

PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA MELALUI PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL

Yunita, Wijaya, Sari Misnaini

Universitas Islam Negeri Raden (UIN) Fatah Palembang, Indonesia,

Universitas Islam Negeri Raden (UIN) Fatah Palembang, Indonesia,

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada, Palembang, Indonesia,

yunitahani_uin@radenfatah.ac.id

wijaya_uin@radenfatah.ac.id sari_misnaini@binahusada.ac.id

Abstrak

<i>Article History</i>	<i>Education is an effort that aims to develop</i>
<i>Received :16-08-2022</i>	<i>the whole person which includes three</i>
<i>Revised :09-09-2022</i>	<i>aspects, namely cognitive, affective and</i>
<i>Accepted :22-09-2022</i>	<i>psychomotor aspects. To be able to</i>
Keywords:	<i>achieve educational goals consisting of</i>
<i>Transactional</i>	<i>these three aspects. The method used in</i>
<i>Analysis Techniques,</i>	<i>this study was the Classroom Action</i>
<i>Emotional Intelligence</i>	<i>Research method with 8 students as</i>
	<i>research subjects showing low self-</i>
	<i>emotional intelligence. The results showed</i>
	<i>that in cycle 1 there were The average</i>
	<i>increase in counseling emotional</i>
	<i>intelligence was 87.20%, in cycle 2 there</i>
	<i>was an increase in counseling emotional</i>
	<i>intelligence by an average of 96.71%, and</i>
	<i>cycle 3 there was an average increase in</i>
	<i>counseling emotional intelligence by</i>
	<i>94.53%. From cycle 1 to cycle 3 showed</i>
	<i>that there was an increase in students'</i>
	<i>emotional intelligence through</i>
	<i>transactional analysis counseling</i>
	<i>techniques by 84.87%. It was concluded</i>
	<i>that there was an increase in emotional</i>

intelligence from 8 counsellors after being given counseling techniques with a transactional analysis approach, the average increase in each counseling was different, in each cycle, counsellors' responses to know their emotions, manage their emotions, motivate themselves, empathy and social fluctuation skills. It is expected that guidance and counseling teachers in madrasah can use transactional analysis techniques in improving students' emotional intelligence.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu upaya yang bertujuan untuk mengembangkan manusia seutuhnya yang meliputi tiga aspek, yaitu aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Untuk dapat mencapai tujuan pendidikan yang terdiri dari tiga aspek tersebut, perlu dikembangkan berbagai aspek kepribadian, meliputi intelektual, sosial, dan emosi. Individu mempunyai dua kecerdasan, yaitu berfikir (kecerdasan intelektual) dan merasa (kecerdasan emosi). Kedua kecerdasan ini dapat membantu seseorang dalam meningkatkan dan mengembangkan disiplin diri terutama dalam pengendalian diri agar tidak melakukan hal-hal yang bersifat impulsif. (Aguss, 2020).

Tindakan perilaku menyimpang, muncul karena pemahaman diri dan pengendalian diri mereka kurang. Pemahaman dan pengendalian diri merupakan bagian dari kecerdasan emosional. Kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosi harus seimbang. Karena apabila kecerdasan intelektual individu tinggi, sedangkan kecerdasan emosinya rendah, maka tidak menjamin kesuksesan individu. Seorang ahli bernama Achenbach dalam buku "Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi", telah melakukan penelitian mengenai kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional terhadap anak-anak usia tujuh hingga enam belas tahun di Amerika dan juga negara-negara lainnya. Dari penelitiannya diperoleh hasil bahwa akibat dari pengabaian salah satu aspek kecerdasan itu maka banyak sekali pelanggaran disiplin yang kebanyakan dilakukan oleh pelajar di sekolah. Individu yang kecerdasan emosinya kurang, nampak dalam perilaku depresi, putus asa terhadap masa depan dan terisolir,

mudah marah dan sulit diatur, gugup dan cenderung cemas, dan lebih impulsif dan agresif. (ELPA, 2022)

Perilaku para siswa yang menunjukkan kecerdasan emosionalnya rendah perlu mendapatkan penanganan. Bimbingan dan konseling sekolah diharapkan dapat menangani setiap masalah siswa seperti halnya dalam menangani siswa yang kecerdasan emosional rendah. Salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling yang diperkirakan efektif dan efisien dalam membantu mengembangkan kecerdasan emosionalnya adalah melalui pendekatan analisis transaksional. Dalam Al-Qur'an pemberi petunjuk kepada jalan yang lurus sebagaimana firman-Nya;

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا ﴿٩﴾

Artinya: *Sesungguhnya al Quran ini memberikan petunjuk kepada (jalan) yang lebih lurus dan memberi kabar gembira kepada orang-orang mu'min yang mengerjakan amal saleh bahwa bagi mereka ada pahala yang besar. QS. Al-Isra' (17): 9.*

Pendekatan Investigasi bersyarat menonjolkan bagian mental, objektif dan perilaku dan dirancang untuk memperluas perhatian sehingga siswa akan benar-benar ingin menetapkan pilihan dan rencana baru untuk hidup mereka.. (Syahputra dkk., 2019) Dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa dilakukan melalui proses penanganan kasus yang dialami siswa. Sebagai contoh kasus yang terjadi pada siswa yaitu kasus berkelahi. Kasus siswa berkelahi sebagai salah satu contoh perilaku siswa di lapangan, yang apabila dilihat dari segi perkembangan kecerdasan emosi, maka ia memiliki kecerdasan emosi yang kurang terutama pada aspek empati, ketrampilan sosial, dan mengenali emosi.

Fenomena yang ada menunjukkan bahwa siswa-siswa di madrasah/sekolah masih ada berperilaku tidak masuk sekolah tanpa keterangan, datang terlambat, berkelahi, berkata kasar/jorok, tidak mendengarkan guru saat pelajaran, berbohong dan melawan guru, data-data ini diperoleh dari laporan beberapa guru bidang studi, wali kelas dan pembina OSIS (Laksono, 2020).

Untuk mengatasi masalah tersebut, selama ini diatasi oleh wali kelas, wakil kesiswaan dan guru bimbingan konseling. Selama

memberikan layanan di madrasah/sekolah guru bimbingan konseling masih bersifat nasehat dan belum menggunakan pendekatan konseling analisis transaksional. Bimbingan yang diberikan kepada siswa masih bersifat memberi nasehat, padahal kecerdasan emosional para siswa perlu dikembangkan agar perilaku mereka menjadi lebih baik. Perilaku-perilaku para siswa tersebut tidak sesuai dengan ciri-ciri kecerdasan emosional yang baik yang sesuai dengan tingkat perkembangannya. Kecerdasan emosi para siswa perlu dikembangkan, agar sesuai dengan tingkat perkembangannya. Ciri-ciri seorang individu dikatakan memiliki kecerdasan emosi yang sesuai dengan tingkat perkembangannya, meliputi: 1). Persepsi perasaan diri adalah memahami apa yang mereka rasakan secara konsisten, dan terbiasa memiliki pilihan untuk mengejar pilihan mereka sendiri, memiliki keberanian yang kuat, sehingga mereka memiliki aturan yang masuk akal untuk kapasitas mereka. 2). Berurusan dengan perasaan adalah mengelola sentimen sehingga sentimen dapat dikomunikasikan dengan tepat, dan memiliki pilihan untuk menghibur diri sendiri, dan dapat memberikan kegugupan dan humor yang buruk. 3). Inspirasi diri adalah memanfaatkan kerinduan yang paling mendalam untuk menggerakkan dan membimbing orang menuju tujuan, bertindak sungguh-sungguh, dan memiliki pilihan untuk mengelola kekecewaan dan ketidakpuasan. 4). Belas kasih untuk orang lain adalah memiliki pilihan untuk merasakan apa yang orang lain rasakan dan berkumpul dalam hubungan. 5). Kemampuan interaktif, khususnya bekerja sama tanpa hambatan, memiliki pilihan untuk bekerja sama, dan berpikir untuk mengurus masalah. (Dewi, 2018)

Dari permasalahan di atas dapat dilihat bahwa masalah yang dialami oleh siswa diselesaikan menggunakan pendekatan analisis transaksional yang bertujuan agar kecerdasan emosi yang dimiliki menjadi baik atau berkembang sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Metode Penelitian

Subjek penelitian adalah 8 siswa yang terindikasi rendahnya kecerdasan emosional serta berkolaboratif dengan 2 orang guru bimbingan dan konseling.

Siklus Penelitian

Pelaksanaan penelitian kegiatan balai studi ini terbantu melalui

penataan administrasi pembinaan perorangan dan perkumpulan dengan menggunakan strategi ujian bersyarat (investigasi dasar, kekosongan kursi dan pura-pura) dalam 3 siklus, setiap siklus terdiri dari 4 fase, khusus menyusun, melaksanakan kegiatan, memperhatikan dan merenungkan.

Persiapan Penelitian

Pelaksanaan tindakan terdiri dari tiga siklus penelitian, sebelum melaksanakan penelitian, beberapa hal yang dipersiapkan sesuai dengan tahapan seperti :

Tahap Perencanaan Tindakan

- 1) Menentukan kelas mata pelajaran eksplorasi melalui pre-test dan persepsi.
- 2) Persiapan-persiapan yang meliputi alokasi waktu, bidang dan jenis administrasi, media administrasi, situasi, kemampuan memahami orang pada skala intinya, perangkat penilaian, lembar persepsi pembimbing dan lembar persepsi konseli.
- 3) Tentukan titik fokus persepsi dan sudut yang diperhatikan.
- 4) Memutuskan jenis informasi dan bagaimana mengumpulkannya.
- 5) Memutuskan pemberi persepsi, bantuan persepsi, lembar persepsi dan cara melengkapi persepsi. Putuskan bagaimana melakukan refleksi dan refleksi penghibur
- 6) Menetapkan standar kemajuan dalam upaya berpikir kritis
- 7) Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional. *treatment* dilaksanakan sebanyak 3 kali per siklus yaitu: analisis struktural, kursi kosong, dan permainan peran. Tiga teknik tersebut berperan dalam mengembangkan lima aspek kecerdasan emosional, diantaranya yaitu aspek mengenali emosi, aspek mengelola emosi, aspek memotivasi diri sendiri, pengembangan aspek empati dan aspek keterampilan sosial.

Treatment dilaksanakan tiga kali per siklus yaitu tiga kali tindakan dan setelah evaluasi akan ditindaklanjuti/refleksi pada siklus selanjutnya. (Rangkuti, 2020)

Siklus Pertama

Pelaksanaan tindakan atau *treatment* untuk mengembangkan aspek mengenali dan mengendalikan emosi siswa yaitu melalui

pendekatan analisis transaksional menggunakan teknik analisis struktural, kursi kosong, dan analisis skenario. Teknik ini diharapkan siswa dapat mengendalikan diri dan mengelola emosinya, dengan menyelesaikan masalah melalui bermusyawarah, semua siswa dapat menyadari tingkat kesalahannya, sehingga siswa dapat mengambil keputusan- keputusan yang ada dalam kehidupannya dan siswa dapat merubah tingkah lakunya yang tidak sesuai menjadi tingkah laku yang sesuai serta dapat menyadari perilakunya, sehingga siswa dapat menyadari bahwa perilakunya tersebut salah dan tidak sesuai dengan pribadi siswa saat ini, pribadi yang seharusnya memberikan contoh yang baik. (Adhiputra, 2015)

Pelaksanaan tindakan atau *treatment* untuk mengembangkan aspek memotivasi diri sendiri menggunakan teknik kursi kosong dan permainan peran, dengan teknik-teknik ini diharapkan siswa termotivasi untuk berperilaku positif, sehingga keinginan dan tujuan hidupnya pun tercapai serta termotivasi untuk mencapai keinginannya sesuai dengan yang telah direncanakan.

Pelaksanaan tindakan atau perlakuan untuk mengembangkan aspek empati menggunakan teknik permainan peran. Melalui teknik ini diharapkan siswa dapat merubah perilakunya kearah yang positif.

Pelaksanaan tindakan atau perlakuan untuk mengembangkan aspek keterampilan sosial menggunakan teknik analisis struktural. Melalui teknik ini diharapkan siswa dapat memperbaiki interaksi antarpersonalnya dan dapat mengembangkan cara-cara baru (positif) dalam berinteraksi dengan orang lain. (Minalloh, 2020)

Siklus ke dua

Pelaksanaan kegiatan atau perlakuan pada siklus berikutnya selesai mengingat akibat yang muncul pada siklus primer dan rencana kegiatan yang telah disusun untuk siklus selanjutnya akan dilakukan dalam tiga kali pertemuan.

Siklus ketiga

Pelaksanaan kegiatan atau perlakuan pada siklus III dilakukan dengan melihat efek samping yang muncul pada siklus berikutnya dan rencana kegiatan yang telah disusun untuk siklus III akan diselesaikan dalam tiga pertemuan.

Tahap Observasi

Eksekusi persepsi selesai sementara dengan pelaksanaan kegiatan atau pengobatan. Persepsi diajukan mencoba mengumpulkan

informasi. Informasi yang akan dikumpulkan adalah informasi subjektif yang akan dikumpulkan melalui persepsi dan pertemuan, sedangkan informasi kuantitatif akan dikumpulkan melalui efek samping dari post-test dan pra-uji kemampuan siswa untuk menghargai individu pada skala tingkat yang lebih dalam. Pedoman observasi yang akan digunakan adalah lembar persepsi pembimbing dan konseli, serta perangkat penilaian. (Windayana, 2012)

Evaluasi dilakukan dalam upaya pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif, setiap akhir tindakan untuk setiap siklusnya dan dilakukan secara tertulis.

Tahap Refleksi

Pada tahap ini Semua informasi yang dikumpulkan ditangani melalui tahapan berikut:

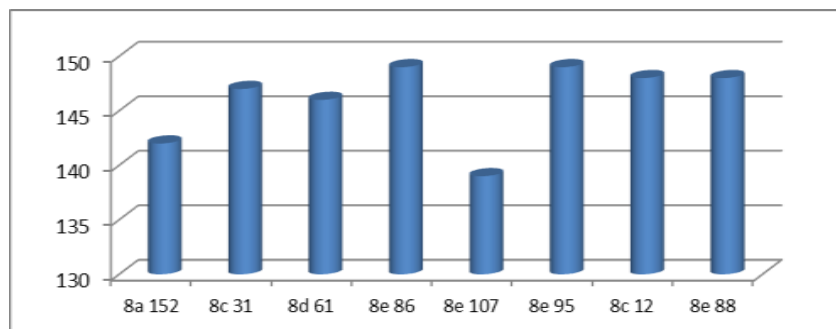
Informasi berkurang, jika ada informasi yang tidak diperlukan, penataan ulang informasi, penataan informasi, induksi informasi.

Hasil Dan Pembahasan

Deskripsi Siklus I

Dari hasil data awal kecerdasan emosional, yang diperoleh melalui hasil observasi dan wawancara serta laporan dari guru bidang studi, wali kelas, wakil kesiswaan dan siswa didapatkan gambaran kecerdasan emosional konseli seperti pada grafik 1 dibawah ini :

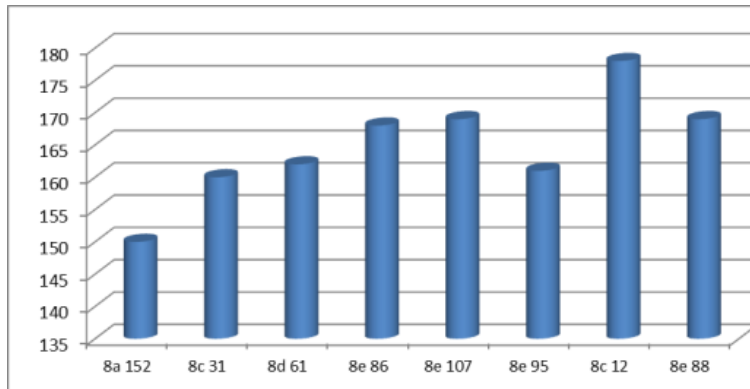
Grafik 1.
Kecerdasan Emosional Siswa Sebelum Mendapat Perlakuan



Pada siklus 1, untuk mengatasi masalah konseli dilakukan pendekatan analisis transaksional yaitu analisis struktural, analisis kursi kosong dan permainan peran, kemudian dilakukan penilaian

jangka pendek setelah satu minggu diberikan perlakuan sehingga didapatkan data kecerdasan emosional siswa setelah perlakuan tertera pada grafik 2 dibawah ini :

Grafik 2.
Kecerdasan Emosional Siswa Setelah Mendapat Perlakuan



Pembahasan

Setelah dianalisis dari beberapa sumber data pada siklus 1, hasil dari penerapan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui jenis layanan konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) terjadi peningkatan kecerdasanan emosional konseli rata-rata sebesar 87.20 %.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8a152 dengan rata-rata sebesar 94,67% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 106,25%, mengelola emosi diri sebesar 80,65%, memotivasi diri sendiri sebesar 100%, empati sebesar 85,71% dan keterampilan bersosial sebesar 100%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c31 dengan rata-rata sebesar 92.5% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 96.96%, mengelola emosi diri sebesar 96.77%, memotivasi diri sendiri sebesar 77.5%, empati sebesar 100% dan keterampilan bersosial sebesar 96.55%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8d61 dengan rata-rata sebesar 90.12% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 89.47%, mengelola emosi diri sebesar 81.82%, memotivasi diri sendiri sebesar 67.5%,

empati sebesar 108% dan keterampilan bersosial sebesar 119.23%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e86 dengan rata-rata sebesar 88.69% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 88.23%, mengelola emosi diri sebesar 88.89%, memotivasi diri sendiri sebesar 83.33%, empati sebesar 96.87% dan keterampilan bersosial sebesar 86.67%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e107 dengan rata-rata sebesar 88.25% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 72.22%, mengelola emosi diri sebesar 103.3%, memotivasi diri sendiri sebesar 83.16%, empati sebesar 96.67% dan keterampilan bersosial sebesar 82.86%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e95 dengan rata-rata sebesar 92.55% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 90.32%, mengelola emosi diri sebesar 93.75%, memotivasi diri sendiri sebesar 93.75%, empati sebesar 96.88% dan keterampilan bersosial sebesar 88.24%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c12 dengan rata-rata sebesar 69.23% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 69.23%, mengelola emosi diri sebesar 83.87%, memotivasi diri sendiri sebesar 88.89%, empati sebesar 86.49% dan keterampilan bersosial sebesar 88.57%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e88 dengan rata-rata sebesar 87,57% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 85.29%, mengelola emosi diri sebesar 91.18%, memotivasi diri sendiri sebesar 86.11%, empati sebesar 96.55% dan keterampilan bersosial sebesar 80.56%.

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional. (Goleman, 2013 :180).

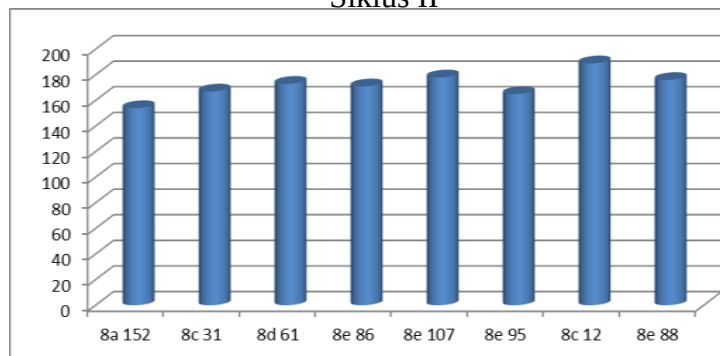
Berdasarkan hasil penelitian serta teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa ada peningkatan kecerdasan emosi konseli setelah dilakukan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui jenis layanan konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) pada siklus I.

Deskripsi Siklus II

Setelah dilakukan refleksi pada siklus I , maka dilakukan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui layanan

konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) pada siklus II dengan hasil dapat dilihat pada grafik 3 dibawah ini;

Grafik 3.
Kecerdasan Emosional Siswa Setelah Mendapat Perlakuan Pada Siklus II



Berdasarkan data yang diperoleh pada siklus 2 dan hasil observasi dan wawancara dari hasil penilaian segera dan penilaian jangka pendek yaitu satu minggu setelah perlakuan, maka peneliti merencanakan tindakan pada siklus 3 yaitu penerapan teknik konseling analisis transaksional yaitu analisis struktural, kursi kosong dan bermain peran, serta meningkatkan kepercayaan konseli terhadap konselor sehingga adanya keterbukaan.

Setelah dianalisis dari beberapa sumber data pada siklus 2, hasil dari penerapan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui jenis layanan konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) terjadi peningkatan kecerdasan emosional konseli rata-rata sebesar 96.71 %. Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8a152 dengan rata-rata sebesar 97.40% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 100%, mengelola emosi diri sebesar 103.33%, memotivasi diri sendiri sebesar 93.75%, empati sebesar 90.32% dan keterampilan bersosial sebesar 100%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c31 dengan rata-rata sebesar 95.81% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 103.12%, mengelola

emosi diri sebesar 91.17%, memotivasi diri sendiri sebesar 97.56%, empati sebesar 90% dan keterampilan bersosial sebesar 96.67%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8d61 dengan rata-rata sebesar 93.64% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 105.6%, mengelola emosi diri sebesar 91.67%, memotivasi diri sendiri sebesar 102.6%, empati sebesar 83.33% dan keterampilan bersosial sebesar 81.25%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e86 dengan rata-rata sebesar 98.25% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 113.3%, mengelola emosi diri sebesar 100%, memotivasi diri sendiri sebesar 97.29%, empati sebesar 96.67% dan keterampilan bersosial sebesar 85.71%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e107 dengan rata-rata sebesar 94.94% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 85.71%, mengelola emosi diri sebesar 93.75%, memotivasi diri sendiri sebesar 105.56%, empati sebesar 96.77% dan keterampilan bersosial sebesar 94.59%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e95 dengan rata-rata sebesar 97.58% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 96.88%, mengelola emosi diri sebesar 100%, memotivasi diri sendiri sebesar 94.12%, empati sebesar 96.97% dan keterampilan bersosial sebesar 100%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c12 dengan rata-rata sebesar 100 % dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 100%, mengelola emosi diri sebesar 93.94%, memotivasi diri sendiri sebesar 94.74%, empati sebesar 90.24% dan keterampilan bersosial sebesar 92.11%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e88 dengan rata-rata sebesar 96.02% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 100%, mengelola emosi diri sebesar 94.44%, memotivasi diri sendiri sebesar 94.74%, empati sebesar 93.55% dan keterampilan bersosial sebesar 97.29%.

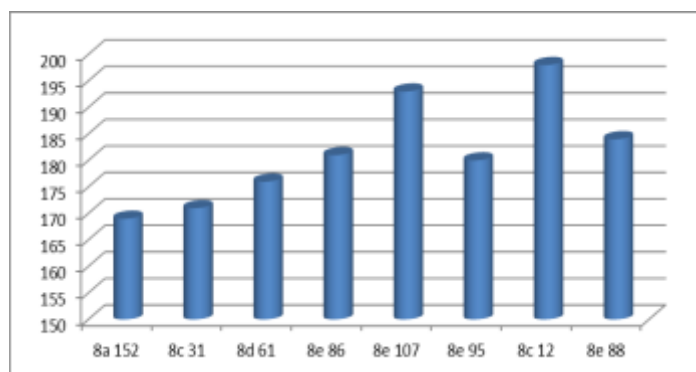
Berne (2018:2) mengatakan bahwa tujuan pendekatan analisis transaksional adalah membantu setiap anggota kelompok terus berpartisipasi melalui perkembangan setiap tahap. Pengembangan kecerdasan emosional telah banyak dibuktikan dalam berbagai penelitian, seperti penelitian yang dilakukan oleh M. Th Sri Hartati yang berjudul "Pengembangan Kecerdasan Emosional Melalui Pendekatan Kelompok". Pada penelitian tersebut terdapat satu orang

klien dari sampel penelitian yang kecerdasan emosinya tidak berkembang, namun sampel penelitian yang lain kecerdasan emosinya berkembang. Hal ini tampak dari perilaku klien setelah mendapatkan, klien menunjukkan perilaku yang sesuai dengan ciri-ciri kecerdasan emosional yang baik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dapat dikembangkan dengan menggunakan pendekatan kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian serta teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa ada peningkatan kecerdasan emosi konseli setelah dilakukan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui jenis layanan konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) pada siklus II. *Deskripsi Siklus III*

Setelah dilakukan refleksi pada siklus II, maka dilakukan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui layanan konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) pada siklus III dengan hasil dapat dilihat pada grafik 3 dibawah ini;

Grafik 3.
Kecerdasan Emosional Siswa Setelah Mendapat Perlakuan Pada Siklus 3

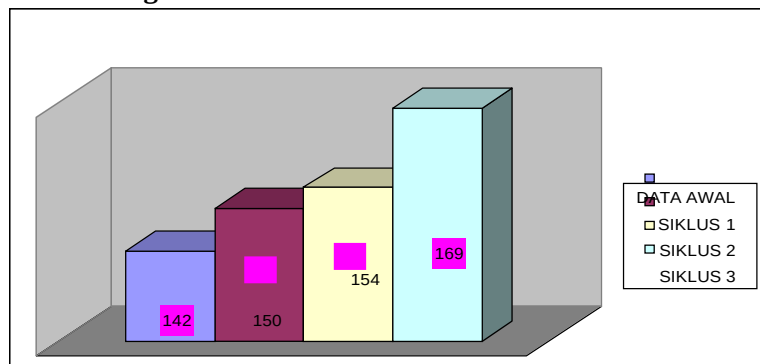


Setelah dianalisis dari beberapa sumber data pada siklus 3, hasil dari penerapan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional melalui jenis layanan konseling individu (analisis struktural dan kursi kosong) dan konseling kelompok (permainan peran) terjadi peningkatan kecerdasanan emosional konseli rata-rata sebesar 94.53 %.

Penurunan skor penilaian pada siklus 3 merupakan bukti bahwa konseli telah mengalami kejenuhan terhadap proses konseling yang berulang-ulang. Ada pun penilaian yang diperoleh pada siklus 3 terhadap kecerdasan emosional sebagai berikut konseli 8a152 dengan rata-rata sebesar 91.12% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 100%, mengelila emosi diri sebesar 90.91%, memotivasi diri sendiri sebesar 88.89%, empati sebesar 91.18% dan keterampilan bersosial sebesar 85.29%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8a152 dapat dilihat pada grafik 4 dibawah ini ;

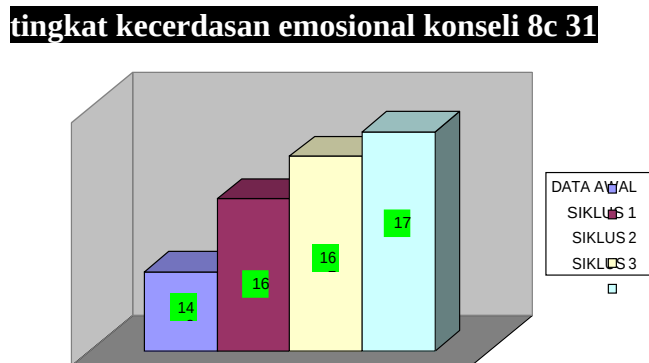
Grafik 4.
Peningkatan Kecerdasan emosional Konseli 8a152 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3
Tingkat Kecerdasan Emosional Konseli 8a 152



Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c31 dengan rata – rata sebesar 97.66% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 94.17%, mengelila emosi diri sebesar 94.44%, memotivasi diri sendiri sebesar 113.89%, empati sebesar 93.75% dan keterampilan bersosial sebesar 90.91%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8c31 dapat dilihat pada grafik 5 dibawah ini ;

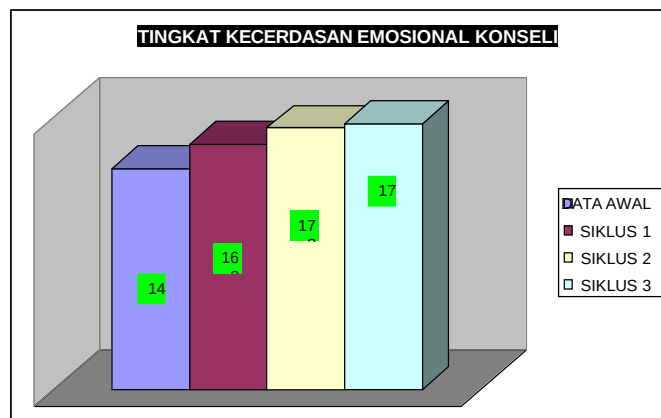
Grafik 5.
Peningkatan Kecerdasan Emosional Konseli 8c 31 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3



Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8d61 dengan rata-rata sebesar 98.29% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 100%, mengelola emosi diri sebesar 100%, memotivasi diri sendiri sebesar 108.3%, empati sebesar 88.24% dan keterampilan bersosial sebesar 94.12%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8d61 dapat dilihat pada grafik 6 dibawah ini ;

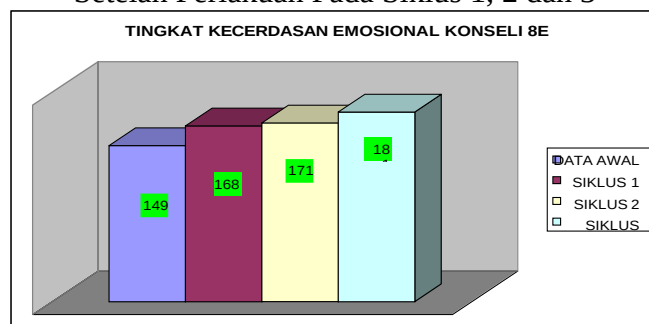
Grafik 6.
Peningkatan Kecerdasan Emosional Konseli 8d61 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3



Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e86 dengan rata-rata sebesar 94.47% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 90.90%, mengelola emosi diri sebesar 94.73%, memotivasi diri sendiri sebesar 97.37%, empati sebesar 91.67% dan keterampilan bersosial sebesar 97.22%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8d61 dapat dilihat pada grafik 7 dibawah ini ;

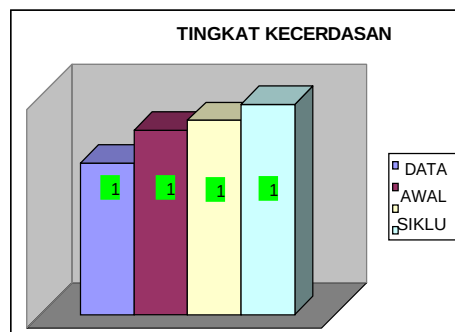
Grafik 7.
Peningkatan Kecerdasan Emosional Konseli 8e86 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3



Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e107 dengan rata-rata sebesar 92.23% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 97.67%, mengelola emosi diri sebesar 88.89%, memotivasi diri sendiri sebesar 90%, empati sebesar 91.18% dan keterampilan bersosial sebesar 92.5%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8e107 dapat dilihat pada grafik 8 dibawah ini ;

Grafik 8.
Peningkatan Kecerdasan Emosional Konseli 8e107 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3

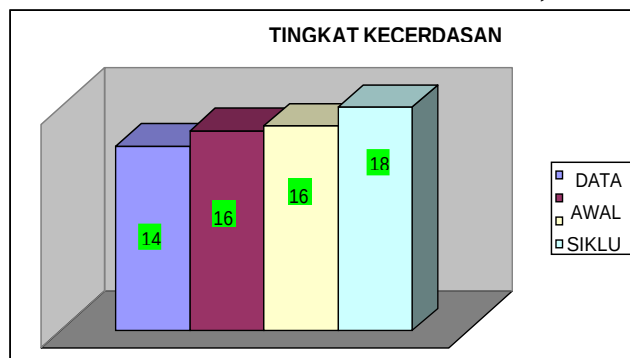


Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e95 dengan rata-rata sebesar 91.67% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 91.43%, mengelola emosi diri sebesar 94.12%, memotivasi diri sendiri sebesar 89.47%, empati sebesar 94.29% dan keterampilan bersosial sebesar 89.47%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c12 dengan rata-rata sebesar 95.12 % dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 95.12%, mengelola emosi diri sebesar 91.67%, memotivasi diri sendiri sebesar 95%, empati sebesar 102.5% dan keterampilan bersosial sebesar 92.68%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8c12 dapat dilihat pada grafik 9 dibawah ini ;

Grafik 9. Peningkatan Kecerdasan Emosional Konseli 8c12 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3



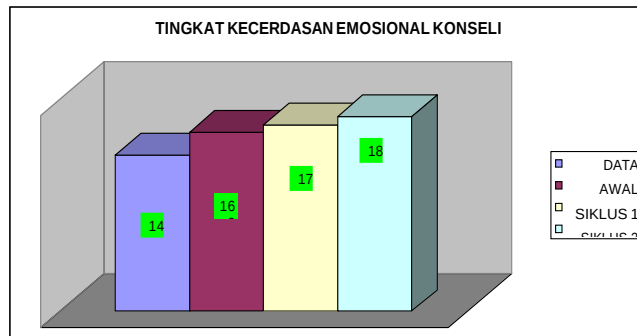
Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e95 dengan rata-rata sebesar 91.67% dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 91.43%, mengelola emosi diri sebesar 94.12%, memotivasi diri sendiri sebesar 89.47%, empati sebesar 94.29% dan keterampilan bersosial sebesar 89.47%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c12 dengan rata-rata sebesar 95.12 % dan disetiap variabel kecerdasan emosional bervariasi yaitu mengenali emosi diri sebesar 95.12%, mengelola emosi diri sebesar 91.67%, memotivasi diri sendiri sebesar 95%, empati sebesar 102.5% dan keterampilan bersosial sebesar 92.68%.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah mendapat perlakuan pada siklus 1, 2, dan 3 pada konseli 8e88 dapat

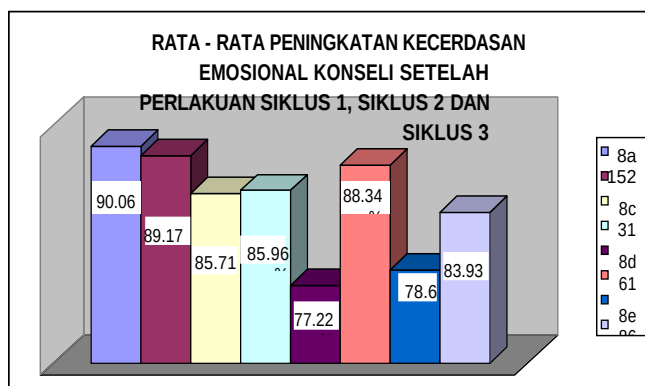
dilihat pada grafik 11 dibawah ini ;

Grafik 11. Peningkatan Kecerdasan Emosional Konseli 8e88 Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Siklus 1, 2 dan 3



Setelah dianalisis dari siklus 1, 2 dan siklus 3 dapat digambarkan peningkatan kecerdasan emosional konseli dapat dilihat grafik 12 dibawah ini;

Grafik 12. Rata-rata Peningkatan Kecerdasan Emosional Sebelum dan Sesudah Perlakuan dari Siklus 1, 2 dan 3



Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e88 dengan rata-rata sebesar 90.06%, sebelum perlakuan sebesar 57.92%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 94.67%, siklus 2 sebesar 97.40% dan pada siklus 3 sebesar 91.12%. Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c31 dengan rata-rata sebesar 89.17%, sebelum perlakuan

sebesar 61.67%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 92.5%, siklus 2 sebesar 95.81% dan pada siklus 3 sebesar 97.66%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8d61 dengan rata-rata sebesar 85.71%, sebelum perlakuan sebesar 60.83%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 90.12%, siklus 2 sebesar 93.64% dan pada siklus 3 sebesar 98.29%. Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e86 dengan rata-rata sebesar 85.96%, sebelum perlakuan sebesar 62.08%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 88.69%, siklus 2 sebesar 98.25% dan pada siklus 3 sebesar 94.47%. Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e107 dengan rata-rata sebesar 77.22%, sebelum perlakuan sebesar 59.17%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 82.25%, siklus 2 sebesar 94.94% dan pada siklus 3 sebesar 92.23%. Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e95 dengan rata-rata sebesar 88.34%, sebelum perlakuan sebesar 62.08%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 92.55%, siklus 2 sebesar 97.58% dan pada siklus 3 sebesar 91.67%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8c12 dengan rata-rata sebesar 78.6%, sebelum perlakuan sebesar 61.67%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 69.23%, siklus 2 sebesar 100% dan pada siklus 3 sebesar 95.12%.

Peningkatan kecerdasan emosional konseli 8e88 dengan rata-rata sebesar 83.93%, sebelum perlakuan sebesar 61.67%, setelah perlakuan pada siklus 1 sebesar 87.57%, siklus 2 sebesar 96.02% dan pada siklus 3 sebesar 95.65%.

Berdasarkan data grafik 12, menunjukkan bahwa adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa melalui teknik konseling analisis transaksional sebesar 84,87 %.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kapasitas untuk memahami individu pada tingkat yang mendalam, khususnya alam dan ekologi. Tingkat kecerdasan individu atau wawasan ilmiah sebagian besar tetap, sedangkan EQ individu atau kapasitas untuk memahami orang pada tingkat yang mendalam dapat diperluas dengan berkonsentrasi padanya kapan pun dalam hidupnya. Bagaimanapun, ada perasaan yang diperoleh secara turun temurun, di mana bawaan telah berubah menjadi kecenderungan khas bagi seorang individu, seperti kesal dan takut-takut. Kualitas ini adalah tanda dekat dengan rumah yang disebut sikap. Disposisi adalah keadaan pikiran individu yang mencerminkan satu set tertentu atau alam dekat dengan keadaan rumah di otaknya, diagram untuk pernyataan perasaan serta

perilakunya sekarang dan nanti..

Seseorang yang pemalu dan ketakutan secara efektif dibawa ke dunia dengan kerangka neurokimia yang membuat amigdala dengan mudah dikuatkan, sehingga mereka secara efektif tegang, gelisah, dan memiliki kegugupan yang tinggi. Terlebih lagi, sebaliknya bagi orang yang berani dan sederhana untuk hidup berdampingan memiliki sistem indera dengan perasaan amigdala yang jauh lebih tinggi.

Faktor alam yang mempengaruhi kemampuan memahami individu secara lebih mendalam adalah keluarga dan lingkungan setempat. Dalam ulasan Kagan, ditemukan bahwa 33% dari anak-anak dianggap telah berhasil dalam menaklukkan bagian otak yang sangat halus. Wali yang tidak fokus pada bagian anak yang dekat dengan rumah adalah masalah bagi keluarga saat ini, menyebabkan anak-anak tidak mampu menumbuhkan kapasitas untuk memahami orang pada tingkat yang mendalam tanpa batas.

Interaksi antara orang tua dengan anak sangat berpengaruh terhadap anak terutama apa yang akan datang. Melalui komunikasi, Anda akan benar-benar ingin area kekuatan yang serius untuk membangun keamanan, ini berarti membantu menyebabkan perubahan pada anak-anak dan mengembangkan kapasitas dekat dengan rumah mereka. Selain wali, orang lain di sekitar keluarga juga memberikan pendidikan, baik secara langsung maupun tersirat. Mendorong pergaulan yang baik dengan orang lain akan sangat mempengaruhi perkembangan anak di kemudian hari, terutama dapat membantu mempengaruhi kemampuan mereka untuk menghargai individu pada tingkat yang lebih dalam. Orang lain yang dirujuk adalah instruktur, guru, dan ahli lainnya. Pembelajaran yang dilakukan di sekolah dapat mempengaruhi perasaan anak, termasuk kesadaran akan harapan orang lain. (Rahmat, 2018). Pengendalian kerinduan atau kebutuhan diri, inspirasi untuk perasaan dan identitas yang sehat dan lain-lain, yang semuanya merupakan indikasi kemampuan anak-anak untuk menghargai siapa pun pada tingkat yang mendalam. Variabel bawaan, wali, dan iklim adalah tiga faktor yang memengaruhi peningkatan kapasitas individu untuk memahami orang pada tingkat yang mendalam. Meskipun kemampuan untuk memahami orang pada tingkat yang lebih dalam dapat menciptakan atau berubah karena memperoleh dari kehidupan, seorang individu juga memiliki kualitas turun-temurun yang disebut perilaku seperti malu-malu, lemah lembut, bahagia, dan gagah berani pada umumnya,

di mana karakteristik ini mempengaruhi peningkatan kapasitas untuk memahami individu pada tingkat yang mendalam. Individu yang memiliki temperamen ini terlahir dengan struktur neurokimia yang membuat amigdala mudah terstimulasi, sehingga mengakibatkan individu tersebut tidak mampu mengembangkan kecerdasan emosional. Misalnya individu yang memiliki sifat pemalu, berada di lingkungan baru, individu tersebut akan cenderung kikuk dan menjauh atau lebih suka menyendiri dari orang-orang di lingkungan barunya. Tetapi temperamen bukanlah harga yang pasti, amigdala dapat dijinakkan dengan pengalaman yang tepat, misalnya dengan pelajaran dan respons emosional yang dipelajari seiring pertumbuhan seseorang. (Chandra, 2019)

Faktor orang tua juga mempengaruhi peningkatan kemampuan anak untuk memahami individu pada tingkat yang mendalam. Wali yang kurang peka terhadap perasaan anak-anak mereka dapat menyebabkan anak-anak mereka berkembang menjadi orang-orang yang tidak dapat memupuk perasaan mereka. Lain halnya dengan wali yang menitikberatkan pada perasaan anak-anaknya, mereka akan membiarkan dan membantu perasaan anak-anaknya untuk muncul atau berkreasi, dengan tidak melepaskan kewajibannya sebagai wali, mereka akan mengatur mengoordinasikan perasaan anak-anak mereka sehingga mereka diakui dengan baik. kursus. Terlepas dari variabel alami dan orang tua, elemen ekologis juga dapat mempengaruhi kemampuan untuk memahami siapa pun pada tingkat yang lebih dalam. Kehidupan sehari-hari adalah tempat utama bagi seseorang untuk mencari tahu tentang perasaan, tetapi selain keluarga, suasana umum juga memiliki pengaruh yang sangat besar dalam mengungkapkan perasaan. Karena kemampuan untuk menghargai orang pada tingkat yang mendalam jelas bukan kualitas alami yang sulit diubah, kemampuan untuk memahami individu pada tingkat yang lebih dalam dapat berubah dan berkembang melalui pertemuan atau ilustrasi yang dipelajari dalam iklim.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 8 orang subjek penelitian, maka dapat ditarik ialah adanya peningkatan kecerdasan emosional konseli 8a152, 8c31, 8d61, 8e86, 8e107, 8e95, 8c12 dan 8e88 setelah diberikan teknik konseling dengan pendekatan analisis transaksional. Rata-rata peningkatan setiap konseli berbeda-

beda, hal ini tergantung dari respon konseli terhadap perlakuan yang diberikan oleh konselor. Setiap siklus, respon konseli dilihat dari variabelnya yaitu mengenal emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, empati dan keterampilan sosial sangat berfluktuatif, hal ini dipengaruhi faktor eksternal yaitu lingkungan (keluarga dan masyarakat sekitar) dan faktor internal yaitu tempramen atau bawaan dari konseli masing-masing.

Maka dari itu, Guru bimbingan dan konseling dalam memecahkan masalah siswa hendaknya menggunakan teknik-teknik konseling sesuai dengan permasalahan siswa. Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan teknik analisis transaksional dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Guru bimbingan dan konseling hendaknya mengetahui lingkungan sosial dan tempramen konseli, agar dapat memaklumi keadaan konseli dan mempermudah dalam menerapkan teknik-teknik konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiputra, A. A. N. 2015. *Perspektif Teori Konseling Kelompok dan Aplikasi Kerja Konseling Kelompok* (Vol. 1, hlm. 105– 239). MEDIA AKADEMI.
<http://repo.mahadewa.ac.id/id/eprint/2107/>
- Aguss, R. M. 2020. Pengembangan Model Permainan Sepatu Batok untuk Pembelajaran Sepak Bola Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 43–53.
<https://doi.org/10.32528/sport-mu.v1i01.3052>
- Chandra, N. 2019. *Belajar Bersatu*. JPBOOKS.
- Dewi, S. S. 2018. Kecerdasan Emosional dalam Tradisi Upa-Upa Tondi Etnis Mandailing. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 4(1), 79–85. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.10039>
- ELPA, P. L. 2022. *Partisipasi Orang Tua Dalam Mengajarkan Al-Qur'an Pada Anak Di Komplek Perumahan Padat Karya Rt.02 Rw.04 Kota Bengkulu* [Diploma, UIN Fatmawati Sukarno BENGKULU]. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/9555/> Laksono,
- H. 2020. *Model Keteladanan Wali Kelas Dalam Pembinaan Karakter Siswa Perspektif Gender di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotawaringin Barat* [Masters, IAIN Palangka Raya]. <http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/3138/>
- Minalloh, N. A. N. 2020. *Pengaruh Lingkungan Belajar dan Interaksi Sosial terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Ponpes Bina Madani Bogor* [Masters, Institut PTIQ Jakarta]. <https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/133/>
- Rahmat, S. T. 2018. “Pola Asuh Yang Efektif Untuk Mendidik Anak di Era Digital”. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Missio*, 10(2), 143–161.
- Rangkuti, A. A. 2020. *Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Siswa MTs Al-Washliyah Desa Kolam* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara]. <http://repository.uinsu.ac.id/10634/>
- Syahputra, Y., Neviyarni, N., Netrawati, N., Karneli, Y., & Hariyani, H. 2019. “Analisis Transaksional Dalam Setting Kelompok.” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 5(2), 123–130.
<https://doi.org/10.31602/jbkr.v5i2.1998>

Windayana, H. 2012. Penelitian Tindakan Sekolah. *EduHumaniora Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.17509/eh.v4i1.2815>