbaik. Karena program ini diselenggarakan di lingkungan sekolah, peserta didik memperoleh wawasan dan pemahaman baru serta semakin terampil dalam berkontribusi secara aktif dan produktif dalam kegiatan diskusi kelompok. Dengan demikian, bimbingan kelompok berarti memberikan informasi yang bertujuan khusus kepada seluruh anggota kelompok secara serentak.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu kompetensi penting yang berperan dalam perkembangan sosial, penyesuaian diri, serta keberhasilan akademik siswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengenali emosi, mengendalikan perasaan, serta membangun hubungan sosial yang positif dapat mendukung proses belajar dan interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah. Dalam konteks layanan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok menjadi salah satu strategi yang efektif untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial dan emosional melalui dinamika kelompok, proses berbagi pengalaman, serta pembelajaran interpersonal antar anggota kelompok.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan sosial, pengendalian emosi, serta kepercayaan diri siswa. Melalui kegiatan diskusi kelompok, simulasi, dan refleksi pengalaman, siswa memiliki kesempatan untuk memahami perasaan diri sendiri maupun orang lain secara lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok memiliki potensi yang signifikan sebagai intervensi dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa di lingkungan pendidikan.

Adapun berbagai teknik layanan kelompok para ahli seperti diskusi, bermain peran, sosiodrama, psikodrama, simulasi game, home room, field trip dan pramuka. Pada penelitian ini, teknik layanan kelompok dilakukan secara berdiskusi secara tatap muka bersama narasumber. Tujuan dari penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan konseling kelompok terhadap kecerdasan emosional siswa.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimental yang merupakan jenis penelitian khusus yang menawarkan perlakuan atau aktivitas kepada sekelompok subjek penelitian tanpa kelompok kontrol. Penelitian pra-eksperimental ini dilakukan pada sekelompok orang untuk menerima perlakuan yang dapat memberikan gambaran awal dan menilai efek dari perlakuan tersebut menggunakan layanan bimbingan kelompok. Untuk tujuan penelitian ini, perlakuan ini akan digunakan sebagai variabel independen untuk kecerdasan emosional siswa.

Penelitian ini akan dilaksanakan di Sanggar Bimbingan Muhammadiyah Kepong, Malaysia. Jumlah subjek yang dipilih sebanyak 7 siswa menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Teknik ini merupakan metode pengambilan sampel yang didasarkan pada pertimbangan atau kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Dari hasil screening tersebut, ditemukan 7 siswa yang tergolong kecerdasan emosional siswa yang rendah. Studi ini menggunakan desain pretest-posttest satu kelompok. Menurut Arikunto (2010), desain ini memiliki pola sebagai berikut:

$O_1 \times O_2$
------------------

**Gambar 1. Pola One Group Pre-test dan Post-test Design**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji *Wilcoxon* (Sudjana, 2002) yaitu untuk melihat apakah ada peningkatan sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimen yang digunakan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa Malaysia. Pengambilan data penelitian dilakukan dengan cara penyebaran skala likert secara langsung kepada siswa kelas V Sekolah Dasar di Sanggar Bimbingan Muhammadiyah Kepong, Malaysia. kemudian diambil 7 orang siswa untuk dijadikan subjek penelitian dengan kecerdasan emosional siswa yang rendah.

#### **1. Data Hasil Pre-Test Kecerdasan Emosional**

Perhitungan *pre-test* yang didapatkan dari 7 siswa sebelum diberikan bimbingan kelompok dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1. Hasil *Pre-Test* Kecerdasan Emosional**

No.	Responden	Skor	Kategori
1.	AL	85	Rendah
2.	AM	96	Rendah
3.	BS	87	Rendah
4.	EP	87	Rendah
5.	JS	102	Rendah
6.	PK	94	Rendah
7.	GS	88	Rendah
<b>Jumlah</b>			<b>639</b>
<b>Nilai Tertinggi</b>			<b>102</b>
<b>Nilai Terendah</b>			<b>85</b>
<b>Rata-Rata</b>			<b>91,28</b>

Berdasarkan tabel diatas, hasil data *pre-test* kecerdasan emosional siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok menunjukkan bahwa sebanyak 7 responden tersebut pada kategori rendah. Hal ini perlu dilakukan intervensi lebih lanjut.

## 2. Data Hasil *Post-Test* Kecerdasan Emosional

Data hasil perhitungan *post-test* dari 7 siswa setelah mereka mengikuti bimbingan kelompok menunjukkan sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil *Post-Test* Kecerdasan Emosional**

No.	Responden	Skor	Kategori
1.	AL	119	Sedang
2.	AM	124	Sedang
3.	BS	128	Tinggi
4.	EP	144	Tinggi
5.	JS	124	Sedang
6.	PK	129	Tinggi
7.	GS	136	Tinggi
<b>Jumlah</b>			<b>904</b>
<b>Nilai Tertinggi</b>			<b>144</b>
<b>Nilai Terendah</b>			<b>119</b>
<b>Rata-Rata</b>			<b>129,14</b>

Hasil data *post-test* pada tabel diatas setelah mendapatkan layanan layanan bimbingan kelompok diperoleh hasil kategori kecerdasan emosional siswa menunjukkan terdapat 3 responden dalam kategori sedang, dan terdapat 4 responden dalam kategori tinggi.

Berdasarkan kedua tabel di atas, terlihat adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, secara keseluruhan 7 responden didapatkan skor total *pre-test* sebesar 639 dan skor *post-test* sebesar 904 maka dengan demikian selisih skor total *pre-test* dan *post-test* diperoleh skor sebesar 235, dalam artian terdapat peningkatan kecerdasan emosional sebesar 33,2%.

## 3. Pengujian Hipotesis

Hipotesis diuji menggunakan metode uji Wilcoxon signed-rank. Hasil dari uji tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Hasil Data dengan Menggunakan Uji Wilcoxon**

Responden	Pre-Test	Post-Test	BEDA (D)	D-MD (d)	Peringkat	Tanda Peringkat Positif	Tanda Peringkat Negatif
AL	85	119	34	2	5	5	
AM	96	124	38	6	6	6	
BS	87	128	41	9	7	7	
EP	87	144	57	25	8	8	
JS	102	124	18	-14	1		1
PK	94	129	21	-11	2		2
GS	88	136	26	-6	4		4
<b>Jumlah</b>	<b>639</b>	<b>904</b>	<b>235</b>		<b>36</b>	<b>26</b>	<b>7</b>

Berdasarkan tabel di atas, jumlah peringkat dengan tanda positif adalah 26, sedangkan peringkat dengan tanda negatif berjumlah 10. Oleh karena itu, nilai J yang digunakan adalah 10, yaitu jumlah peringkat yang lebih kecil. Menurut tabel nilai kritis untuk uji Wilcoxon signed-rank dengan  $n = 7$  dan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ , nilai J tabel adalah 4. Karena  $J_{hitung} > J_{tabel}$  dimana  $7 > 4$  maka dapat disimpulkan bahwa “Ada efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap kecerdasan emosional siswa kelas V Sekolah Dasar di Sanggar Bimbingan Muhammadiyah Kepong, Malaysia.

## **Pembahasan**

Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang secara signifikan mempengaruhi hasil belajar siswa. Siswa dengan kecerdasan emosional tinggi mencapai hasil belajar yang lebih baik. Siswa dengan kecerdasan emosional tinggi mampu mengekspresikan emosi mereka, memotivasi diri sendiri, menjaga disiplin, dan menunjukkan kontrol diri yang kuat untuk mengadopsi sikap dan perilaku yang efektif. Siswa yang kecerdasan emosionalnya belum cukup berkembang cenderung menunjukkan sikap dan perilaku yang melampaui pemikiran rasional. Anak-anak yang kebutuhannya tidak terpenuhi sering beralih ke sikap negatif yang bertentangan secara diametral dengan disposisi mereka sebelumnya. Hal ini terjadi karena anak tersebut tidak mampu mengelola emosinya secara efektif (Saputra, Sisi, Pratama, & Jusman, 2024).

Menurut Goleman Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri dan emosi orang lain, memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi secara tepat dalam hubungan dengan orang lain (Chintya & Sit, 2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional dapat dibagi menjadi dua kategori: Faktor internal dan eksternal merupakan pengaruh utama terhadap kecerdasan emosional. Faktor internal adalah faktor yang memengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Elemen-elemen ini meliputi pengalaman pribadi, persepsi, kemampuan kognitif, dan motivasi. Di sisi lain, faktor eksternal seperti teman, sekolah, dan masyarakat disebut sebagai pengaruh eksternal (Nisa & Muhiid, 2022).

Dalam kecerdasan emosional, siswa berusaha memahami emosi mereka sendiri dan mempertahankan motivasi belajar mereka bahkan ketika nilai mereka rendah. Pengukuran motivasi belajar menunjukkan bahwa siswa berprestasi tinggi dan siswa yang sukses mampu mengatasi kesulitan dan mencapai kesuksesan. Oleh karena itu, siswa dengan kecerdasan emosional tinggi juga menunjukkan tingkat motivasi belajar yang tinggi (Amanda, et al., 2024)

Konseling kelompok melibatkan beberapa siswa atau klien yang berkumpul bersama untuk memanfaatkan dinamika kelompok, belajar dari pengalaman satu sama lain, dan membantu siswa atau klien dalam menyelesaikan masalah. Tujuan konseling kelompok adalah untuk memanfaatkan kekuatan kelompok (situasi) guna mendukung klien dalam membawa perubahan perilaku, membangun pola pikir, memperoleh kemampuan untuk menghadapi kondisi hidup mereka, mengambil keputusan penting, dan memperkuat tekad mereka untuk melaksanakan keputusan tersebut secara bertanggung jawab. Pendekatan kelompok dalam layanan bimbingan dan konseling memiliki keuntungan khusus untuk konseling sekolah. Pendekatan kelompok sangat bermanfaat dalam konseling sekolah. Lembaga pendidikan menawarkan konseling kelompok untuk menangani kesulitan belajar, masalah pribadi, kekhawatiran karir, atau masalah sosial (Pratiwi, Karneli, & Netrawati, 2024).

Konsep dasar konseling kelompok harus dipahami oleh konselor yang memberikan layanan konseling kelompok. Hal ini menjadi landasan untuk memberikan layanan profesional kepada klien. Oleh karena itu, makalah ini menjelaskan poin-poin penting yang harus dipahami oleh konselor agar dapat memberikan konseling kelompok secara profesional dan efektif (Pratiwi, Karneli, & Netrawati, 2024)

Menurut (Pratiwi, Karneli, & Netrawati, 2024) ada beberapa tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok, yaitu; (a) mengentaskan permasalahan yang dialami anggota kelompok, (b) melatih keberanian mengemukakan pendapat, (c) melatih mencari solusi dari permasalahan yang dibahas, (d) belajar dari pengalaman orang lain, (e) menumbuhkan rasa empati terhadap orang lain.

Berdasarkan data yang telah dilakukan melalui wawancara, ada beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya kecerdasan emosional peserta didik. Adapun faktor yang mempengaruhi rendahnya kecerdasan emosional peserta didik menurut (Sulastri & Perwanti, 2022) yang sejalan dengan penelitian ini, yaitu; (1) tidak memiliki keseimbangan emosi: ketidakmampuan mengendalikan emosi, kecenderungan untuk marah tanpa alasan yang jelas, kecenderungan untuk menarik kesimpulan secara terburu-buru akibat kecemasan berlebihan, dan sikap yang kurang bertanggung jawab merupakan beberapa penyebab ketidakseimbangan emosional, (2) tidak dapat menyesuaikan diri dengan beban yang sedang dihadapi: kondisi ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan stres terlihat ketika subjek tidak mampu mengatasi masalah dan menjadi bingung, sehingga tidak dapat merumuskan solusi. Dalam situasi seperti itu, subjek cenderung menjadi depresi, kehilangan konsentrasi, dan menjadi diam, (3) kurang mampu bergaul dengan orang-orang disekitar: suatu keadaan di mana subjek penelitian hanya berinteraksi di dalam kelompok kecil mereka sendiri dan tidak mampu berpartisipasi secara aktif dalam lingkungan eksternal, (4) tidak memiliki

penguasaan diri: kurangnya kendali diri sebagai kondisi di mana subjek penelitian gagal mengatur emosi negatifnya sendiri dan mengabaikan reaksi orang lain.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Tri Sulastri, Yuline dan Purwanti Faktor internal adalah faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional siswa, khususnya fakta bahwa siswa tidak dapat menerima situasi mereka sendiri dan tidak mampu mengembangkan rasa tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri. Ketika menghadapi situasi semacam itu, anak-anak mungkin mengembangkan perasaan inferioritas, mudah terluka, atau menarik diri dari orang lain. Selain faktor internal, penelitian ini juga mempertimbangkan faktor eksternal. Faktor-faktor ini meliputi situasi seperti perceraian orang tua dan metode pengasuhan.

Kegiatan dukungan yang dipimpin oleh guru (BK) merupakan langkah terapeutik yang dirancang untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa dan mendorong perkembangan karakter yang sehat melalui pembelajaran berkelompok. Pentingnya pembelajaran berkelompok, terutama dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa, menuntut pengembangan kerangka kerja baru dan metodologi yang sesuai. Model layanan pembelajaran berkelompok yang menggunakan teknik diskusi berkelompok kecil dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa (Cahyono, Prasasti, & Prakoso, 2024).

Dengan tujuan bimbingan kelompok untuk memberi informasi data untuk mempermudah pembuatan keputusan dan tingkah laku (Cahyono, Prasasti, & Prakoso, 2024). Bimbingan kelompok adalah proses yang memanfaatkan dinamika sosial untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan emosional, sosial, dan moral individu. Kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan emosi sendiri, serta membangun hubungan harmonis dengan orang lain. Bimbingan kelompok membantu siswa mengembangkan karakteristik ini melalui pengalaman sosial yang direncanakan. Prinsip dasar bimbingan kelompok adalah kesetaraan, keterbukaan, dinamika kelompok, dan tujuan (Hidayat, Wahyudi, & Rismwati, 2025).

Dalam penelitian ini, guru BK melakukan konseling kelompok untuk memberikan dukungan kepada siswa. Fasilitator konseling kelompok bertanggung jawab untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi siswa. Goleman dalam (salsabiella & Lesmana, 2025) Pengaturan emosi yang baik dapat meningkatkan toleransi terhadap frustrasi, pengelolaan amarah yang sehat, dan kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat. Hal ini penting untuk mengurangi konflik dan mempromosikan interaksi sosial yang positif. Studi ini menunjukkan bahwa peran fasilitator konseling kelompok sangat penting bagi keberhasilan konseling kelompok (Ilmi & Nst, 2024).

Mengingat semua aspek yang telah dibahas sejauh ini, sangat penting untuk memperkenalkan layanan bimbingan kelompok yang efektif guna mengembangkan kecerdasan emosional siswa. Namun, hal yang tak kalah pentingnya adalah semua pemangku kepentingan termasuk orang tua, konselor, dan sekolah harus menunjukkan komitmen yang kuat dan bekerja sama untuk mencapai hasil yang diinginkan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan temuan penelitian dan diskusi, para peneliti mencapai kesimpulan sebagai berikut. Penyebab utama rendahnya kecerdasan emosional di kalangan siswa adalah ketidakseimbangan emosi, kurangnya kepercayaan diri, kurangnya dukungan emosional dari orang tua, kesulitan dalam pengambilan keputusan, kurangnya interaksi dengan orang lain, dan kurangnya dukungan emosional dari orang tua. Selain itu, penyebab utama penurunan kecerdasan emosional adalah faktor internal, yang terutama menonjol di antara faktor eksternal yang dianalisis oleh para peneliti (seperti lingkungan keluarga, lingkungan sosial, dan lingkungan sekolah). Hal ini termasuk ketidakmampuan untuk membentuk hubungan yang dekat dan kemampuan yang kurang berkembang untuk mengekspresikan emosi secara tepat. Selain itu, kecemasan terhadap situasi sosial dan kurangnya kepercayaan diri juga berkontribusi pada rendahnya kecerdasan emosional siswa. Untuk mengatasi masalah-masalah ini, guru BK mengadakan pembelajaran berkelompok dan menggunakan teknik diskusi untuk membantu siswa mengatasi hal-hal yang tidak dapat mereka ungkapkan dengan kata-kata.

## **REFERENSI**

- Amanda, E., Rahayu, A., Evani, I., Rosa, Y., Rafly, Savitri, A., & Sabrina, N. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Di Smp Negeri 8 Bukittinggi. *Jurnal Empati*, 13(3), 235-241.
- Cahyono, D., Prasasti, S., & Prakoso, E. (2024). Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Pada Siswa Kelas X Jurusan Tbsm Smk Kosgoro 1 Sragen Tahun Pelajaran 2023/2024. *Jurnal Kreatif Olahraga*, 2(1), 65-75.
- Chintya, R., & Sit, M. (2024). Analisis Teori Daniel Goleman Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini. *Absorbent Mind: Journal Of Psychology And Child Development*, 4(1), 159-168.
- Habsy, B. A., Rahmah, M., Putri, C., & Arifuddin, T. (2024). Konsep Dasar Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Realita. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 1(4), 1-12.
- Hidayat, A., Wahyudi, N., & Rismwati, I. (2025). Implementasi Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kecerdasaan Emosional Peserta Didik Di Sd Negeri Ciseureuh. *Jurnal Tahsinia*, 6(1), 11-26.
- Ilmi, A., & Nst, F. (2024). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Menanggulangi Tawuran Antar Pelajar. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(2), 2079 - 2090 .
- Izzah, A., Sumantri, M., & Ew, E. (2025). Implementasi Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2), 372-386.
- 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.
- Pratiwi, U., Karneli, Y., & Netrawati. (2024). Pemahaman Mendasar Tentang Konseling Kelompok Bagi Praktisi Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara (Jpsn)*, 2(2), 60-66.
- Ritonga, A., Hasibuan, M. F., & Wastuti, S. N. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Pemantapan Karir Studi Lanjut Siswa. *Coution : Journal Of Counseling And Education*, 5(1), 137 – 144.
- Salsabiella, D., & Lesmana, G. (2025). Penerapan Teknik Psikoedukatif Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Regulasi Emosional Siswa Sma. *Al-Iman: Jurnal Keislaman Dan Kemasyarakatan*, 9(1), 46-58.
- Saputra, E., Sisi, L., Pratama, M., & Jusman. (2024). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Interaksi Sosial Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Journal Of Education Sciences: Fondation & Application (Jesfa)*, 3(2).
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastri, T., & Perwanti. (2022). Studi Tentang Kecerdasan Emosional Rendah Pada Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 18 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 11(3), 1-8.
- Thaib, M. (2024). Upaya Penerapan Metode Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Pemahaman Siswa Pada Materi Kecerdasan Emosi Peserta Didik. *Madrasa Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 60-72.