

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
SOSIODRAMA PENGARUH SANTRI DALAM UPAYA  
PENINGKATAN PENGENDALIAN EMOSI MARAH  
DI SMA PMDS PUTRA KOTA PALOPO**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo*



**Oeh:**

**MUTIARA SUDARMIN ISKANDAR  
19 0103 0043**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
2023**

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
SOSIODRAMA PENGARUH SANTRI DALAM UPAYA  
PENINGKATAN PENGENDALIAN EMOSI MARAH  
DI SMA PMDS PUTRA KOTA PALOPO**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo*



Oleh :

**MUTIARA SUDARMIN ISKANDAR  
19 0103 0043**

Pembimbing :

- 1. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I.**
- 2. Hamdani Thaha, S.Ag.,M.Pd.I**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
2023**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mutiara Sudarmin Iskandar  
NIM : 19 0103 0043  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sebenarnya :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain dari kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan didalamnya adalah tanggung jawab saya.
3. Bilamana di kemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administrative atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh adalah tanggung jawab saya..

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 19 Oktober 2023  
Yang membuat pernyataan

  
  
Mutiara Sudarmin Iskandar  
19 0103 0043

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul "Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Santri dalam Upaya Peningkatan Pengendalian Emosi Marah di SMA PMDS Putra Kota Palopo" yang ditulis oleh Mutiara Sudarmin Iskandar Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 19 0103 0043, mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo, yang dimunaqasyahkan pada hari Kamis, 19 Oktober 2023 bertepatan dengan 4 Rabiul Akhir 1445 Hijriah telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji, dan diterima sebagai syarat meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Palopo, 19 Oktober 2023

### TIM PENGUJI

- |                                     |               |
|-------------------------------------|---------------|
| 1. Hamdani Thaha, S.Ag., M.Pd.I.    | Ketua Sidang  |
| 2. Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom. | Penguji I     |
| 3. Dr. Amrullah Harun, M.Hum.       | Penguji II    |
| 4. Dr. Baso Hayim, M.Sos.I.         | Pembimbing I  |
| 5. Hamdani Thaha, S.Ag., M.Pd.I.    | Pembimbing II |



Mengetahui:

a.n. Rektor IAIN Palopo  
Dekan Fakultas Ushuluddin,  
Adab, dan Dakwah



Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.  
NIP. 19710512 199903 1 002

Sekretaris Program Studi  
Bimbingan dan  
Konseling Islam



Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 19821218 200604 1 010

## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَبِهِ نَسْتَعِينُ عَلَى أُمُورِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ

عَلَى أَشْرَفِ الْمُرْسَلِينَ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ

Puji Syukur kita panjatkan kepada Allah SWT yang telah menganugraahkan rahmat, hidayah serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Upaya peningkatan pengendalian Emosi Marah di SMA PMDS Putra Kota” setelah melalui proses yang panjang. Sholawat serta salam kepada Nabi Muhammad Saw. Kepada para keluarga, sahabat dan pengikut-pengikutnya, aamiin.

Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar sarjana social dalam bidang Bimbingan Konseling dan Islam pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo. Penulisan Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak walaupun penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan, kepada Suamiku Ahmad Syafii Abidin, yang telah mendukung ku sampai dititik pencapaian ku, serta anak yang menjadi penyemangatku, kepada kedua orang tuaku tercinta Ayahanda Iskandar dan Ibunda Marak, yang telah mengasuh dan mendidik penulis dengan penuh kasih sayang sejak kecil hingga sekarang, dan segala yang telah diberikan kepada anak

tunggalnya. Mudah-mudahan Allah Swt. Mengumpulkan kita semua dalam surga-Nya kelak, Aamiin.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan kepada :

1. Dr. Abbas Langaji, M.Ag. Rektor IAIN Palopo, beserta wakil Rektor I, II, dan III IAIN Palopo.
2. Dr, Abdain, S.Ag M.HI. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo beserta Bapak Ibu Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Palopo.
3. Prof. Dr. Abdul Pirol, M.Ag. selaku Rektor IAIN Palopo masa jabatan 2019-2023, Dr. Masmuddin, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Dr. Subekti Masri, S.Sos.I., M.Sos.I selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo masa jabatan 2019-2023.
4. Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag. dan Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua dan sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam di IAIN beserta staff yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian skripsi.
5. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I. dan Hamdani Thaha, S.Ag., M.Pd.I. selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian skripsi.
6. Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom. dan Dr. Amrullah Harun, M.Hum selaku Penguji I dan Penguji II yang telah memberi bimbingan, masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
7. Dr. Amrul Aysar Ahsan, S.Pd., M.Si. selaku dosen Penasehat Akademik.
8. Seluruh Dosen beserta seluruh staf pegawai IAIN Palopo yang telah mendidik penulis selama berada di IAIN Palopo dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

9. Abu Bakar, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala Unit Perpustakaan beserta staf dalam ruang lingkup IAIN Palopo, yang telah banyak membantu, khususnya dalam mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan pembahasan skripsi ini.
10. Untuk seluruh senior dan alumni Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang selama ini membantu saya dan selalu memberikan saran-saran dalam penyusunan skripsi ini.
11. Kepada semua teman seperjuangan, Ikatan Alumni Pesantren Modern Datok Sulaiman Kota Palopo angkatan 2019 yang selama ini membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Rekan-rekan Pejuang S.Sos, yang selama ini membantu dan memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
13. Semua pihak yang berjasa dalam penyelesaian penyusunan skripsi ini.

Akhirnya hanya kepada Allah swt. Penulis berdoa semoga bantuan dan partisipasi berbagai pihak dapat diterima sebagai ibadah dan diberikan pahala yang setimpal. Semoga skripsi ini berguna bagi agama, nusa, dan bangsa. Aamiin.

Palopo, 19 Oktober 2023

Mutiara Sudarmin Iskandar  
NIM. 19 0103 0043

## PEDOMAN TRANSILITERASI ARAB DAN SINGKATAN

### A. Transliterasi Arab Latin

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya huruf Latin dapat dilihat pada tabel berikut:

#### 1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	Ṣ	Es dengan titik di atas
ج	Ja	J	Je
ح	Ha	Ḥ	Ha dengan titik di bawah
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ḍ	Zet dengan titik di atas
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	Ṣ	Es dengan titik di bawah
ض	Dad	ḍ	De dengan titik di bawah
ط	Ta	Ṭ	Te dengan titik di bawah
ظ	Za	ẓ	Zet dengan titik di bawah
ع	'Ain	‘	Apostrof terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El

م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha'	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya'	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya, tanpa diberi tanda apapun. Jika terletak di tengah atau di akhir maka ditulis dengan tanda (').

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab seperti halnya vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau *harakat*, maka transliterasinya adalah sebagai berikut:

### a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	<i>Fathah</i>	A	A
ـِ	<i>Kasrah</i>	I	I
ـُ	<i>Dammah</i>	U	U

### b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf. Transliterasinya berupa gabungan huruf yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَـي	<i>Fathah dan ya</i>	Ai	a dan u
ـَـو	<i>Fathah dan wau</i>	Au	a dan u

Contoh :

كَيْفَ : *kaiifa* bukan *kayfa*

هَوْلٌ : *hauła* bukan *hawła*

### 3. Maddah

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ...ى...	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
إ...ى...	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
و...ى...	Dammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

مَاتَ : *mâta*  
رَمَى : *ramâ*  
يَمُوتُ : *yamûtu*

### 4. Ta Marbûtah

Transliterasi untuk *ta marbûtah* ada dua, yaitu *ta marbûtah* yang hidup atau mendapat *harakat fathah, kasrah dan dhammah*, transliterasinya adalah (t). Sedangkan *ta marbûtah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah (h).

Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta marbûtah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbûtah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : *raudah al-atfâl*  
الْمَدِينَةُ الْقَاضِيَّةُ : *al-madânah al-fâḍilah*  
الْحِكْمَةُ : *al-hikmah*

## 5. Syaddah (Tasydid)

*Syaddah* atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydid* (ّ), maka dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رَبَّنَا : *rabbânâ*

نَحْنُ : *najjaânâ*

الْحَقُّ : *al-ḥaqq*

الْحَجُّ : *al-ḥajj*

نُعْمٌ : *nu`ima*

عُدُوْا : *'aduwwun*

Jika huruf *ى* bertasydid di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf *kasrah* (سى), maka ditransliterasikan seperti huruf *maddah* (â).

Contoh:

عَلِيٌّ : *'ali* (bukan *'aliyy* atau *'aly*)

عَرَسِيٌّ : *'arasi* (bukan *'arasiyy* atau *'arasy*)

## 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf *al* (*alif lam ma'arifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasikan seperti biasa, *al-*, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiah* maupun huruf *qamariah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أَ	<i>Fathah</i>	A	A
إِ	<i>Kasrah</i>	I	I
أُ	<i>Dammah</i>	U	U

الشَّمْسُ : *al-syamsu* (*bukanasy-syamsu*)

الزَّلْزَلَةُ : *al-zalzalah* (*bukanaz-zalzalah*)

الفَلْسَفَةُ : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-bilādu*

### 7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi *apostrof* (‘) hanya berlaku bagi huruf *hamzah* yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila huruf *hamzah* terletak di awal kata, maka tidak dilambangkan karena dalam tulisan Arab ia berupa *alif*.

Contoh:

تَأْمُرُونَ : *ta'murūna*

النَّوْءُ : *al-nau'*

شَيْءٌ : *syai'un*

### 8. Penulisan Kata Arab Yang Lazim Digunakan Dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya, kata *al-Qur'an* (dari *al-Qur'an*), *alhamdulillah*, dan *munaqasyah*. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh.

Contoh:

*Fi al-Qur'an al-Karîm*

*Al-Sunnah qabl al-tadwîn*

9. *Lafaz Aljalâlah* (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jarr* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *muḍâf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf *hamzah*.

Contoh:

دِينُ اللهِ : *dînullah*

بِالله : *billâh*

Adapun ta marbûtah di akhir kata yang disandarkan kepada lafz al-jalâlah, ditransliterasi dengan huruf (t).

Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ الْ : *hum fî rahmatillâh*

10. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (All Caps), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR).

Contoh:

*Wa ma Muhammadun illa rasul*

*Inna awwala baitin wudi'a linnasi lallazi bi Bakkata mubarakan*

*Syahru Ramadan al-laz\i unzila fih al-Qur'an*

*Naşr al-Din al-Tūsi*

*Naşr Hāmid Abū Zayd*

*Al- Tūfi*

*Al-Maşlahah fi al-Tasyri' al-Islāmi*

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abu> (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi.

Contoh:

Abu al Walid Muhammad ibn Rusyd, ditulis menjadi : Ibnu Rusyd, Abu al Walid Muhammad (bukan: Rusyd, Abu al Walid Muhammad Ibnu)

Nasr Hamid Abu Zaid, ditulis menjadi: Abu Zaid, Nasr Hamid (bukan, Zaid Nasr Hamid Abu)

## B. Daftar singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah :

Swt. = Subhanahu Wa Ta'ala

saw. = Sallallahu 'Alaihi Wasallam

as. = 'Alaihi Al-Salam

H = Hijrah

QS .../...: 4 = QS Al-Baqarah/2: 4 atau QS Ali 'Imran/3: 4

HR = Hadis Riwayat

IAIN = Institut Agama Islam Negeri

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDULii .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
PRAKATA .....	vi
PEDOMAN TRANLITERASI.....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR AYAT.....	ix
DAFTAR HADIS .....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
ABSTRAK .....	xiii
<b>BAB I</b>	
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang Masalah .....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>6</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>BAB II</b>	
<b>KAJIAN TEORI .....</b>	<b>9</b>
<b>A. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....</b>	<b>9</b>
<b>B. Deskripsi Teori .....</b>	<b>11</b>
<b>C. Kerangka Berpikir .....</b>	<b>31</b>
<b>D. Hipotesis Penelitian .....</b>	<b>31</b>
<b>BAB III</b>	
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
<b>A. Jenis Penelitian.....</b>	<b>33</b>
<b>B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>34</b>
<b>C. Definisi Operasional .....</b>	<b>34</b>
<b>D. Populasi dan Sampel .....</b>	<b>35</b>
<b>E. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>36</b>
<b>F. Instrument Penelitian .....</b>	<b>38</b>
<b>G. Teknik Analisis Data .....</b>	<b>41</b>
<b>BAB IV</b>	
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
<b>A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....</b>	<b>43</b>
<b>B. Hasil Penelitian .....</b>	<b>47</b>
<b>C. Hasil Analisis Wilcoxon .....</b>	<b>70</b>

	<b>D. Pembahasan .....</b>	<b>71</b>
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP .....</b>	<b>78</b>
	<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>78</b>
	<b>B. Saran .....</b>	<b>79</b>
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
	<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>82</b>
	<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>92</b>



## DAFTAR AYAT

Kutipan Ayat 1 QS Al Imran / : 134 .....	4
Kutipan Ayat 2 QS Yusuf / : 53 .....	5



## DAFTAR HADIS

Hadis 1 Hadis tentang Amarah .....	6
------------------------------------	---



## DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Berfikir.....	31
3.1 Desain Pre-Ekspremental .....	34
3.3 Langkah-langkah Penyusunan Instrumen .....	38
4.11 Grafik perbandingan Pre-test dan Pos-test anggota Kelompok .....	66
4.13 Grafik perbandingan Pre-test dan Pos-test Per Indikator.....	67



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 Kategori Pengendalian Emosi.....	37
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen.....	39
Tabel 4.1 Nama-nama pengurus yayasan PMDS Palopo.....	45
Tabel 4.2 Nama-nama Pembina PMDS Putra Palopo.....	46
Tabel 4.3 Sarana Prasana .....	47
Tabel 4.4 Hasil Pre-test Keseluruhan.....	48
Tabel 4.5 Hasil Pre-test yang dijadikan anggota kelompok.....	49
Tabel 4.6 Hasil perhitungan Pre-test Per indikator .....	50
Tabel 4.7 Matrik kesimpulan tiap pertemuan .....	59
Tabel 4.8 Hasil Post-test .....	61
Tabel 4.9 Hasil perhitungan Post-test per Indikator.....	62
Tabel 4.10 Hasil perbandingan pre-test dan post-test layanan bimbingan kelompok.....	64
Tabel 4.12 Perbandingan pre-test dan post-test tiap Indikator.....	66
Tabel 4.14 Tabel penolong untuk uji Wikoxon .....	69



## ABSTRAK

**Mutiara Sudarmin Iskandar, 2023** “Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik Sociodrama terhadap santri dalam upaya peningkatan pengendalian Emosi Marah di SMA PMDS Putra Kota” Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Baso Hasyim dan Hamdani Thaha.

Penelitian ini membahas tentang upaya dalam peningkatan pengendalian emosi marah santri melalui bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latar belakang pengendalian emosi marah santri dan untuk mengubah santri dalam pengendalian emosi marah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama. Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan Kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen, penelitian ini berlokasi di Kota Palopo Kelurahan Belandai dengan waktu penelitian maret-April 2023, Adapun penentuan Populasi dan Sampel penelitian berdasarkan Subyek-subyeknya dengan teknik pengambilan sampel random sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan Observasi dan Kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik Sociodrama terhadap santri berpengaruh sangat baik saat di terapkan dan signifikan terhadap santri. Untuk variable Pengendalian emosi marah mempunyai kontribusi 70,01% terhadap variable perubahan pengendalian emosi marah santri,

**Kata Kunci :** Pengendalian Emosi Marah, Bimbingan Kelompok, Teknik Sociodrama.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Remaja laki-laki dan perempuan dikatakan telah mencapai kematangan emosi apabila pada akhir masa remaja emosinya tidak meledak dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang lebih diterima.<sup>1</sup> Salah satu emosi dasar yang berkaitan dengan kematangan emosi adalah marah yang merupakan emosi yang tidak mudah untuk dikendalikan.

Marah adalah suatu keadaan intensitas dari yang ringan sampai yang berat, biasanya disertai dengan perubahan-perubahan baik itu psikologis ataupun biologis.<sup>2</sup> Orang yang mengalami emosi marah dapat melakukan tindakan agresif seperti beringsas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan dan tindak kekerasan.<sup>3</sup> Sehingga pada usia remaja, pengendalian emosi memang perlu untuk dimiliki oleh santri agar dapat mencapai kematangan emosi yang baik.

Hasil monitoring evaluasi Komisi Perlindungan Anak Indonesia terhadap kekerasan terdapat 87,6% anak sekolah yang mengalami kekerasan di sekolah. Baik yang dilakukan oleh guru, sesama teman di sekolah, kakak kelas, teman sekelas atau adik kelas. Sebanyak 87,6% dari 1.026 responden mengalami

---

<sup>1</sup>Elisabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), h. 213.

<sup>2</sup>Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), h.74.

<sup>3</sup>Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka, 2002), h. 411.

kekerasan di sekolah dalam berbagai bentuk, sebanyak 29,9% kekerasan dilakukan guru, dari teman sekelas 42,1%, sedangkan 28% oleh teman lain kelas. Komisi Perlindungan Anak Indonesia juga mencatat jumlah kasus tawuran yang terjadi di Bandung, mencatat 6 bulan pertama tahun 2012 ditemukan 139 kasus tawuran dan jumlah ini meningkat dari tahun 2011 yaitu 128 kasus.<sup>4</sup>

Berdasarkan kasus-kasus di atas, maka dapat disimpulkan bahwa apa yang terjadi atau perilaku pada santri yang berusia remaja tersebut disebabkan oleh kurangnya pengendalian terhadap emosi yang dimilikinya, terutama pada emosi marah yang dapat merugikan dirinya dan juga orang lain.

Hasil observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti di lokasi penelitian, menunjukkan bahwa memang masih ada beberapa santri yang tidak mampu mengendalikan emosi marahnya, terutama santri yang merupakan kelas XI yang termasuk pengurus OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah) di PMDS (Pesantren Modern Datuk Sulaiman) Putra Kota Palopo yang ketika mendapati santri lainnya melakukan sebuah pelanggaran, maka tidak jarang memberikan sebuah hukuman yang tidak wajar sebagai bentuk dari emosi marah yang dimilikinya terhadap santri yang melakukan sebuah pelanggaran. Sehingga hal tersebut tidak hanya memberikan dampak yang kurang baik terhadap dirinya sendiri tetapi juga bagi orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan untuk mengendalikan emosi marah memang sangat penting untuk dimiliki oleh santri agar mampu menghadapi dan menyelesaikan masalah dengan baik,

---

<sup>4</sup>Septya Muti Fadhila, Peningkatan Kemampuan Mengelola Emosi Marah Melalui Teknik Biblioterapi pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 15 Yogyakarta, (*Skripsi*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2013), h. 4.

mengelola masalah psikologis yang dimilikinya serta mampu untuk membaurkan diri dengan baik dalam lingkungan sekitar.

Bimbingan dan konseling merupakan layanan yang mempunyai potensi untuk membantu siswa mencapai perkembangan yang optimal,<sup>5</sup> berupa kematangan emosional seperti emosi marah. Bimbingan dan konseling bisa berupa bantuan yang diberikan kepada individu atau pun kelompok dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok santri berupa informasi agar dapat menyusun rencana dan dapat mengambil keputusan yang tepat. Selain itu, bimbingan kelompok juga dilakukan agar dapat memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional dan sosial.<sup>6</sup>

Salah satu teknik bimbingan kelompok adalah sosiodrama yang merupakan teknik pembelajaran yang dapat dikembangkan dengan cara yang menarik untuk digunakan dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling. Salah satu jenis permainan yang dapat memberikan motivasi terhadap perkembangan emosional dan sosial adalah sebuah permainan yang memiliki nuansa sosial, yaitu permainan yang menyertakan santri-santri yang lainnya.<sup>7</sup> Sosiodrama merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok, yaitu bermain peran dengan cara mendramakan bentuk tingkah laku dalam hubungan sosial.

---

<sup>5</sup>Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2009), h. 26.

<sup>6</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 309.

<sup>7</sup>Iif Khoiru Ahmadi, *Strategi Pembelajaran Sekolah Terpadu*, (Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher, 2011), h. 54.

Beberapa ayat berkaitan dengan emosi marah pada Q.S Ali Imran ayat 134, menunjukkan sebagian karakter orang bertaqwa. sedangkan orang bertaqwa adalah gemar berinfaq baik di kala lapang maupun sempit, mampu mengelola emosi dan menahan marah, suka memaafkan, dan suka berbuat kebajikan. Dan Islam mengajarkan umatnya untuk mengelola emosi dan menahan amarah. Karakter ini merupakan salah satu kunci surga, untuk memaafkan dan tidak menyimpan dendam, serta mengajarkan umatnya untuk suka berbuat kebajikan.

Bahkan membalas keburukan dengan kebaikan. Yaitu :

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ  
وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Terjemahnya :

134. (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema'afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.<sup>8</sup>

Dan Q.S Yusuf ayat 53 bahwa kata kejahatan selalu diwarnai atau diawali dari sikap amarah. Sementara kata amarah mesti dicegah dengan cara Rahim. Diantara sifat-sifat kebajikan; keberanian, kesetiaan, kejujuran dan kesabaran, posisi rahimatau kemurahan hati menempati kedudukan yang sangat tinggi. Meski kemudian, al-Qur'an membedakan sifat kemurahan hati yang berpangkal kepada sikap atau nafs amarah yang bermotif tertentu. Al-Qur'an telah Menggaris bawahi di mana sifat amarah sejatinya diperlukan, namun tidak selamanya mesti dipusatkan secara fisik, dan sifat ini terkadang memerlukan

---

<sup>8</sup>Al-Qur'an, 03 : 134

usaha dari dalam ketika menghadapi tantangan; karena itu nilai sabar menjadi penyeimbang setelah fase kemarahan hati. Berikut Ayat tentang emosi marah pada surah Yusuf ayat 53

﴿وَمَا أُبْرِيْ نَفْسِيْ اِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوْءِ اِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّيْ اِنَّ رَبِّيْ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ﴾

Terjemahnya :

53. dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang.<sup>9</sup>

Dan Adapun Hadist mengenai emosi marah yaitu hadits Nabi SAW, telah dijelaskan di Syarah Kitabul Jami' tentang larangan marah dan keutamaan orang yang mampu menahan amarah. Yang artinya Artinya : “Dari Abu Hurairah RA, bahwasanya ada seseorang yang datang kepada Rasulullah Saw dan berkata, “Berilah wasiat kepadaku.” Rasulullah Saw menjawab, “Jangan marah!” orang ini mengulangi lagi, Rasulullah kembali menjawab, “Jangan kau marah!”<sup>10</sup>

Jadi mengingat bahwa kemampuan mengendalikan emosi marah penting untuk dimiliki oleh santri serta mempertimbangkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpotensi untuk meningkatkan pengendalian emosi marah santri, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA TERHADAP SANTRI DALAM UPAYA PENINGKATAN PENGENDALIAN EMOSI MARAH DI SMA PMDS PUTRA KOTA PALOPO”.

<sup>9</sup> Al-Qur'an, 12 : 53

<sup>10</sup> Syarah Kitabul Jami', Bab 4, tentang Larangan Marah

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah penelitian, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk pengendalian emosi marah santri di SMA PMDS Putra Kota Palopo?
2. Bagaimana Layanan Bimbingan kelompok dengan teknik Sociodrama terhadap santri dalam upaya peningkatan pengendalian emosi marah di SMA PMDS Putra Kota Palopo?

## **C. Tujuan Penelitian**

Untuk menjawab masalah yang telah dirumuskan oleh peneliti, maka peneliti menentukan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bentuk pengendalian emosi marah santri di SMA PMDS Putra Kota Palopo.
2. Untuk mengetahui Layanan Bimbingan kelompok dengan teknik Sociodrama terhadap santri dalam upaya peningkatan pengendalian emosi marah di SMA PMDS Putra Kota Palopo.

## **D. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan penelitian yang peneliti tentukan, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan pembaca terutama santri bahkan mahasiswa Layanan Bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama terhadap santri dalam upaya peningkatan pengendalian emosi marah dan memberikan masukan khususnya dalam layanan bimbingan dan konseling kepada santri.

2. Secara praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

a) Peneliti

Dapat memahami serta mengetahui bagaimana Layanan Bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama terhadap santri dalam upaya peningkatan pengendalian emosi marah.

b) Guru BK

Guru BK semakin mengetahui penyebab siswa marah dan mengetahui layanan apa yang seharusnya diberikan kepada santri dan teknik pemecahan masalahnya.

c) Santri

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengendalian emosi marah pada santri agar dapat lebih terarah untuk mengendalikan emosinya.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Penelitian berjudul “*Peningkatan Pengendalian Marah Siswa Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama pada Siswa Kelas VIII-K SMP Negeri 23 Medan*” oleh Saurma Sinaga pada tahun 2013.
2. Penelitian berjudul “*Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Seputih Agung Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017*” oleh Fitri Astuti pada tahun 2017.

NO	PERBEDAAN	PERSAMAAN
1.	<p>perbedaannya terletak pada proses pemberian treatment yang di mana pada penelitian di atas menggunakan dua kali siklus pemberian treatment, sedangkan penelitian peneliti hanya menggunakan satu kali pemberian treatment. Selain itu, populasi dan sampel penelitian di atas berfokus pada satu kelas saja, yaitu kelas VIII-K SMP Negeri 23 Medan.</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I dari rata-rata 36,93 menjadi rata-rata 53,35 dan siklus II dari rata-rata 68,209 menjadi rata-rata 101,79 setelah</p>	<p>Persamaan penelitian di atas dengan penelitian peneliti yaitu sama-sama meneliti tentang bagaimana upaya peningkatan pengendalian emosi marah siswa melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Pendekatan dan desain penelitian yang digunakan juga sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian pre-experimental design.</p>

	<p>pemberian treatment sosiodrama. Kesimpulan dari hasil pre-test dan post-test bahwa terdapat peningkatan pengendalian marah siswa kelas VIII-K SMP Negeri 23 Medan setelah diberikan perlakuan dan perbaikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.</p>	
2.	<p>peneliti bertujuan untuk melihat bagaimana upaya bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan pengendalian emosi marah siswa. Selain itu, populasi dan sampel penelitian di atas berfokus pada satu kelas saja, yaitu kelas VIII-K SMP Negeri 23 Medan</p> <p>Hasil peneltian ini menunjukkan bahwa perilaku agresif peserta didik dapat menurun dengan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan t-test, dari skor yang diperoleh kelompok sosiodrama yaitu <math>t_{hitung} = 2,074 &gt; t_{tabel} = 2,101</math> dengan taraf signifikan <math>\alpha</math> 0,05, maka <math>H_0</math> ditolak dan <math>H_a</math> diterima, artinya layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik.</p>	<p>Persamaan penelitian di atas dengan peneliti yaitu sama-sama menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam pemberian treatment terhadap perilaku emosional siswa. Pendekatan dan desain penelitian yang digunakan juga sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian pre-experimental design.</p>

Sedangkan populasi dan sampel penelitian peneliti berfokus pada pengurus OSIS SMA PMDS Putra Kota Palopo.

## B. Deskripsi Teori

### 1. Bimbingan kelompok

#### a. Pengertian bimbingan kelompok

Secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan. Menurut Prayitno dan Erman Amti, bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar orang-orang yang dibimbing dapat mengembangkan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.<sup>1</sup>

Sedangkan kelompok adalah orang yang memiliki kepentingan yang sama dan memiliki beberapa landasan interaksi yang sama. Mereka di ikat bersama oleh serangkaian hubungan sosial yang khas. Kelompok dapat terorganisasi secara ketat dan berjangka panjang, namun juga dapat bersifat sementara. Kelompok dapat terdiri atas dua orang (*dyad/duo*), tiga orang (*tryad/trio*), empat orang (*kwartet*) dan seterusnya sampai puluhan atau bahkan ribuan orang.<sup>2</sup>

Kelompok merupakan suatu system interaksi yang berpotensi menyiapkan atau memenuhi suatu tentang kebutuhan individu untuk memiliki dan diterima, pertukaran pengalaman, kesempatan untuk bekerja sama, disahkan

---

<sup>1</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 99.

<sup>2</sup>Saptono dan Bambang Suteng S., *Sosiologi*, (Jakarta: PHIBETA, 2006), h. 81.

melalui umpan balik di antara anggota kelompoknya. Ciri umumnya kelompok yaitu adanya interaksi saling mempengaruhi antar anggota kelompok.

Dalam bimbingan dan konseling terdapat berbagai teknik yang dapat digunakan konselor dalam meringankan perkembangan individu agar bersatu menjadi suatu kelompok yang dapat saling berinteraksi serta bekerjasama satu sama lain. Salah satu teknik yang dapat digunakan adalah dengan teknik bimbingan kelompok.

Menurut Dewa Ketut Sukardi, bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber yang menentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.<sup>3</sup>

Sedangkan menurut Nata wijaya, bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri individu dengan dilaksanakan secara kelompok. Dalam bimbingan kelompok dapat diberikan berupa penyampaian informasi ataupun kegiatan kelompok yang membahas masalah masalah pendidikan, sosial, pribadi dan karir.<sup>4</sup>

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling

---

<sup>3</sup>DewaKetutS.,*PengantarPelaksanaanProgramBimbingandanKonseling*,(Jakarta:RinekaCipta, 2002), h. 48.

<sup>4</sup>IstiYuniP.,“LayananBimbinganKelompok Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Peserta didik Sekolah Dasar”. (*Skripsi*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2013),h.4.

mengeluarkan suatu pendapat, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya, dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi yang bermanfaat agar membantu individu mencapai perkembangan yang optimal dan untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu.

b. Tujuan bimbingan kelompok

Menurut Prayitno, tujuan dalam bimbingan kelompok terdapat tujuan umum dan tujuan khusus, yaitu sebagai berikut:

1) Tujuan umum

Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Selain tujuan tersebut yaitu untuk mengentaskan masalah peserta didik dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

2) Tujuan khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik umum yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok. Secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk:<sup>5</sup>

- a) Melatih untuk mengemukakan pendapat dihadapan anggotanya
- b) Melatih peserta didik dapat bersikap terbuka di dalam kelompok
- c) Melatih peserta didik untuk dapat membina keakraban bersama anggota dalam kelompok khususnya dan teman diluar kelompokpada umumnya
- d) Melatih pesertadidik untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok

---

<sup>5</sup>Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h. 2.

- e) Melatih peserta didik untuk dapat bersikap tenggang rasa dan bertoleransi dengan orang lain
- f) Melatih peserta didik memperoleh keterampilan sosial
- g) Membantu peserta didik mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan oranglain
- h) Melatih peserta didik untuk menjalin hubungan interpersonal dalam situasi kelompok dan dapat menumbuhkan dayakreatif peserta didik

Tujuan bimbingan kelompok menurut Tohirin secara umum yaitu untuk membangun kemampuan bersosialisasi, khususnya, kemampuan berkomunikasi peserta layanan (peserta didik). Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.<sup>6</sup>

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk memandirikan konseli dalam hal mengatur hidupnya, kepercayaan dirinya maupun dalam pengambilan keputusan.

#### c. Komponen dalam bimbingan kelompok

Layanan bimbingan kelompok akan tercipta apabila memperhatikan komponen-komponen pendukung dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Prayitno mengemukakan adanya dua komponen penting dalam kelompok, antaralain:

---

<sup>6</sup>Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta:Rajawali Pers, 2013), h. 2.

a) Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konselinglainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok. Dalam bimbingan kelompok tugas pemimpin kelompok adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan konseling. Secara khusus, pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok diantara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus.

b) Anggota kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut diatas. Besarnya kelompok (jumlah kelompok) dan homogenitas atau heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Kurang efektifnya kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi 10 orang.

d. Asas dalam bimbingan kelompok

Pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan, yaitu sebagai berikut: Asas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka

mengeluarkan pendapat, ide, sara, dan apasaja yang dirasakannya dan dipikirkannya, tidak merasa takut, malu atau ragu-ragu untuk dibicarakan.

1) Asas kesukarelaan

Asas kesukarelaan yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa malu-malu atau dipaksa oleh orang lain dan sukarela dalam membantu teman, sukarela dalam mengemukakan pendapat serta mengeluarkan perasaan-perasaan dihadapan semua anggota kelompok.

2) Asas kekinian

Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini.

3) Asas kegiatan

Asas kegiatan yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

4) Asas kenormatifan

Asas kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku.

5) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan yaitu semua yang hadir dalam kegiatan harus menyimpan dan merahasiakan apasaja, yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh, dan tidak layak diketahui orang

lain.<sup>7</sup>

e. Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok

Menurut Hartinah, terdapat empat tahapan dalam bimbingan kelompok. Berikut dikemukakan tahapan bimbingan kelompok menurut Hartinah yang disesuaikan dengan teknik yang digunakan oleh peneliti, yaitu:

1) Tahap I pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengakrabkan diri. Pemimpin kelompok (konselor) memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilaksanakan serta menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok. Konselor juga menyampaikan asas kerahasiaan kepada seluruh anggota agar orang lain tidak mengetahui permasalahan yang terjadi pada mereka.

2) Tahap II peralihan

Tahap peralihan adalah “jembatan” antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan. Setelah anggota kelompok merasa nyaman dengan kelompoknya dan muncul sikap saling menerima antar anggota maka anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan.

Adapun yang dilaksanakan dalam tahap ini yaitu: 1) menjelaskan

---

<sup>7</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h. 30.

kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya; 2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya; 3) membahas suasana yang terjadi dan 4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

### 3) Tahap III kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok. Anggota kelompok melaksanakan teknik bermain peran/sosiodrama dalam bimbingan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok/konselor. Permainan peran yang digunakan adalah permainan peran terstruktur. Kegiatan dimulai dengan membagikan skenario drama, kemudian konselor menjelaskan sekilas tentang cerita yang akan didramakan. Konselor dan anggota kelompok kemudian menentukan siapa yang akan bermain peran dan siapa yang akan menjadi pengamat. Dalam bermain peran yang terpenting bukan bagus atau tidaknya pementasan drama tetapi inti dari tema/topik yang diangkat dalam drama dapat dipahami dan dicoba diterapkan oleh anggota kelompok. Setelah dilakukan permainan peran anggota kelompok melakukan diskusi dipimpin oleh konselor. Dalam skenario juga terapat petunjuk pengamat dan pedoman diskusi. Sehingga diskusi dapat dilakukan dengan batasan tema/topic yang diangkat. Pengamat diberikan kesempatan untuk mengemukakan pendapatnya, begitu pula anggota kelompok lain yang bermain peran. Setelah dilakukan diskusi kemudian dilakukan lagi permainan peran dengan pemeran yang berbeda. Selesai bermain peran dilakukan diskusi kembali, begitu seterusnya sampai dengan waktu selesainya bimbingan kelompok yang telah disepakati.

#### 4) Tahap IV pengakhiran

Pada tahap pengakhiran ada beberapa hal yang dilakukan pada tahap ini, yaitu:

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera di akhiri
- b) Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan
- c) Membahas kegiatan lanjutan
- d) Pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera mengenai pemahaman anggota kelompok terhadap tema yang dibahas, kenyamanan anggota kelompok dalam melaksanakan hasil bimbingan kelompok telah dilakukan.

## 2. Teknik sosiodrama

### a. Pengertian teknik sosiodrama

Menurut Luluk dan M. Nursalim, sosiodrama merupakan teknik dalam bimbingan kelompok untuk memecahkan masalah-masalah sosial melalui kegiatan bermain peran.<sup>8</sup> Sedangkan menurut Romlah, sosiodrama adalah permainan peran yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul antar hubungan manusia.<sup>9</sup>

Berdasarkan pengertian beberapa ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa sosiodrama merupakan teknik dalam bimbingan kelompok untuk memecahkan masalah-masalah sosial melalui kegiatan bermain peran melalui sebuah drama.

---

<sup>8</sup>Luluk Khurotul A., M. Nursalim, "Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Peserta Didik di Lingkungan Sekolah", (*Jurnal*, Vol. 13, No.1, Universitas Negeri Surabaya, 2012), h. 87.

<sup>9</sup>*Ibid*, h. 88.

Dalam sosiodrama ini, individu akan memerankan suatu peran tertentu dari suatusituasi masalah sosial sehingga individu akan dapat menghayati secara langsung seperti benar-benar terjadi dalam situasi yang sebenarnya.

#### b. Tujuan penggunaan teknik sosiodrama

Tujuan penggunaan teknik sosiodrama menurut Nursalim dalam LulukK. Dan M.Nursalim, menyatakan tujuan sosiodrama adalah :

- 1) menggambarkan bagaimana seseorang atau beberapa orang menghadapi suatu situasi sosial;
- 2) menggambarkan bagaimana cara memecahkan masalah sosial;
- 3) mengembangkan sikap kritis terhadap tingkah laku yang harus atau jangan dilakukan dalam situasi/lingkungan sosial tertentu.
- 4) memberikan kesempatan untuk meninjau situasi dari berbagai sudut pandang.<sup>10</sup>

#### c. Langkah-langkah dalam teknik sosiodrama

Sebelum melaksanakan teknik sosiodrama, ada beberapa langkah yang perlu diperhatikan yaitu:<sup>11</sup>

1. Bila sosiodrama baru ditetapkan dalam pengajaran, maka hendaknya guru menerangkannya terlebih dahulu teknik pelaksanaannya, dan menentukan di antara peserta didik yang tepat untuk memerankan lakon tertentu, secara sederhana dimainkan didepan kelas.
2. Menerapkan siatuasi dan masalah yang akan dimainkan dan perlu juga diceritakan jalannya peristiwa dan latar belakang cerita yang akan dipentaskan tersebut

---

<sup>10</sup>*Ibid*, h. 88.

<sup>11</sup>*Ibid*, h. 90.

3. Pengaturan adegan dan kesiapan mental dapat dilakukan sedemikian rupa
4. Setelah sosiodrama itu dalam puncak klimaks, maka guru dapat menghentikan jalannya drama. Hal ini dimaksudkan agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat diselesaikan secara umum, sehingga penonton ada kesempatan untuk berpendapat dan menilai sosiodrama yang dimainkan. Sosiodrama dapat pula dihentikan bila menemui jalan buntu.
5. Guru dan peserta didik dapat memberikan komentar, kesimpulan atau berupa catatan jalannya sosiodrama untuk perbaikan-perbaikan selanjutnya.

### 3. Emosi marah

#### a. Pengertian emosi marah

Emosi adalah reaksi positif ataupun negatif terhadap objek, peristiwa, atau situasi-situasi yang diterima atau dirasakan individu.<sup>12</sup> Emosi dapat diartikan pula menjadi bermacam-macam seperti keadaan yang bergejolak, tidak seimbang, respon yang kuat dan tidak beraturan terhadap suatu stimulus yang didapatkan.<sup>13</sup>

Salah satu emosi yang sulit dikendalikan adalah emosi marah yang merupakan sesuatu yang bersifat sosial dan biasanya terjadi jika mendapat perlakuan yang tidak adil atau tidak menyenangkan dalam suatu interaksi sosial.

Marah sering disebut juga sebagai perasaan agresif, dan menjadi sumber dari munculnya agresi.<sup>14</sup> Orang yang mengalami emosi marah dapat melakukan

<sup>12</sup>Fadhilah, "Dinamika Emosi dari keluarga yang Bercerai", (*Jurnal Psikosains*, Vol. 9, No. 2, 2014) h. 101-112.

<sup>13</sup>Mahmud, Dimiyati, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta: Rake Press, 1990), h. 13.

<sup>14</sup>Vanindita W., "Pelatihan Manajemen Kemarahan untuk Menurunkan Agresivitas Remaja Panti Asuhan", (*Tesis*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2011), h. 5.

tindakan agresif seperti beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, dan tindak kekerasan.<sup>15</sup>

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa emosi marah merupakan situasi emosional yang terjadi karena adanya sebuah rangsangan baik itu dari luar ataupun dari dalam diri seseorang dan bisa berujung pada sebuah tindakan negatif.

Pengendalian emosi marah atau disebut juga mengelola emosi marah (*anger management*) adalah guna mengurangi perasaan emosional serta perilaku *physiologis* yang menyebabkan munculnya marah.<sup>16</sup> Mengelola emosi marah (*anger management*) merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi marah yang dimiliki dan memberikan respon terhadap hal tersebut dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sekitar. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengendalian emosi marah juga disebut atau sama dengan mengelola emosi marah.

#### b. Aspek-aspek emosi marah

Marah memiliki beberapa aspek yaitu sebagai berikut:<sup>17</sup>

##### 1) Aspekbiologis

Respon fisiologis timbul karena kegiatan sistem syaraf otonom bereaksi terhadap sekresi eoinerpin, sehingga tekanan darah meningkat, frekuensi denyut

<sup>15</sup>Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), h. 411.

<sup>16</sup>Dewi Tsalatun N., "Perbedaan Pengendalian Emosi Marah Siswa MAN Wonokromo Bantul Antara yang Tinggal di Pesantren dengan Tinggal Bersama Orang Tua", (*Skripsi*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2009), h. 4.

<sup>17</sup>Ani Mustafidah, "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Emosi Marah pada Aupir Bus Trayer Purwokerto Tegal yang Berada di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Terminal Purwokerto", (*Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2015), h.12-13.

jantung meningkat, wajah merah, pupil melebar, dan frekuensi pengeluaran air urin meningkat. Ada gejala yang sama dengan kecemasan seperti meningkatnya kewaspadaan, ketegangan otot seperti rahang terkutup, tangan dikepal, tubuh kaku dan reflek cepat. Hal ini disebabkan energi yang dikeluarkan saat marah bertambah.

#### 2) Aspek emosional

Seorang yang marah merasa tidak nyaman, merasa tidak berdaya, jengkel, frustrasi, dendam, ingin berkelahi, mengamuk, bermusuhan, sakithati, menyalahkan, dan menuntut.

#### 3) Aspek intelektual

Sebagian pengalaman kehidupan seseorang melalui intelektual. Peran panca indera sangat penting untuk beradaptasi dengan lingkungan yang selanjutnya diolah dalam proses intelektual sebagai suatu pengalaman. Oleh karena itu, perlu diperhatikan cara seseorang marah, mengidentifikasi keadaan yang menyebabkan marah, bagaimana informasi di proses, diklasifikasi dan diintegrasikan. Pada gangguan fungsi panca indera dapat jadi penyimpangan persepsi seseorang sehingga menimbulkan marah.

#### 4) Aspek sosial

Meliputi interaksi sosial, budaya, konsep rasa percaya, dan ketergantungan. Emosi marah sering merangsang kemarahan dari orang lain dan menimbulkan penolakan dari orang lain. Pengalaman marah dapat mengganggu hubungan interpersonal sehingga beberapa orang memilih menyangkal atau

berpura-pura tidak marah untuk mempertahankan hubungan tersebut. Cara orang mengungkapkan marah dan merefleksikan latar belakang budayanya.

#### 5) Aspek spiritual

Keyakinan, nilai dan moral mempengaruhi ungkapan marah seseorang. Aspek tersebut mempengaruhi hubungan seseorang dengan lingkungan. Hal yang bertentangan, dengan norma yang dimiliki dapat menimbulkan kemarahan dan dimanifestasikan dengan moral dan rasa tidak berdosa.

#### c. Faktor-faktor yang mempengaruhi emosi marah

Marah tidak timbul dengan sendirinya terdapat faktor penyebab yang dapat menyebabkan individu menjadi marah. Secara garis besar, rasa marah bisa disebabkan oleh faktor internal dan eksternal, yaitu:<sup>18</sup>

- 1) Faktor internal antara lain menyangkut *self control* seseorang, pola pandang yang dianutnya, serta kebiasaan-kebiasaan yang ditumbuhkannya dalam merespon suatu permasalahan.
- 2) Faktor eksternal antara lain adalah situasi-situasi di luar diri seseorang yang memancing respon emosional, latar belakang keluarga, serta budaya dan lingkungan sekitar.

Menurut Purwanto dan Mulyono, faktor-faktor yang menyebabkan marah dibagi menjadi dua yaitu faktor fisik dan faktor psikis:<sup>19</sup>

<sup>18</sup>Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), h. 81.

<sup>19</sup>Purwanto dan Mulyono, *Psikologi Marah Perspektif Psikologi Islam*, (Bandung: Refika Aditama, 2006), h. 18-19.

### 1) Faktor fisik

Faktor fisik yaitu kelelahan yang berlebihan, zat-zat tertentu yang dapat menyebabkan emosi marah dan hormon kelamin.

### 2) Faktor psikis

a) Rasa rendah diri (*minderwaardigheid complex*), yaitu menilai dirinya sendiri lebih rendah dari yang sebenarnya. Orang ini akan mudah tersinggung dan mudah sekali marah

b) Sombong (*superiority complex*), yaitu menilai dirinya sendiri sangat penting melebihi kenyataan yang sebenarnya. Jika yang diharapkan tidak terpenuhi, maka dengan sangat wajar akan menjadi marah.

c) Egoistis, yang menilai dirinya sangat melebihi kenyataan. Orang yang bersifat demikian akan mudah marah karena selalu terbentur dengan pergaulan sosial yang bersifat apatis (masa bodoh).

### d. Indikator-indikator pengendalian emosi marah

Menurut Goleman dalam Robikanwardani, ada beberapa aspek dalam mengelola emosi, yang khususnya emosi marah yaitu:<sup>20</sup>

#### 1) Mengenali emosi marah

Kemampuan mengenali emosi marah ditujukan untuk mengenali perasaan marah sewaktu emosi marah muncul dalam diri sehingga individu tidak dikuasai oleh amarah. Kemampuan ini dapat dilakukan dengan mengenali atau mengetahui tanda-tanda awal yang menyertai kemarahan, menangani perasaan

---

<sup>20</sup>Robikanwardani, "Skala Pengendalian Emosi (*Ager Manajement*)", (*Artikel*, 2011), h. 3-4.

mereka sendiri dengan baik, dan mampu membaca dan menghadapi perasaan mereka sendiri dengan baik.

#### 2) Mengendalikan emosi marah

Seseorang yang dapat mengendalikan emosi marah tidak membiarkan dikuasai oleh emosi marah marah. Kemarahan yang tidak terkendali dapat menimbulkan perilaku agresif baik verbal maupun non verbal. Mengendalikan amarah yaitu dengan mengatur emosinya dan menjaga keseimbangan emosi, sehingga emosi marah tidak berlebihan dan pada tingkat intensitas yang tinggi.

#### 3) Meredakan emosi marah

Meredakan amarah merupakan kemampuan untuk menenangkan diri sendiri setelah individu marah. Salah satu strategi yang dilakukan individu secara umum untuk meredakan marah adalah pergi menyendiri, jalan-jalan, berlatih olahraga, melakukan metode-metode relaksasi seperti menarik nafas dalam-dalam, pelepasan otot, dan melakukan selingan seperti menonton televisi, membaca dan semacamnya.

#### 4) Mengungkapkan emosi marah secara asertif

Orang yang asertif dapat mengungkapkan perasaan marahnya secara jujur dan tepat tanpa melukai perasaan orang lain. Orang yang asertif dapat membela hak-hak pribadinya, mengekspresikan perasaan yang sebenarnya, menyatakan ketidaksenangan, mengajukan permintaan dan tidak membiarkan orang lain mengambil keuntungan darinya.<sup>21</sup> Pada saat yang bersamaan, juga mempertimbangkan perasaan dan hak-hak orang lain.

---

<sup>21</sup>*Ibid*, h. 4.

#### 4. Kematangan Anak usia 17 tahun keatas

##### A. Psikologi Anak Usia 17 Tahun

Melansir dari situs Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) DIY, terdapat beberapa tahapan psikologi anak usia 17 tahun hingga siap menjadi dewasa. Secara umum, hal ini terbagi menjadi 6 tahapan perkembangan mental..<sup>22</sup>

###### 1. Ideal

Saat mulai menginjak usia 17 tahun, anak-anak akan mulai memiliki pengetahuan yang berasal dari lingkungan sekitarnya. Berbagai informasi tersebut akan mulai membentuk suatu pola pikir yang ideal menurut mereka.

###### 2. Mulai Berperan & Terlibat Aktif

Anak usia 17 tahun akan mulai mencari jati dirinya sendiri. Hal ini secara umum dilakukan mereka dengan mulai berperan aktif dalam kehidupan, keluarga, bahkan memulai mencari lingkungan ideal di luar keluarga atau yang pernah diketahuinya.

###### 3. Belajar Kemandirian

Bagi anak usia 17 tahun, kemandirian merupakan bagian dari pencarian jati diri. Maka dari itu, pada usia ini biasanya mereka akan mulai mengenal kemandirian. Mereka akan antusias untuk mulai belajar mencapai kemandirian baik di bidang emosional ataupun finansial.

---

<sup>22</sup>*Psikologi anak usia 17 tahun besertacaramenyikapipahamidenganbaikln.html*

#### 4. Lebih Mampu Menjaga Hubungan

Psikologi anak usia 17 tahun yang berikutnya adalah kemampuannya yang mulai lebih dapat mempertahankan hubungan yang stabil. Hal ini dapat dilakukan mereka baik pada hubungan kepada teman hingga lawan jenis.

#### 5. Merasa Sebagai Orang Dewasa

Psikologi anak usia 17 tahun cenderung akan mulai menganggap bahwa dirinya dapat diandalkan menjadi seseorang yang dewasa. Bahkan, mereka akan mulai berpikir bahwa keberadaannya setara dengan anggota keluarga dewasa yang lainnya.

#### 6. Hampir Siap Menjadi Dewasa

Psikologi anak usia 17 tahun cenderung akan siap menjadi dewasa setelah melalui beberapa tahapan di atas. Seiring berjalannya waktu, mereka akan mulai berani bertindak dengan pola pikirnya yang mandiri dan dewasa setelah cukup berpikir matang.

#### B. Dampak Psikologis

Anak usia 17 tahun yang mulai berpikir mandiri cenderung akan memiliki dampak tanpa disadari. Biasanya, dampak tersebut akan mengikuti lingkungan yang menjadi perhatiannya untuk tumbuh dewasa. Adapun beberapa dampak psikologi anak usia 17 tahun yakni sebagai berikut:

1. Cenderung mulai menggeluti masalah sosial dan politik di sekitarnya. Selain itu, nilai-nilai agama dan keyakinan selama ini pun akan semakin dipelajari atau semakin dipertanyakan.

2. Mulai belajar mengatasi stres yang dihadapinya. Hal ini memungkinkan bagi mereka untuk lebih senang untuk menghabiskan waktu bersama teman-teman daripada berlibur dengan keluarga.
3. Terdapat suatu masa di mana kecemasan dan ketidakpastian masa depan dapat merusak harga diri dan keyakinan diri yang telah dibangunnya selama ini.
4. Mulai memiliki ketertarikan dengan lawan jenis yang lebih serius dan banyak menghabiskan waktu bersama dengan mereka.
5. Merasa memiliki pengalaman yang baru, lebih baik, dan berbeda dengan keluarga serta orangtua.
6. Terdapat kemungkinan bagi mereka untuk hidup sendiri.

### C. Cara Menyikapi

Bila tak disikapi dengan baik, maka psikologi anak usia 17 tahun dapat membawa pengaruh negatif di masa kehidupannya kelak. Masa-masa ini sebenarnya yang paling tepat untuk membangun hubungan baik dengan anak. Berikut cara menyikapi anak usia 17 tahun yang mulai memiliki pola pikir berbeda:

#### 1. Komunikasi

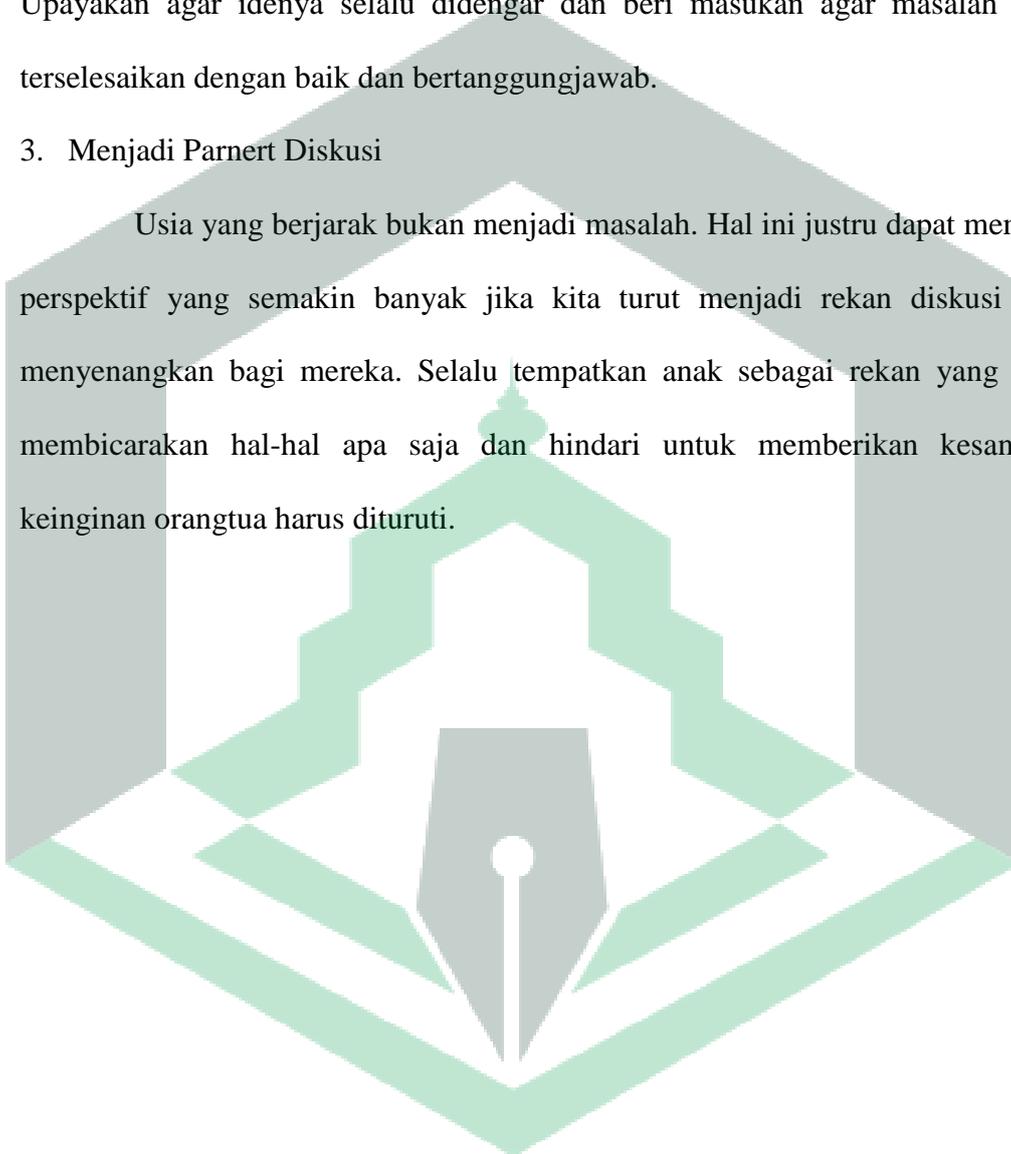
Biasakan untuk selalu membuka komunikasi dengan mereka. Rasa ingin tahu anak-anak usia 17 tahun masih cukup tinggi sehingga hal ini harus diseimbangkan dengan pengetahuan dari orangtua.

## 2. Cari Solusi Bersama

Setelah komunikasi dibangun, maka langkah selanjutnya adalah mencari solusi bersama di berbagai kesempatan terlebih saat mereka memiliki masalah. Upayakan agar idenya selalu didengar dan beri masukan agar masalah dapat terselesaikan dengan baik dan bertanggungjawab.

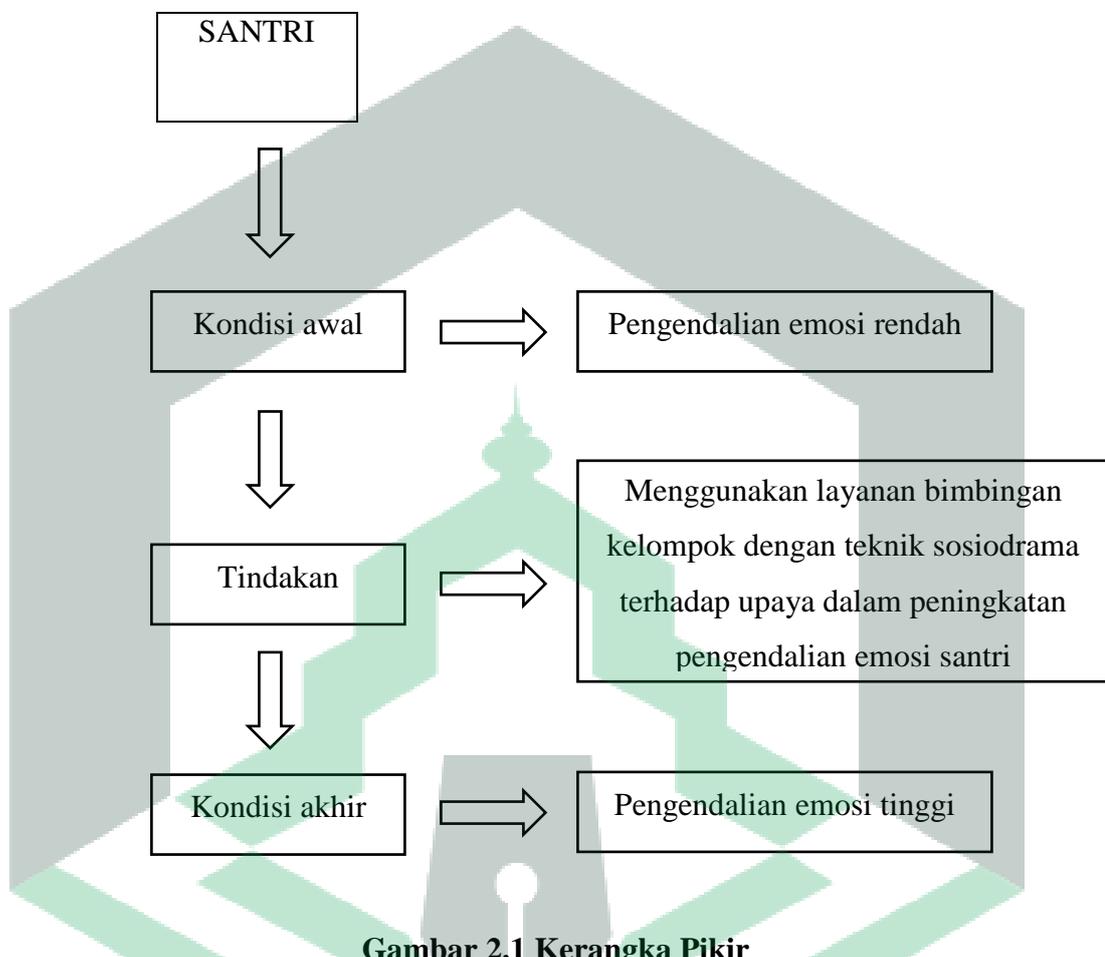
## 3. Menjadi Partner Diskusi

Usia yang berjarak bukan menjadi masalah. Hal ini justru dapat membuat perspektif yang semakin banyak jika kita turut menjadi rekan diskusi yang menyenangkan bagi mereka. Selalu tempatkan anak sebagai rekan yang dapat membicarakan hal-hal apa saja dan hindari untuk memberikan kesan jika keinginan orangtua harus dituruti.



### C. Kerangka Pikir

Adapun gambaran kerangka pikir dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:



**Gambar 2.1 Kerangka Pikir**

### D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang digunakan dinamakan ( $H_a$ ) atau hipotesis alternatif yaitu menyatakan keadaan saling berhubungan antara dua variabel atau lebih dan ( $H_o$ ) atau hipotesis nol yaitu hipotesis yang menunjukkan bahwa satu kelompok dengan kelompok yang lainnya tidak adanya saling hubungan.

Ha: Terdapat peningkatan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap pengendalian emosi marah santri.

Ho: Tidak terdapat peningkatan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap pengendalian emosi marah santri.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan metode yang digunakan untuk meneliti populasi dan sampel tertentu, teknik penentuan sampel umumnya dapat dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data, bersifat statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>1</sup>

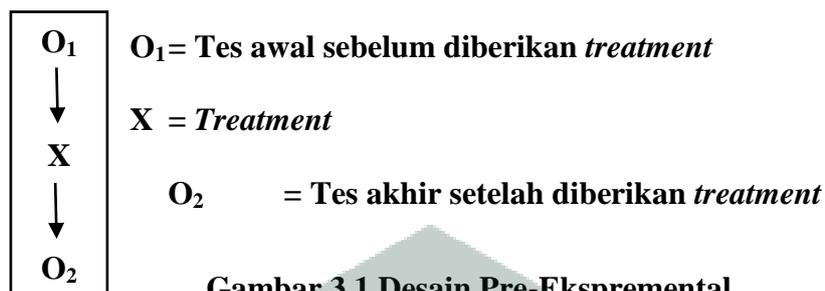
Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.<sup>2</sup>

Desain yang digunakan yaitu *pre-experimental design* dengan jenis desain *one group pre-test post-test*. Desain ini terdapat tiga tahap yaitu *pre-test* yang dilakukan sebelum melakukan *treatment*. Kemudian setelah hasil *pre-test* terlihat selanjutnya diberikan *treatment*. Setelah diberikan perlakuan tahap terakhir yaitu dengan memberikan tes *post-test* untuk melihat hasil *treatment* apakah terjadi peningkatan setelah diberikannya perlakuan/*treatment*. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:

---

<sup>1</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 14.

<sup>2</sup>*Ibid*, h. 72.



Gambar 3.1 Desain Pre-Ekspremental

## B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dalam penelitian ini adalah SMA PMDS Putra Kota Palopo. Peneliti memilih lokasi berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti dan menemukan bahwa terdapat sebuah permasalahan yang patut untuk diselesaikan. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Maret-April 2023.

## C. Definisi Operasional

Berikut dikemukakan penjelasan mengenai variabel-variabel secara operasional:

### 1. Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama (variabel bebas (X))

Bimbingan kelompok merupakan layanan bantuan yang diberikan secara berkelompok dengan tujuan agar santri dapat menjadi pribadi yang lebih baik dalam menjalani kesehari-harian, baik itu sebagai peserta didik, sebagai anak dalam keluarga, maupun sebagai anggota masyarakat serta mampu untuk menentukan sebuah keputusan dan dapat menilai pribadinya sendiri secara positif melalui teknik sosiodrama yang merupakan teknik yang menggunakan permainan drama namun menyiratkan sebuah informasi dari sebuah permasalahan sosial.

## 2. Pengendalian emosi marah (variabel terikat (Y))

Pengendalian emosi marah merupakan upaya mengontrol diri dan perilaku agar tidak sampai meledakkan emosi dasar berupa marah dengan cara yang tidak dapat diterima dalam lingkup sosial.

### **D. Populasi dan Sampel**

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik *random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel penelitian yang dimana cara pengambilannya dengan cara mencampur subyek-subyek di dalam populasi sehingga semua subyek dianggap sama.<sup>3</sup> Alasan peneliti menggunakan teknik sampel ini karena dalam populasi tersebut mempunyai tingkat strata tinggi, sedang dan rendah. Dimana semua strata dianggap sama oleh peneliti sehingga pada saat pengambilan sampelnya dapat mempersingkat waktu. Pada saat menentukan sampelnya peneliti melakukan undian untuk menentukan siapa saja yang ikut tergabung dalam anggota kelompok yang nantinya akan diberikan treatment oleh peneliti.

Dalam penelitian ini, peneliti akan mengambil sampel sebanyak 15 orang santri yang nantinya akan diberikan perlakuan atau treatment pada saat kegiatan bimbingan kelompok berlangsung, dengan cara memberikan materi yang berisi tentang topik-topik permasalahan yang berkaitan dengan pengendalian emosi. Kemudian setelah pemberian materi itu selesai para siswa yang tergabung dalam satu kelompok tersebut dimintai pendapatnya yang berkaitan dengan topik materi yang sedang dibicarakan.

---

<sup>3</sup>Arikunto, 2006: 134. *Tentang penggunaan teknik random sampling*

Alasan peneliti memilih 15 orang remaja yaitu agar pemimpin kelompok yang sekaligus menjadi peneliti dapat lebih mudah dalam memberi perhatian kepada setiap anggota kelompok yang tergabung didalamnya dan sesuai dengan pendapat Prayitno yang menjelaskan bahwa anggota kelompok yang akan mengikuti layanan bimbingan kelompok itu terdiri atas 8-15 orang memiliki kriteria pengendalian emosi yang masih rendah, dan sedang.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data yang relevan dan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi, maka peneliti menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut:

##### **1. Metode observasi**

Observasi atau yang disebut pula pengamatan, meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh indera. Dengan menggunakan metode observasi ini peneliti dimungkinkan dapat melakukan pencatatan dan pengamatan secara sistematis mengenai gejala-gejala yang diteliti tanpa mengajukan pertanyaan. Metode observasi ini dilakukan untuk memperoleh data tentang gambaran dari bentuk pengendalian emosi marah santri di SMA PMDS Putra Kota Palopo.

##### **2. Metode kuesioner (angket)**

Menurut Sugiono kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengajukan serangkaian pertanyaan tertulis atau pertanyaan

untuk dijawab kepada responden.<sup>4</sup> Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup, yaitu kuesioner pilihan jawaban yang disusun dengan menyediakan alternatif jawaban sehingga memudahkan responden dalam memberi jawaban dan memudahkan peneliti dalam menganalisis data. Penggunaan angket atau kuesioner dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan pengendalian emosi santri melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

Adapun kategori jawaban untuk skala pengendalian emosi adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.2**  
**Kategori Pengendalian Emosi**

No	Pernyataan Positif		Pernyataan Negatif	
	Jawaban	Nilai	Jawaban	Nilai
1	SL	5	SL	1
2	SR	4	SR	2
3	KD	3	KD	3
4	JR	2	JR	4
5	TP	1	TP	5

Keterangan ;

SL : Selalu

JR : Jarangan

SR : Sering

TP : Tidak Pernah

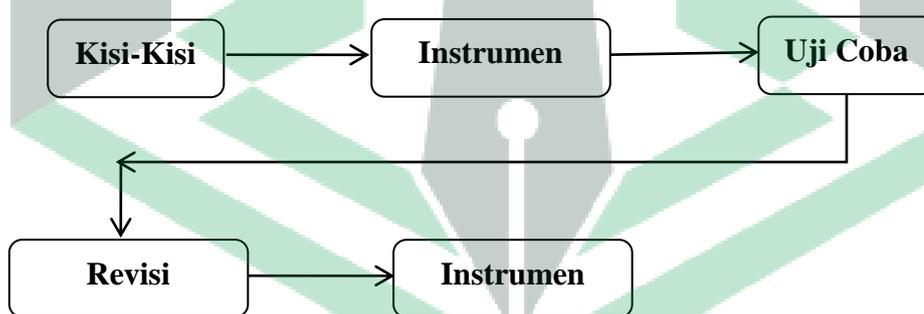
KD : Kadang

<sup>4</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), h. 142.

## F. Instrumen Penelitian

Instrumen angket atau kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial yang telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variable yang kemudian dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan dan pernyataan. Jawaban setiap item instrumen yang digunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif.<sup>5</sup>

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrumen dilakukan dalam beberapa tahap, baik dalam pembentukan maupun uji coba. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada bagan di bawah ini:



**Gambar 3.3**

### **Langkah-langkah Penyusunan Instrumen**

<sup>5</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 93.

Untuk mengetahui tingkat pengendalian emosi marah siswa maka digunakanlah instrumen penelitian dengan skala pengendalian emosi marah. Adapun kisi-kisi instrument penelitian sebagai berikut:

**Tabel 3.4**  
**Kisi-Kisi Instrumen**

Variabel	Indikator	Nomor Item Instrumen		Jumlah
		+	-	
Pengendalian Emosi Marah	Mempunyai kemampuan memotivasi diri	1, 2, 3, 4, 5, 6 dan 7	8,9,10,11 dan 12	12
	Mampu bertahan menghadapi frustrasi	13, 14, 15, 16, 17, 18 dan 19	20, 21, 22, 23 dan 24	12
	Mampu mengendalikan hawa nafsu	25, 26, 27, 28 dan 29	30, 31 dan 32	8
	Menjaga agar tidak stress	33, 34, 35 dan 36	37, 38, 39 dan 40	8
	Mampu menyelesaikan masalah atau konflik diri sendiri	41, 42, 43, 44 dan 45	46, 47, 48 dan 49	9
	Mampu membaca dan memahami perasaan orang lain dan terampil bergaul	50, 51, 52 dan 53	54, 55, 56 dan 57	8
	Orang yang secara emosional cerdas	58, 59	60	3

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji kevalidan dan reliable angket tersebut untuk mengetahui angket tersebut layak untuk digunakan.

Berikut dijelaskan langkah-langkah dalam pengujian:

#### 1. Uji validitas instrumen

Uji Validitas digunakan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner. Kuesioner dikatakan valid, jika pertanyaan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang diukur. Uji Validitas digunakan untuk menguji

validitas angket, untuk keperluan ini diuji teknik korelasi jawaban pada setiap item dikorelasikan dengan total skor.

## 2. Uji reabilitas instrumen

Menurut Arikonto Realibilitas menunjuk pada sebuah pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen sudah baik. Instrumen yang reliabel akan dapat dipercaya. Dimana instrumen tersebut tidak bersifat tendensius sehingga bisa mengarahkan responden untuk dapat memilih jawaban tertentu.<sup>6</sup>Daftar pernyataan angket disebutkan reliabel jika jawabannya konsisten dari waktu ke waktu dan menghasilkan nilai *cronbach's alpha* lebih dari 0,60. Adapun macam-macam koefesien reliabilitas yakni:<sup>7</sup>

0,80-1,00 : Reliabilitas sangat tinggi

0,60-0,80 : Reliabilitas tinggi

0,40-0,60 : Reliabilitas sedang

0,20-0,40 : Reliabilitas rendah

## G. Teknik Analisis Data

Analisi data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket, catatan lapangan, dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting dan yang akan

---

<sup>6</sup>Suharini, *Prosedur Penelitian (Satu Pendekatan Praktek)*, (Jakarta: Reika Cipta, 2010), h. 144.

<sup>7</sup>Purwanto, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h. 196.

dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

### 1. Analisis deskriptif

Analisis deskriptif yang dimaksudkan berupa kondisi awal (*pre-test*) dan kondisi akhir (*post-test*) pengungkapan diri sebelum dan sesudah diberi *treartment* pada pengendalian emosi marah santri menggunakan teknik sosiodrama.

### 2. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan bantuan software SPSS versi 26 dengan uji statistik Kolmogorov-Smirnov.<sup>8</sup> dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Jika Signifikansi  $> 0.05$  maka data berdistribusi normal
- b. Jika signifikansi  $< 0.05$  maka data berdistribusi tidak normal

### 3. Uji Hipotesis

Sesuai dengan hipotesis yang diajukan yaitu untuk mengetahui peningkatan pengendalian melalui bimbingan kelompok pada santri PMDS Putra Palopo yaitu Pengurus Osis, maka peneliti menggunakan rumus uji Wilcoxon. Teknik ini digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel yang berkorelasi bila datanya berbentuk ordinal (berjenjang). Jadi penelitian ini teknik analisis datanya menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test* yaitu dengan mencari perbedaan *pre- test* dan *post- test*, dengan rumus sebagai berikut:

---

<sup>8</sup>Jonathan Sarwono dan Hendra Nur Salim, *Prosedur-Prosedur Populer Statistik untuk Analisis Data Riset Skripsi*, (Yogyakarta: Gaya Media, 2017), h. 135.

$$Z = \frac{T - \mu_T}{\delta} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan :

n = Jumlah Sampel

T = Jumlah Jenjang yang Kecil

Berdasarkan hasil hitung tersebut dikonsultasikan dengan indeks tabel *Wilcoxon*. Jika hasil analisis lebih besar dari indeks table *Wilcoxon* maka berarti layanan bimbingan kelompok dianggap efektif dalam meningkatkan keterbukaan diri. Guna mengambil keputusan menggunakan pedoman dengan taraf signifikan 5% dengan ketentuan:

1.  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima apabila  $Z_{hitung}$  lebih besar atau sama dengan  $Z_{tabel}$ .
2.  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak apabila  $Z_{hitung}$  lebih kecil dari  $Z_{tabel}$ .

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

##### 1. Profil Singkat Pondok Modern Datok Sulaiman

Pondok Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra Palopo mulai di bangun pada tahun 1982. Awal berdirinya pondok pesantren ini hanya menerima satu kelas yang dimana satu kelas hanya terdiri dari 50 santri serta diresmikannya PMDS ini bertepatan dengan hari ulang tahunnya RI ke-36 (17 Agustus 1982). Lokasi Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra Palopo di jalan Dr. Ratulangi (Balandai) Kota Palopo.

Pada akhir tahun desember 2006 PMDS palopo sudah melahirkan alumni terbesar dimana-mana. Alumni dari PMDS banyak yang sudah sukses antara lain ada yang mengabdikan sebagai, guru, dosen, pegawai kantor pemerintah, dokter, pengusaha, TNI, POLRI, anggota DPR, serta ada juga yang menjadi Wakil Bupati Kab. Luwu Utara dan Wakil Wali Kota (Palopo).

Guru dan Pembina selaku sebagai pengajar di Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra palopo itu mencapai 100 guru dan Pembina baik itu yang (DPK) pegawai negeri dipekerjakan, guru tidak tetap, guru tetap yayasan. Adapun yang mengajar tamatan S1 dan S2. Guru-guru dan Pembina pesantren modern datok sulaiman putra palopo selalu ada di setiap kegiatan, baik itu kegiatan sosial keagamaan maupun pendidikan. Santri-santri yang memilih pondok pesantren modern datok sulaiman putra palopo bukan hanya anak-anak dari Tanah Luwu saja, akan tetapi berbagai daerah dan provinsi lain juga banyak yang memilih

Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra Palopo sebagai tempat untuk melanjutkan studi mereka. pesantren modern datok sulaiman bukan hanya menyajikan seputar kegiatan keagamaan saja akan tetapi ada juga kegiatan lainnya seperti ekstrakurikuler dalam bidang olahraga, seni dan pembinaan bahasa asing sehingga meningkatkan kualitas santri.

## 2. Visi serta Misi Pondok Pesantren Modern Datok Sulaiman Putran Palopo

Setiap lembaga pendidikan pasti ada visi dan misinya, adapun pesantren modern daotok sulaiman putra palopo ialah.

### a) Visi

Menjadikan lembaga ini sebagai lembaga yang berkualitas dan unggul dalam berbagai bidang dan juga menjadikan salah satu sumber pendidikan berbasis islam unggulan serta upaya peningkatan masyarakat yang baik dan mencetak generasi berilmu dan beriman dan menjadi kebanggaan bangsa dan negara.

### b) Misi

- 1) Mempersiapkan kemampuan tenaga pekerja yang berkualitas serta memiliki keimanan.
- 2) Dapat di percaya serta jujur sehingga bisa di amanahkan dalam berbagain kegiatan
- 3) Melahirkan pekerja yang berkualitas serta professional baik itu di bidang umum lebih-lebih di bidang agama
- 4) Mencetuskan lulusan-lulusan yang memiliki berbagai keahlian dan mampu hidup mandiri sehingga menggangkat martabat dan keluarganya

- 5) Merubah kapasitas manusia menjadi aset agama dan bangsa
- 6) Menjadikan sebagaia sarana penanaman serta peningkatan iman dan ilmu.

c) Guru-guru Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra Palopo

Guru merupakan seorang yang bertugas sebagai pendidik peserta didik atau santri supaya meningkatkan kualitas para santri supaya menjadikan santri yang selalu mengejarkan yang ma'aruf dan menjauhkan dirinya dari yang mungkar. Adapun nama guru-guru di pesantren modern datok sulaiman putra palopo ialah.

Tabel 4.1 Nama Pengurus Yayasan PMDS Palopo

No	Nama	Jabatan
1	Drs. K. Hj. Jabani	Ketua Umum
2	Dr. H. Syarifuddin Daud., M.A	Ketua I
3	Prof. H. M. Said Mahmud., Lc. M.A	Ketua II
4	Dr. H. Ruslin	Ketuan III
5	H. Bennuas, B.B.A	Sekretaris
6	Drs. H. Hisban Thaha., M.Ag	Sekretaris I
7	Drs. Tegorejo	Bendahara
8	Rahmania Waje', S.Ag	Bendahara I

Sumber ; Staff Yayasan PMDS Putra Palopo

Tabel 4.2 Nama-nama Pembina PMDS Putra Palopo

No	Nama
1	Drs. KH. Ruslin
2	Dr. Mardi Takwin. MHI
3	Sudarwin Tuo
4	Brignol Gunawan
5	Muh. Adi Nur., S.Pd
6	Hairil Anwar, S.Ag., M.Pd.I
7	Muh. Rival Alwi, S.An., M.Ap
8	Abd. Gani, S.Ag
9	Drs. H.M. Ilyas
10	Abdullah
11	Haris
12	Nur Iman
13	Ir. Mashudi
14	Ahsan Takwin, S.Pd., M.Pd
15	Farhril Aisyah, S.Fil.I., M.Pd
16	Irwan Ishak, S.Pd

Sumber ; Kantor MA PMDS Putra Palopo

### 3. Sarana dan Prasarana Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra Palopo

Sarana dan prasarana ialah bagian yang begitu amatlah penting dalam kegiatan belajar mengajar karena tanpa dua unsur tersebut proses belajar mengajar mengalami penghambatan, akan tetapi dengan adanya sarana dan prasarana akan mempermudah pemberian ilmu serta penerimaan ilmu yang dilakukan guru dengan murid. Pesantren Modern Datok Sulaiman Putra Palopo secara fisik sudah mempunyai sarana dan prasarana yang memadai sehingga terlaksananya pendidikan di sekolah. Sarana dan prasarana merupakan aset yang dimiliki oleh

pesantren modern datok sulaiman putra dan menjadikan salah satu kebanggaan oleh pihak pondok dan yang sangat perlu di rawat serta dijaga.

Tabel 4.3 Sarana dan Prasarana

No	Sarana	Prasarana
1	Gedung Sekolah	Baik
2	Ruang Kelas Belajar SMP	Baik
3	Ruang Kelas Belajar MI	Baik
4	Ruang Kelas Belajar MA	Baik
5	Masjid	Baik
6	Asrama SMA	Baik
7	Asrama SMP/MTs	Baik
8	Asrama Tahfidzul Qur'an	Baik
9	Gedung Perpustakaan	Baik
10	Gedung Serbaguna	Baik

Sumber : Yayasan PMDS Putra Palopo

## B. Hasil Penelitian

### a) Deskripsi Pengendalian Emosi Marah Santri SMA PMDS Putra Kota Palopo

Sesuai dengan tujuan penelitian tentang pengendalian emosi marah santri di PMDS Putra Palopo sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, maka akan diuraikan hasil pre-test sebelum diberi treatment.

Adapun hasil pre-test yang diperoleh oleh peneliti sebelum memberikan treatment berupa bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

Tabel 4.4 Hasil *Pre-test* Keseluruhan

No	Kategori	Jumlah siswa	Persentase Jumlah
1	Sangat Tinggi	0	0%
2	Tinggi	15	37,5%
3	Sedang	18	45%
4	Rendah	7	17,5%
5	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		40	100%

Dalam hal ini santri yang mempunyai kategori tingkat pengendalian emosi marah rendah dan sedang akan dimasukkan dalam kelompok untuk mendapatkan treatment. Jumlah anggota kelompok yang nantinya akan dipakai untuk penelitian dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok adalah sebanyak 15 orang anggota. Hal ini sesuai dengan pendapat Prayitno yang menjelaskan bahwa anggota kelompok yang akan mengikuti layanan bimbingan kelompok itu terdiri atas 8-15 orang. Untuk itu selebihnya agar peneliti dapat memenuhi anggota kelompok yang efektif, dan dapat memotivasi anggota kelompok agar dinamika kelompok bisa muncul, maka peneliti akan mengambil anggota kelompok sebanyak 10 orang santri yang mempunyai kategori tingkat pengendalian emosi yang sedang dan 5 orang santri yang mempunyai tingkat pengendalian emosi yang mempunyai kategori rendah<sup>1</sup>. Hal ini sesuai dengan dengan jenis sampel yang telah digunakan oleh peneliti yaitu dengan menggunakan teknik random sampling, yang dimana pengambilan sampelnya dilakukan secara acak.

<sup>1</sup>Prayitno dan Amti E. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: PT Rineka Cipta..2004) h. 43

Adapun anggota kelompok yang telah ditentukan oleh peneliti secara keseluruhan yang akan mendapatkan treatment adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5

Hasil *Pre-test* Yang Dijadikan Anggota Kelompok

No	Nama	Skor	Persentase	Kriteria
1	AP	187	68%	Sedang
2	APA	186	67,63%	Sedang
3	MFG	185	67,27%	Sedang
4	MAR	183	66,90%	Sedang
5	MARR	180	65,45%	Sedang
6	MB	178	64,27%	Sedang
7	MFA	175	63,63%	Sedang
8	MFR	173	62,90%	Sedang
9	AMH	171	62,18%	Sedang
10	FH	169	61,45%	Sedang
11	IL	142	51,63%	Rendah
12	MNH	141	51,27%	Rendah
13	MAS	140	50,90%	Rendah
14	MAG	140	50,90%	Rendah
15	MI	137	49,81%	Rendah
Rata-Rata		166	60,79%	Sedang

Dari tabel diatas dapat di jelaskan bahwa yang menjadi anggota kelompok kebanyakan didominasi oleh siswa yang mempunyai tingkat pengendalian emosi yang masih rendah sebanyak 5 orang anggota. Dan 10 orang anggota kelompok lainnya memiliki tingkat kategori sedang. Jika dilihat dari tingkat rata-rata anggota kelompok, mereka mempunyai nilai skor tingkat

pengendalian emosi sebesar 166 dan prosentase sebesar 60,79 % yang masuk dalam kategori sedang.

Berikut ini adalah hasil pre-test dari para anggota yang mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama jika dilihat dari tingkat indikatornya.

Tabel 4.6 Hasil Perhitungan Pre-test Per Indikator

No	R	Indikator													
		Mampu memotivasi diri		Mampu menghadapi frustrasi		Mampu mengendalikan hawa nafsu		Dapat menjaga agar tidak mudah stress		Mampu menyelesaikan masalahnya sendiri		Dapat memahami lingkungan sekitar		Cerdas dalam mengelola emosi	
		%	K	%	K	%	K	%	K	%	K	%	K	%	K
1	AP	69	T	58	S	74	T	57	S	80	T	74	T	60	S
2	APA	69	T	76	T	51	R	66	S	62	S	80	T	60	S
3	MFG	67	S	67	S	74	T	60	S	60	S	74	T	73	T
4	MAR	71	T	76	T	77	T	54	S	82	T	37	R	40	R
5	MARR	73	T	73	T	60	S	54	S	71	T	57	S	53	S
6	MB	69	T	58	S	71	T	57	S	78	T	57	S	53	S
7	MFA	78	T	71	T	51	R	57	S	60	S	49	R	73	T
8	MFR	65	T	67	S	54	S	77	T	62	S	54	S	47	R
9	AMH	82	T	75	T	57	S	43	R	64	S	49	R	27	SR
10	FH	60	S	60	S	74	T	63	S	56	S	63	S	53	S
11	IL	55	S	51	R	46	R	54	S	44	R	69	S	33	SR
12	MNH	64	S	53	R	63	S	34	SR	44	R	46	R	47	R
13	MAS	58	S	49	R	51	R	37	R	64	S	40	R	47	R
14	MAG	49	R	58	S	51	R	57	S	42	R	43	R	60	S
15	MI	45	R	49	R	37	R	57	S	53	R	51	R	67	S
Rata-Rata		65	S	63	S	60	S	55	S	62	S	56	S	53	S

Keterangan :

ST : Sangat Tinggi

R : Rendah

T : Tinggi

SR : Sangat Rendah

S : Sedang

Dari tabel 4.6 dapat dijelaskan bahwa dari ke tujuh indikator di atas yang mempunyai kategori sangat rendah terdapat pada indikator dapat menjaga agar tidak mudah stress yang di tempati oleh MNH dan pada indikator cerdas dalam mengelola emosi marah nya yang di tempati oleh AMH dan IL.

#### b) Hasil Pengamatan Selama Proses Pemberian *Treatment*

Adapun hasil pengamatan pada anggota kelompok yang mempunyai kategori tingkat pengendalian emosi marah rendah, selama proses pelaksanaan treatment melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang dilakukan oleh peneliti dapat dijelaskan yang diantaranya;

##### a. Pertemuan pertama

Dilaksanakan pada hari sabtu, 1 April 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Perkenalan antar sesama yang dimana bertujuan untuk memotivasi santri agar bisa memberikan informasi kepada orang lain, agar bisa memahami karakter orang lain, melatih keberanian untuk bisa berinteraksi dengan orang lain dan akan membagikan peran yang akan di perankan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Akan tetapi Sikap anggota pada pertemuan kali ini diantaranya; kurang bersemangat

untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok, tampak malu-malu, terlihat tegang, terlihat bingung, ada yang sibuk sendiri, tidak memperhatikan, belum ada yang mau berpendapat, jika ada pun itu harus ditunjuk dulu oleh pemimpin kelompok.

Hal ini dibuktikan pada pertemuan pertama layanan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagian besar mereka masih malu untuk mengungkapkan pendapatnya, belum termotivasi untuk serius mengikuti kegiatan, belum bisa mengendalikan hawa nafsunya untuk selalu fokus pada kegiatan dan belum bisa memahami keadaan kelompoknya. Mereka baru mulai berpendapat setelah ditunjuk oleh pemimpin kelompok. Maka dari itu peneliti hanya membagikan peran yang akan di dramakan pada pertemuan selanjutnya dengan topic Permasalahan guru disekolah. Adapun pertemuan kali ini dinamika kelompok belum terlihat di dalam kelompok.

b. Pertemuan kedua

Dilaksanakan pada hari Senin, 3 Aprils 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik pembahasannya yaitu Permasalahan Guru Disekolah. Yang dimana dalam 15 orang santri akan bermain peran tentang permasalahan guru di sekolah terhadap santri, Tujuannya antara lain; agar dapat mengurangi masalah dengan guru mapel yang ada di sekolah, agar dapat melatih santri agar lebih terbuka dengan orang lain, agar bisa memahami kondisi orang lain, agar bisa mengelola emosinya. Adapun hasil dari Sikap anggota yang tampak yaitu masih tampak malas mengikuti kegiatan, tampak msalu-malu hal ini terlihat saat mereka disuruh berkumpul mereka berebut tempat

untuk duduk di belakang, terlihat tegang, terlihat bingung, ada yang sibuk sendiri, tidak memperhatikan, belum ada yang mau berpendapat, jika ada pun itu harus ditunjuk dulu oleh pemimpin kelompok.

Dari ke 15 orang santri yang termasuk anggota kelompok pada pertemuan ini masih belum semangat dalam bermain peran yang telah didramakan Hal ini dibuktikan pada pertemuan kedua layanan kegiatan bimbingan kelompok, mereka masih belum termotivasi untuk serius mengikuti kegiatan, belum bisa mengendalikan hawa nafsunya untuk selalu fokus pada kegiatan bimbingan kelompok, belum bisa memahami keadaan kelompoknya dan malu untuk mengungkapkan pendapatnya terutama untuk MAG dan MI meskipun mereka sudah ditunjuk mereka tetap saja masih tidak mau untuk mengungkapkan pendapatnya pada pertemuan kali ini. Mereka kebanyakan dari anggota kelompok baru mau berpendapat setelah mereka ditunjuk oleh pemimpin kelompok. selanjutnya peneliti menyampaikan kembali topic yang akan diberikan pada pertemuan selanjutnya mengenai cara meningkatkan prestasi belajar agar santri dapat lebih aktif dalam melakukan layanan bimbingan kelompok. Dan pada pertemuan kali ini dinamika kelompok belum terlihat di dalam kelompok.

### c. Pertemuan ketiga

Dilaksanakan pada hari Rabu, 5 April 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik pembahasannya yaitu Cara Meningkatkan Prestasi belajar. Peran kali ini akan diperankan hanya 3 santri anggota kelompok dengan bermain peran sebagai penasehat dimana nasehat-nasehat itu berisi tentang motivasi agar rasa ingin mengetahui dapat ditingkatkan

melalui prestasi-prestasi yang di inginkan atau di cita-citakan. Tujuannya yaitu agar prestasi belajar santri lebih meningkat, lebih terbuka dengan orang lain, bisa memahami kondisinya sendiri dan orang lain yang ada di lingkungan sekitar, bisa bertahan menghadapi frustrasi dalam belajar dan bisa mengelola emosinya pada saat belajar. Sikap anggota yang tampak pada saat itu terlihat agak semangat meskipun agak sedikit malu-malu, dan masih terlihat ragu-ragu dengan pendapatnya terlihat agak tegang, terlihat sedikit bingung, sudah ada beberapa yang mulai memperhatikan alur pembicaraan, sudah ada beberapa yang mau berpendapat tetapi belum begitu banyak.

Dari ke 15 orang anggota kelompok, ada 3 orang anggota kelompok yang meliputi AP, APA, MAR, MFA sudah mulai menampak adanya perubahan perilaku dikarenakan sudah belajar tampil untuk menasehati anggota kelompok lainnya melalui perannya sebagai penasehat, maksudnya yaitu yang berkaitan dengan motivasi dirinya, mereka sudah terlihat lebih semangat dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, hal ini ditunjukkan dengan adanya di antara mereka mulai segera merespon apa yang menjadi arahan oleh pemimpin kelompok. Dan mereka sudah terlihat dapat mengelola emosinya. Hal ini ditunjukkan bahwa mereka sudah mampu melawan rasa takut dan rasa malu-malunya dengan cara mencoba untuk mengemukakan pendapatnya di depan anggota kelompok yang lain. Meskipun kebanyakan dari anggota kelompok masih merasa malu untuk berpendapat. Dan pada pertemuan kali ini dinamika kelompok belum terlihat di dalam kelompok. Karena belum ada yang mau menanggapi

pendapat dari anggota lain secara umpan balik. Pertemuan selanjutnya akan membahas tentang pertengkaran antar santri di sekolah.

d. Pertemuan keempat

Dilaksanakan pada hari senin, 10 April 2010 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik pembahasannya yaitu Pertengkaran Antar Santri di sekolah. Pada peranan kali ini peneliti membagi dua peran yakni 7 santri sebagai senior dan 8 santri sebagai juniornya, dengan permasalahan-permasalahan yang ada di kampus. Tujuannya diantaranya; agar santri bisa menghindari dan mengurangi pertengkaran saat di lingkungan sekolah, agar santri lebih terbuka terhadap orang lain, agar santri bisa memahami dirinya sendiri dan orang lain yang ada di lingkungan sekitar, agar bisa mengendalikan hawa nafsunya, serta dapat mengelola emosinya. Sikap anggota yang tampak pada saat itu diantaranya terlihat semangat, terlihat agak sedikit malu-malu, dan masih terlihat ragu-ragu dengan pendapatnya terlihat agak tegang, terlihat sedikit bingung, sudah ada beberapa yang mulai memperhatikan alur pembicaraan, sudah ada beberapa yang mau berpendapat tetapi belum begitu banyak.

Dari ke 15 orang anggota kelompok, 15 orang yang bermain peran hanya 5 orang yang sudah tampak ada perubahan perilaku yang berkaitan dengan indikator pengendalian emosi, yaitu yang berkaitan dengan motivasi diri, mereka sudah termotivasi untuk serius mengikuti kegiatan, sudah bisa mengendalikan hawa nafsunya untuk selalu fokus pada kegiatan bimbingan kelompok, sudah mampu mengelola emosinya. Tetapi untuk indikator dapat memahami lingkungan pada pertemuan kali ini belum begitu diperhatikan

Hal ini ditunjukkan pada pertemuan kali ini semangat mereka untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok sudah mulai tampak. Ke lima anggota kelompok sudah mampu untuk melawan rasa takut dan rasa malunya dengan cara mencoba untuk mengemukakan pendapatnya. Tetapi disaat FH mengungkapkan pendapatnya karena memerankan senior maka ada salah satu seorang anggota yang tidak setuju dengan pendapat anggota tersebut dan akhirnya terjadi saling mengejek di antara anggota kelompok. Pada saat itu pemimpin memberi penengah dan memberi pemahaman bahwa menghargai pendapat orang lain itu harus di junjung tinggi dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok. Pada pertemuan kali ini dinamika kelompok sudah mulai terlihat. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya proses interaksi diantara anggota kelompok. Meskipun salah satu bentuk interaksinya itu diwarnai berupa ejekan di antara anggota kelompok. Pada pertemuan selanjutnya akan membahas tentang jenis kenakalan santri.

e. Pertemuan Kelima

Dilaksanakan pada hari rabu, 12 April 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik pembahasannya yaitu Kenakalan santri. Pada pertemuan kali ini peneliti tidak bermain peran dikarenakan ingin mengetahui lebih dalam kenakalan apa saja yang santri lakukan selama dipondok, oleh karena itu peneliti pada pertemuan ini hanya melakukan cerita, bertukaran pendapat maupun memberikan dan meneri saran antar sesama anggota kelompok. Tujuannya yaitu agar kenakalan siswa di sekolah bisa berkurang, agar lebih bisa memahami dirinya sendiri dan lingkungan, serta bisa bertahan untuk menghadapi frustasinya. Sikap anggota pada saat itu diantaranya: terlihat semangat, sudah

mulai tampak berani dan tidak malu-malu, sudah tidak terlihat ragu-ragu dengan pendapatnya, sudah mulai terlihat tidak tegang, sudah tidak tampak bingung, sudah ada beberapa yang mulai memperhatikan alur pembicaraan, sudah ada beberapa yang mau berpendapat dan sudah ada yang mau menanggapi pendapat orang lain. Pada pertemuan kali ini dinamika kelompok sudah mulai tampak dalam kelompok.

Dari ke 15 orang anggota kelompok, 6 orang anggota kelompok yang meliputi MFG, IL, MNH, MAS, MAG, MIZ yang menyusul, sudah tampak adanya perubahan perilaku yang berkaitan dengan indikator pengendalian emosi, yaitu yang berkaitan dengan motivasi dirinya, mereka sudah termotivasi untuk serius mengikuti kegiatan, sudah bisa mengendalikan hawa nafsunya untuk selalu fokus pada kegiatan bimbingan kelompok, belum bisa memahami keadaan kelompoknya. Hal ini dapat ditunjukkan pada pertemuan kali ini semangat mereka untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok sudah tampak, sudah mulai berani untuk mengungkapkan pendapatnya, sudah bisa memberikan kesempatan orang lain agar bisa memberikan pendapatnya, dan sudah mau untuk merespon atau menanggapi pendapat anggota lain yang ada dalam kelompok. Pada pertemuan kali ini dinamika kelompok sudah terlihat. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya proses interaksi diantara anggota kelompok yang sudah terlihat lebih baik dari sebelumnya. Adapun pertemuan yang akan datang akan membahas tentang Emosi. Yang dimana emosi yang di maksud yakni dalam pengendaliannya.

f. Pertemuan Keenam

Dilaksanakan pada hari sabtu, 15 November 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik pembahasannya yaitu Emosi. Pada pertemuan kali ini peran yang akan dimainkan yakni berbeda-beda dalam melakukan emosi, karena emosi pada umumnya terbagi menjadi 5 macam emosi yang dimana semua anggota kelompok wajib mengekspresikan salah satu bentuk pengendalian emosi marahnya dalam bimbingan kelompok. Tujuannya diantaranya; agar santri dapat mengelola emosinya, agar santri bisa memahami emosi yang ada pada dirinya dan bisa memahami keadaan orang lain yang ada di sekitarnya. Sikap anggota yang tampak yaitu terlihat semangat, tidak tegang, tenang dalam mengikuti kegiatan, berusaha untuk memperhatikan jalannya diskusi, bisa memahami kondisi lingkungan dengan cara mau merespon pendapat anggota yang lain, dan mau mengungkapkan pendapatnya, serta berusaha untuk mengendalikan hawa nafsu dengan cara memberikan kesempatan pada anggota lain agar bisa mengungkapkan pendapatnya.

Dari ke 15 orang anggota kelompok, semua anggota sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku yang berkaitan dengan indikator pengendalian emosi, yaitu yang berkaitan dengan mampu untuk memotivasi dirinya, mampu menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan hawa nafsu, dapat memahami lingkungan, mampu untuk mengelola emosinya. Dan pada pertemuan kali ini dinamika kelompok sudah terlihat dalam kelompok di pertemuan ini.

g. Pertemuan Ketujuh

Dilaksanakan pada hari senin, 17 April 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik Pembahasannya yaitu Meningkatkan Rasa Percaya Diri. Yang dimana peran yang akan dibagikan yaitu dengan maju satu persatu untuk memainkan atau mempresentasikan apa yang mereka ketahui ataupun banyak jenis lainnya yang berkaitan dengan rasa percaya diri. Tujuannya diantaranya; Agar santri dapat meningkatkan rasa percaya dirinya, agar santri bisa memahami keadaan dirinya saat mereka kurang percaya diri dan bisa mengelola emosinya disaat mereka tidak percaya diri. Sikap anggota yang tampak diantaranya terlihat semangat, sudah tidak tegang, tenang dalam mengikuti kegiatan, berusaha untuk memperhatikan jalannya diskusi, bisa memahami kondisi lingkungan dengan cara mau merespon pendapat anggota yang lain, dan mau mengungkapkan pendapatnya, serta berusaha untuk mengendalikan hawa nafsu dengan cara memberikan kesempatan pada anggota lain agar bisa mengungkapkan pendapatnya.

Anggota kelompok yang terdiri dari 15 orang sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku yang berkaitan dengan indikator pengendalian emosi. Indikator pengendalian emosi tersebut meliputi; mampu untuk memotivasi dirinya, mampu menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan hawa nafsu, dapat memahami lingkungan, mampu untuk mengelola emosinya. Dan pada pertemuan kali ini dinamika kelompok sudah terlihat dalam kelompok di pertemuan ini. Maka dari itu pertemuan selanjutnya peneliti mengangkat permasalahan yang

biasanya membuat santri semangat dalam bercerita yakni topic berperilaku baik antar lawan jenis.

#### h. Pertemuan Kedelapan

Dilaksanakan pada hari Kamis, 20 April 2023 pukul 13.30 yang bertempat di Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo. Topik pembahasannya yaitu Berperilaku baik antar lawan jenis. Pada pertemuan kali ini pula untuk terakhir kali dalam penelitian ini maka peneliti hanya ingin bercerita seputar lingkungan anggota kelompok dengan teknik sosiodrama di PMDS Putra Kota Palopo mengenai berperilaku baik dengan lawan jenis, yang membahas tentang asmara yang mereka jalani, Tujuannya; Agar siswa bisa menerapkan cara beradaptasi yang baik disaat mereka menjalin hubungan. Sikap anggota yang tampak diantaranya: terlihat semangat, sudah tidak tegang, tenang dalam mengikuti kegiatan, berusaha untuk memperhatikan jalannya diskusi, bisa memahami kondisi lingkungan dengan cara mau merespon pendapat anggota yang lain, dan mau mengungkapkan pendapatnya, serta berusaha untuk mengendalikan hawa nafsu dengan cara memberikan kesempatan pada anggota kelompok lain agar bisa mengungkapkan pendapatnya.

Anggota kelompok yang terdiri dari 15 orang sudah menunjukkan perubahan perilaku yang berkaitan dengan indikator pengendalian emosi marah, yaitu yang berkaitan dengan mampu untuk memotivasi dirinya, mampu menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan hawa nafsu, dapat memahami

lingkungan, mampu untuk mengelola emosinya. Dan pada pertemuan kali ini dinamika kelompok sudah terlihat baik dalam kelompok pada pertemuan ini.

Dari ke delapan pertemuan yang dilaksanakan oleh peneliti dapat disimpulkan sebagai berikut:

Tabel 4.7 Matrik Kesimpulan Tiap Pertemuan

No	Pertemuan	Hari/Tanggal	Tempat	Indikator yang Nampak
1	1	1 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Seluruh indikator pengendalian emosi belum terlihat
2	2	3 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Seluruh indikator pengendalian emosi belum terlihat
3	3	5 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Mampu memotivasi diri
4	4	10 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Mampu memotivasi diri, mampu mengendalikan hawa nafsu
5	5	12 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Mampu memotivasi diri, mampu mengendalikan hawa nafsu dan memahami lingkungan sekitar
6	6	15 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Mampu memotivasi diri, mampu mengendalikan hawa nafsu, mampu menghadapi frustrasi, memahami lingkungan sekitar, dapat mengelola emosinya dan dapat menjaga agar tidak mudah stress
7	7	17 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Semua indikator pengendalian emosi sudah terlihat muncul dengan baik dalam diri anggota kelompok

8	8	20 April 2023	Ruang kelas XI IPA 1 PMDS Palopo	Semua indikator pengendalian emosi sudah terlihat muncul dengan baik dalam diri anggota kelompok
---	---	---------------	-------------------------------------	--

c) Gambaran Pengendalian Emosi santri di PMDS Putra Palopo Setelah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok

Setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, selanjutnya dilakukan *pos-test* untuk mengetahui peningkatan keterbukaan diri dalam mengemukakan pendapat siswa. Peningkatan di sini, meningkatkan dari yang sedang menjadi kriteria yang tinggi sehingga ada peningkatan setelah dilakukan perlakuan. Hasil *post-test* selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.8 Hasil Post-Test

No	Nama	Skor	Persentase	Kriteria
1	AP	212	77,09%	Tinggi
2	APA	209	76%	Tinggi
3	MFG	207	75,27%	Tinggi
4	MAR	203	73,81%	Tinggi
5	MARR	200	72,72%	Tinggi
6	MB	198	72%	Tinggi
7	MFA	196	71,27%	Tinggi
8	MFR	193	70,18%	Tinggi
9	AMH	191	69,45%	Tinggi
10	FH	189	68,72%	Tinggi
11	IL	187	68%	Sedang

12	MNH	185	67,27%	Sedang
13	MAS	182	66,18%	Sedang
14	MAG	170	61,81%	Sedang
15	MI	166	60,36%	Sedang
Rata-Rata		192,54	70,01	Tinggi

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.8 maka dapat dijelaskan bahwa anggota kelompok yang mengikuti layanan bimbingan kelompok sebanyak 15 orang santri mempunyai jumlah skor rata-rata sebesar 192,53 dan jumlah persentasenya sebesar 70,01 %. Dengan mempunyai tingkatan pengendalian emosi dengan kategori yang tinggi

Adapun hasil *post-test* tiap indikator yang diperoleh oleh peneliti setelah melakukan layanan bimbingan kelompok kepada para anggota kelompok dapat dilihat pada tabel berikut ;

Tabel 4.9 Hasil Perhitungan Post-test Per Indikator

No	R	Indikator													
		Mampu memotivasi diri		Mampu menghadapi frustrasi		Mampu mengendalikan hawa nafsu		Dapat menjaga agar tidak mudah stress		Mampu menyelesaikan masalahnya sendiri		Dapat memahami lingkungan sekitar		Cerdas dalam mengelola emosi	
		%	K	%	K	%	K	%	K	%	K	%	K	%	K
1	AP	69	T	58	S	74	T	57	S	80	T	74	T	60	S
2	APA	69	T	76	T	51	R	66	S	62	S	80	T	60	S
3	MFG	67	S	67	S	74	T	60	S	60	S	74	T	73	T
4	MAR	71	T	76	T	77	T	54	S	82	T	37	R	40	R
5	MARR	73	T	73	T	60	S	54	S	71	T	57	S	53	S
6	MB	69	T	58	S	71	T	57	S	78	T	57	S	53	S

7	MFA	78	T	71	T	51	R	57	S	60	S	49	R	73	T
8	MFR	65	T	67	S	54	S	77	T	62	S	54	S	47	R
9	AMH	82	T	75	T	57	S	43	R	64	S	49	R	27	SR
10	FH	60	S	60	S	74	T	63	S	56	S	63	S	53	S
11	IL	55	S	51	R	46	R	54	S	44	R	69	S	33	SR
12	MNH	64	S	53	R	63	S	34	SR	44	R	46	R	47	R
13	MAS	58	S	49	R	51	R	37	R	64	S	40	R	47	R
14	MAG	49	R	58	S	51	R	57	S	42	R	43	R	60	S
15	MI	45	R	49	R	37	R	57	S	53	R	51	R	67	S
Rata-Rata		65	S	63	S	60	S	55	S	62	S	56	S	53	S

Berdasarkan tabel 4.9 dapat dijelaskan bahwa dari ke tujuh indikator pengendalian emosi yang memiliki kategori sangat tinggi terdapat pada indikator cerdas dalam mengelola emosi, yang di tempati oleh AK dan NK. Kategori sangat tinggi ini juga terdapat pada indikator dapat memahami lingkungan sekitar, yang di tempati oleh RFA. Selain indikator yang memiliki kategori sangat tinggi ada juga indikator yang masih memiliki tingkat kategori sangat rendah. Hal ini terdapat pada indikator cerdas dalam mengelola emosi, yang di tempati oleh M.

d) Gambaran Perbandingan Pengendalian Emosi santri di PMDS Putra Palopo Antara Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok

Setelah peneliti melakukan *pre-test*, kemudian peneliti melakukan *treatment* kepada anggota kelompok selama delapan kali pertemuan, setelah itu barulah peneliti melakukan *post-test* kepada anggota kelompok. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa santri PMDS Putra mengalami sedikit peningkatan dari yang memiliki skor pengendalian emosi rata-rata sebelumnya sebesar

60,79 % menjadi sebesar 70,01 %, dari yang memiliki kategori sedang menjadi naik ketingkat kategori yang tinggi. Tentunya ini membawa dampak positif bagi santri yang mempunyai tingkat pengendalian emosi marahnya masih rendah.

Hal ini menunjukkan bahwa setelah mendapat layanan bimbingan kelompok, tingkat pengendalian emosi marah santri PMDS Putra mengalami sedikit peningkatan sebesar 9,73 % dari sebelumnya. Adanya tingkat kenaikan sebesar 9,73 % membuktikan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh peneliti di PMDS Putra Palopo, mendapatkan respon yang positif dari santri PMDS Putra. Dengan adanya respon yang positif dari para santri tentunya ini menunjukkan bahwa kehadiran peneliti untuk melaksanakan penelitian di PMDS Putra tersebut diterima dengan baik oleh semua orang yang ada di lingkungan sekitar PMDS Putra tersebut.

Perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.10

Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test Layanan Bimbingan Kelompok

No	Kode	Pre-test			Post-test			Peningkatan	
		Skor	%	kategori	skor	%	kategori	skor	%
1	AP	187	68%	Sedang	212	77,09%	Tinggi	25	9,09%
2	APA	186	67,63%	Sedang	209	76%	Tinggi	23	8,37%
3	MFG	185	67,27%	Sedang	207	75,27%	Tinggi	22	8%
4	MAR	183	66,90%	Sedang	203	73,81%	Tinggi	20	6,9%
5	MARR	180	65,45%	Sedang	200	72,72%	Tinggi	20	7,27%
6	MB	178	64,27%	Sedang	198	72%	Tinggi	20	7,73%

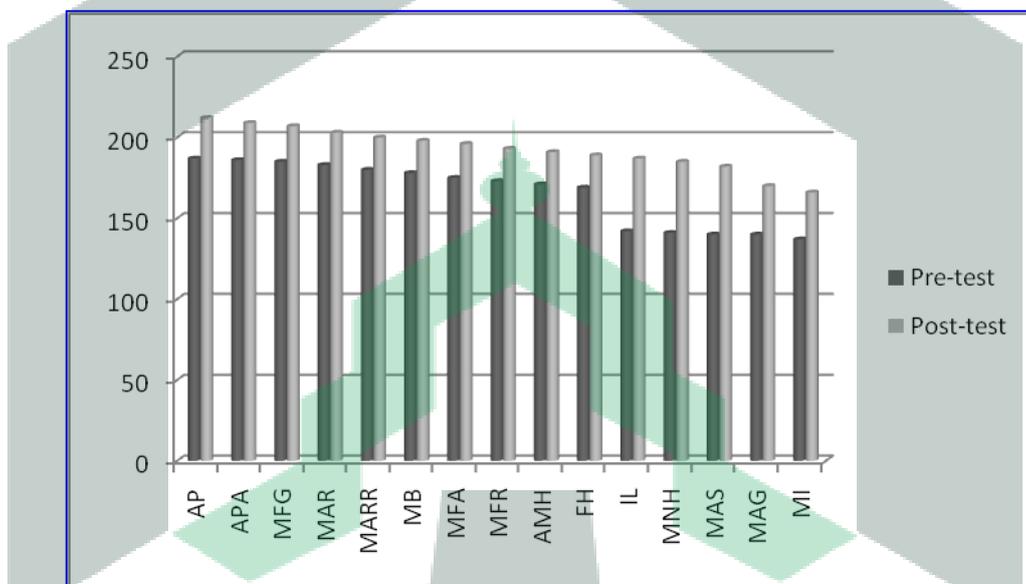
7	MFA	175	63,63%	Sedang	196	71,27%	Tinggi	21	7,64%
8	MFR	173	62,90%	Sedang	193	70,18%	Tinggi	20	7,28%
9	AMH	171	62,18%	Sedang	191	69,45%	Tinggi	20	7,27%
10	FH	169	61,45%	Sedang	189	68,72%	Tinggi	20	7,27%
11	IL	142	51,63%	Rendah	187	68%	Sedang	45	16,37%
12	MNH	141	51,27%	Rendah	185	67,27%	Sedang	44	15,28%
13	MAS	140	50,90%	Rendah	182	66,18%	Sedang	42	15,28%
14	MAG	140	50,90%	Rendah	170	61,81%	Sedang	30	10,91%
15	MI	137	49,81%	Rendah	166	60,36%	Sedang	29	10,55%
Rata-Rata		166	60,79%	Sedang	192,54	70,01	Tinggi	26,73	9,73%

Dari tabel tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa setiap anggota kelompok mengalami kenaikan tingkat pengendalian emosi marahnya antara sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Hal ini dapat diketahui bahwa ke lima anggota kelompok yang memiliki kategori rendah yang meliputi ; SU, NSH, MAA, M dan AM. Mengalami kenaikan kategori tingkat pengendalian emosi, dari kategori rendah naik menjadi kategori sedang.

Adapun prosentase rata-rata anggota kelompok secara keseluruhan antara sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama mengalami kenaikan kategori tingkat pengendalian emosi sebesar 9,73 % dari tingkat sebelumnya. Dimana sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok, anggota kelompok secara keseluruhan mempunyai tingkat pengendalian emosi marah yang masuk ke dalam kategori sedang. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama secara

keseluruhan anggota kelompok mempunyai tingkat pengendalian emosi yang termasuk ke dalam kategori tinggi. Adanya tingkat kenaikan 9,73 % itu dikarenakan oleh adanya respon yang positif dari santri PMDS Putra yang mau menerima kehadiran peneliti untuk melakukan penelitian di PMDS Putra tersebut.

Adapun grafik perbandingan antara *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 4.11

#### Grafik Perbandingan Pre-test dan Post-test Anggota Kelompok

Selain itu perbandingan antara *pre-test* dan *post-test* juga dapat dilihat dari tingkat indikatornya. Adapun tingkat kenaikan pengendalian emosi marah jika dilihat dari tingkat indikatornya dapat ditunjukkan pada tabel 4.12 berikut:

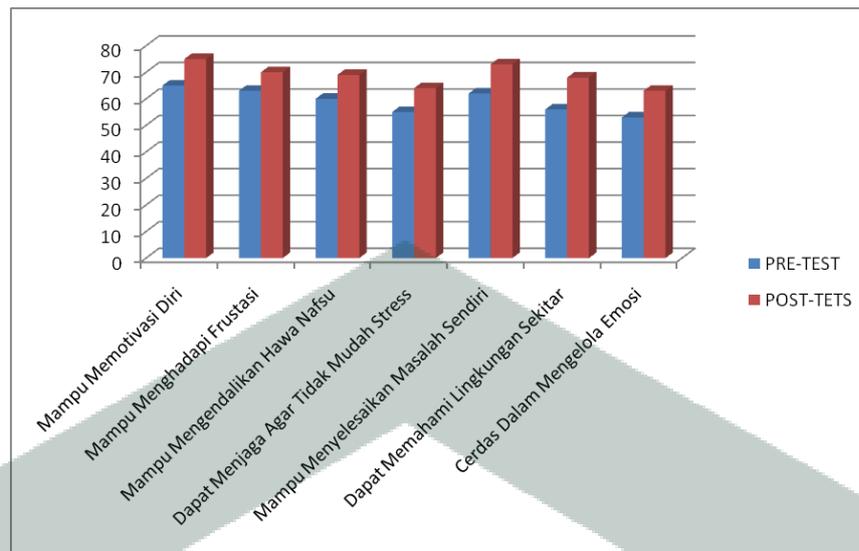
Tabel 4.12

Perbandingan Pre-test dan Post-test Tiap Indikator

No	Indikator	Pre-test		Post-test		Tingkat Kenaikan
		%	K	%	K	
1	Mampu Memotivasi Diri	65	S	75	T	10%
2	Mampu Menghadapi Frustrasi	63	S	70	T	13%
3	Mampu Mengendalikan Hawa Nafsu	60	S	69	T	9%
4	Dapat Menjaga Agar Tidak Mudah Stress	55	S	64	S	9%
5	Mampu Menyelesaikan Masalah Sendiri	62	S	73	T	11%
6	Dapat Memahami Lingkungan Sekitar	56	S	68	T	12%
7	Cerdas Dalam Mengelola Emosi	53	S	63	S	10%
	Rata-Rata	59,14	S	68,85	T	10,57%

Dari gambar grafik diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat indikator antara sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok rata-rata mengalami kenaikan sebesar 10,57 % dari yang sebelumnya sebesar 59,14 % naik menjadi 68,85 %. Dengan demikian menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada santri PMDS Putra membawa dampak yang positif bagi perkembangan emosi mereka.

Adapun prosentase tingkat kenaikan indikator pengendalian emosi marah pada santri PMDS Putra dapat dilihat pada gambar 4.13 berikut



Gambar 4.13

## Grafik Perbandingan Pre-test dan Post-test Perindikator

e) Gambaran Pengendalian Emosi santri di PMDS Putra Palopo Dapat Ditingkatkan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik sosiodrama

Adanya gambaran pengendalian emosi marah itu dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Hal ini dapat dibuktikan dengan cara melalui dua tahap yaitu berdasarkan perbandingan antara hasil *pre-tes* dan *post-tes* saat melakukan penelitian, dan berdasarkan dengan analisis data uji *wilcoxon*.

Adapun hasil *pre-tes* dan *post-tes* ini menunjukkan bahwa pengendalian emosi marah mengalami kenaikan sebesar 9,73 % dari tingkat sebelumnya. Yang dimana sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, anggota kelompok secara keseluruhan mempunyai tingkat pengendalian emosi marah yang masuk ke dalam kategori sedang. Setelah

mengikuti layanan bimbingan kelompok secara keseluruhan anggota kelompok mengalami peningkatan pengendalian emosi marah yang termasuk ke dalam kategori tinggi.

Adanya tingkat kenaikan 9,73 % itu dikarenakan oleh adanya respon yang positif dari santri PMDS Putra yang mau menerima kehadiran peneliti untuk melakukan penelitian di PMDS Putra tersebut.

### C. Hasil Analisis Wilcoxon

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui adanya peningkatan pengendalian emosi marah melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yaitu dengan menggunakan analisis statistik non parametrik yaitu *Uji Wilcoxon*. Alasan menggunakan analisis uji wilcoxon karena data dalam penelitian bentuknya ordinal atau berjenjang<sup>2</sup>. Adapun perhitungannya datanya sebagai berikut

Tabel 4.14

Tabel Penolong Untuk Uji Wilcoxon

No	Kode	Pre-test (X1)	Post-test (X2)	Beda	Tanda Jenjang		
					Jenjang	+	-
1	R03	187	212	25	10,0	10,0	0,0
2	R19	186	209	23	9,0	9,0	0,0
3	R12	185	207	22	8,0	8,0	0,0
4	R09	183	203	20	3,5	3,5	0,0
5	R08	180	200	20	3,5	3,5	0,0

<sup>2</sup>Sugiyono, *Statistik untuk penelitian*. (Bandung: Alfabeta. 2005). h.45

6	R34	178	198	20	3,5	3,5	0,0
7	R38	175	196	21	7,0	7,0	0,0
8	R39	173	193	20	3,5	3,5	0,0
9	R06	171	191	20	3,5	3,5	0,0
10	R27	169	189	20	3,5	3,5	0,0
11	R15	142	187	45	15,0	15,0	0,0
12	R18	141	185	44	14,0	14,0	0,0
13	R04	140	182	42	13,0	13,0	0,0
14	R40	140	170	30	12,0	12,0	0,0
15	R33	137	166	29	11,0	11,0	0,0
Jumlah						55	0,0

$$\begin{aligned}
 Z &= \frac{T - \mu_T}{\delta} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}} \\
 &= \frac{0 - \frac{15(15+1)}{4}}{\sqrt{\frac{15(15+1)(2 \cdot 15+1)}{24}}} \\
 &= \frac{0 - \frac{240}{4}}{\sqrt{\frac{240 \cdot 31}{24}}} = \frac{0 - 60}{\sqrt{\frac{7440}{24}}} = \frac{-60}{17,60} = -3,40
 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan *Uji Wilcoxon* secara keseluruhan dapat diperoleh data sebagai berikut;  $Z_{hitung} = 3,40 > Z_{tabel} = 0,03$  dengan taraf signifikansi 5 %. Hal ini berarti bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, dan dapat dikatakan bahwa adanya peningkatan pengendalian emosi marah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

#### D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa pengendalian emosi marah santri PMDS Putra Palopo dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Adapun hasil *pre-test* yang di dapat saat di lapangan menunjukkan bahwa ada 15 orang santri yang masuk kategori rendah, 18 orang santri masuk dalam kategori sedang dan 7 orang santri masuk kategori tinggi. Berhubung dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terdapat kriteria anggota kelompok yang paling efektif, maka peneliti berinisiatif dalam pengambilan sampelnya menggunakan teknik sampel *random sampling* yang dimana cara pengambilannya dengan cara mencampur subyek-subyek di dalam populasi sehingga semua subyek dianggap sama<sup>3</sup>.

Alasan peneliti menggunakan teknik sampel ini karena dalam populasi tersebut mempunyai tingkat strata tinggi, sedang dan rendah. Dimana semua strata dianggap sama oleh peneliti sehingga pada saat pengambilan sampelnya dapat mempersingkat waktu. Pada saat menentukan sampelnya peneliti melakukan undian untuk menentukan siapa saja yang ikut tergabung dalam anggota kelompok yang nantinya akan diberikan *treatment* oleh peneliti.

Adapun jumlah anggota kelompok yang akan diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok oleh peneliti yaitu sebanyak 15 orang. Yang dimana 15 orang anggota kelompok itu terdiri dari 10 orang santri yang mempunyai kategori tingkat pengendalian emosi marah yang sedang dan 5 orang santri yang

---

<sup>3</sup> Arikunto, S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: Rineka Cipta.2006). h. 134

mempunyai tingkat pengendalian emosi yang mempunyai kategori rendah. Hal ini sesuai dengan pendapat Prayitno yang menjelaskan bahwa anggota kelompok yang akan mengikuti layanan bimbingan kelompok itu terdiri atas 8-15 orang<sup>4</sup>. Setelah peneliti membentuk suatu kelompok maka kemudian peneliti menghitung jumlah rata-rata skor pengendalian emosi anggota kelompok yang akan mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Kemudian barulah peneliti memberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama kepada anggota kelompok yang sudah dibentuk.

Alasan peneliti untuk memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama kepada santri PMDS Putra yaitu agar dapat meningkatkan pengendalian emosi marah pada santri PMDS Putra dengan cara mengembangkan pengendalian emosi marah santri ke arah yang lebih baik dari sebelumnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Tatiek Romlah yang menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok<sup>5</sup>. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada santri dan mengembangkan potensi santri

Adapun saat anggota baru mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama suasana dalam kelompok masih kurang kondusif. Hal

---

<sup>4</sup>Prayitno dan Amti E. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: PT Rineka Cipta..2004) h. 4-13

<sup>5</sup>Romlah, T. *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*. (Malang: Universitas Negeri Malang. 2001). h. 17

ini dikarenakan anggota kelompok belum bisa beradaptasi untuk mengelola emosi marahnya. Seperti yang diketahui bahwa santri yang tinggal di PMDS Putra Palopo pada umumnya mereka kurang mendapatkan perhatian dan pengertian dari orang tua maupun dari pihak yayasan. Para pengasuh yayasan tidak memiliki waktu yang cukup untuk memperhatikan mereka secara keseluruhan secara maksimal di lingkungan yayasan sehingga keinginan dan keluh kesah para siswa terabaikan. Kemudian ditambah lagi dengan adanya peraturan yang cukup tegas di dalam yayasan tentunya hal ini dapat mempengaruhi tingkat pengendalian emosi marah para santri di lingkungan tersebut.

Salah satu kondisi yang kurang kondusif pada saat mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada awal-awal pertemuan diantaranya yaitu: mereka saling tunjuk menunjuk saat dibagikan peran dalam drama yang akan di cantumkan berupa pelanggaran-pelanggaran yang biasanya tidak dapat mengendalikan emosinya, mereka juga saling berebut tempat duduk, mereka lebih senang untuk duduk di belakang, tidak memperhatikan pendapat anggota kelompok yang lain, selalu bicara sendiri saat orang lain mengungkapkan pendapatnya, suka memotong pembicaraan orang lain, kadang saling mengejek antar lawan jenis, dan menganggap pendapatnya yang paling baik dalam kelompoknya. Sikap-sikap demikian yang muncul pada anggota kelompok ini mencerminkan bahwa mereka masih belum bisa untuk mengendalikan emosinya untuk siap dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

Dengan munculnya sikap-sikap semacam itu pada saat awal kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang dimana mereka saling tunjuk menunjuk untuk melakukan peran yang telah dibagikan dalam pertemuan awal, maka peneliti merasa bahwa mereka perlu untuk diberikan suatu bentuk penanganan *treatment* lebih lanjut. Pada saat kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama itu berlangsung pemimpin kelompok memberikan penjelasan dan pemahaman mengenai prosedur apa saja yang harus diperhatikan saat kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sedang berlangsung, agar mereka bisa mematuhi prosedur-prosedur yang ada dalam layanan bimbingan kelompok dan mereka bisa merasakan apa manfaat serta hasilnya bila mengikuti layanan tersebut.

Setelah peneliti melakukan *treatment* layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, kemudian peneliti mengadakan *post-test* kepada anggota yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Adapun prosentase rata-rata tingkat pengendalian emosi santri dari hasil *post-test* tersebut sebesar 70,01 % meningkat dari sebelumnya pada saat *pre-test* sebesar 60,79 %. Jumlah tersebut mengalami prosentase peningkatan rata-rata sebesar 9,73 %. Adanya tingkat kenaikan sebesar 9,73 % membuktikan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh peneliti di PMDS Putra Palopo, mendapatkan respon yang positif dari santri PMDS Putra. Dengan adanya respon yang positif dari para santri tentunya ini menunjukkan bahwa kehadiran peneliti untuk melaksanakan penelitian di PMDS Putra tersebut diterima dengan baik oleh semua orang yang ada di lingkungan sekitar PMDS Putra tersebut.

Dengan rincian bahwa peringkat nilai skor tertinggi di tempati oleh AK mempunyai tingkat skor sebesar 212 dan prosentasenya sebesar 77,09 %. Sedangkan peringkat terendah di tempati oleh AM dengan skor 166 dan prosentase sebesar 60,36 %. Selain itu jika dilihat dari perhitungan tingkat prosentase rata-rata secara keseluruhan indikator naik sebesar 10,57 % dari yang semula pada saat *pre-test* sebesar 59,14 % naik menjadi 68,85 %. Adapun indikator yang mempunyai peringkat tertinggi adalah mampu untuk memotivasi diri mempunyai prosentase sebesar 75 %. Sedangkan yang menempati prosentase rata-rata terendahnya adalah indikator cerdas dalam mengelola emosi. Mempunyai prosentase sebesar 53 %. Hal ini sesuai dengan pendapat Agung S.S. yang menjelaskan bahwa melakukan pengendalian emosi marah berarti juga melakukan suatu bentuk pengelolaan emosi. Pengelolaan emosi marah ini terkait dengankemampuan penyesuaian diri secara psikologis, dimana individu mampu mengidentifikasi, mengakui dan mampu untuk mengelola emosinya<sup>6</sup>.

Dengan adanya data seperti itu, hal ini menunjukkan bahwa pengendalian emosi marah dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Hal lain yang dapat dibuktikan untuk mengetahui apakah pengendalian emosi marah itu benar-benar bisa di tingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yaitu dengan menggunakan teknik analisis *Uji Wilcoxon*. Alasan peneliti menggunakan analisis *Uji Wilcoxon* karena data dalam penelitian bentuknya ordinal atau berjenjang. Adapun hasil

---

<sup>6</sup>Gema Agung. (2013). *Hubungan Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi*. Journal Character, Volume 01, Nomor 02, Tahun 2013. h. 1-6.

dari *Uji Wilcoxon* secara keseluruhan dapat diperoleh data sebagai berikut;  $Z_{hitung} = 3,40 > Z_{tabel} = 0,03$  dengan taraf signifikansi 5 %. Hal ini berarti bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, dan dapat dikatakan bahwa adanya peningkatan pengendalian emosi melalui layanan bimbingan kelompok

Dari hasil analisis *Uji Wilcoxon*, perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*, dan observasi pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama semuanya menunjukkan adanya perubahan positif pada santri PMDS Putra Datuk Sulaiman Palopo. Adapun perubahan yang positif yaitu meningkatnya pengendalian emosi marah para anggota kelompok setelah mendapatkan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Adanya peningkatan pengendalian emosi para anggota kelompok maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengendalian emosi melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada santri PMDS Putra Datuk Sulaiman Palopo.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

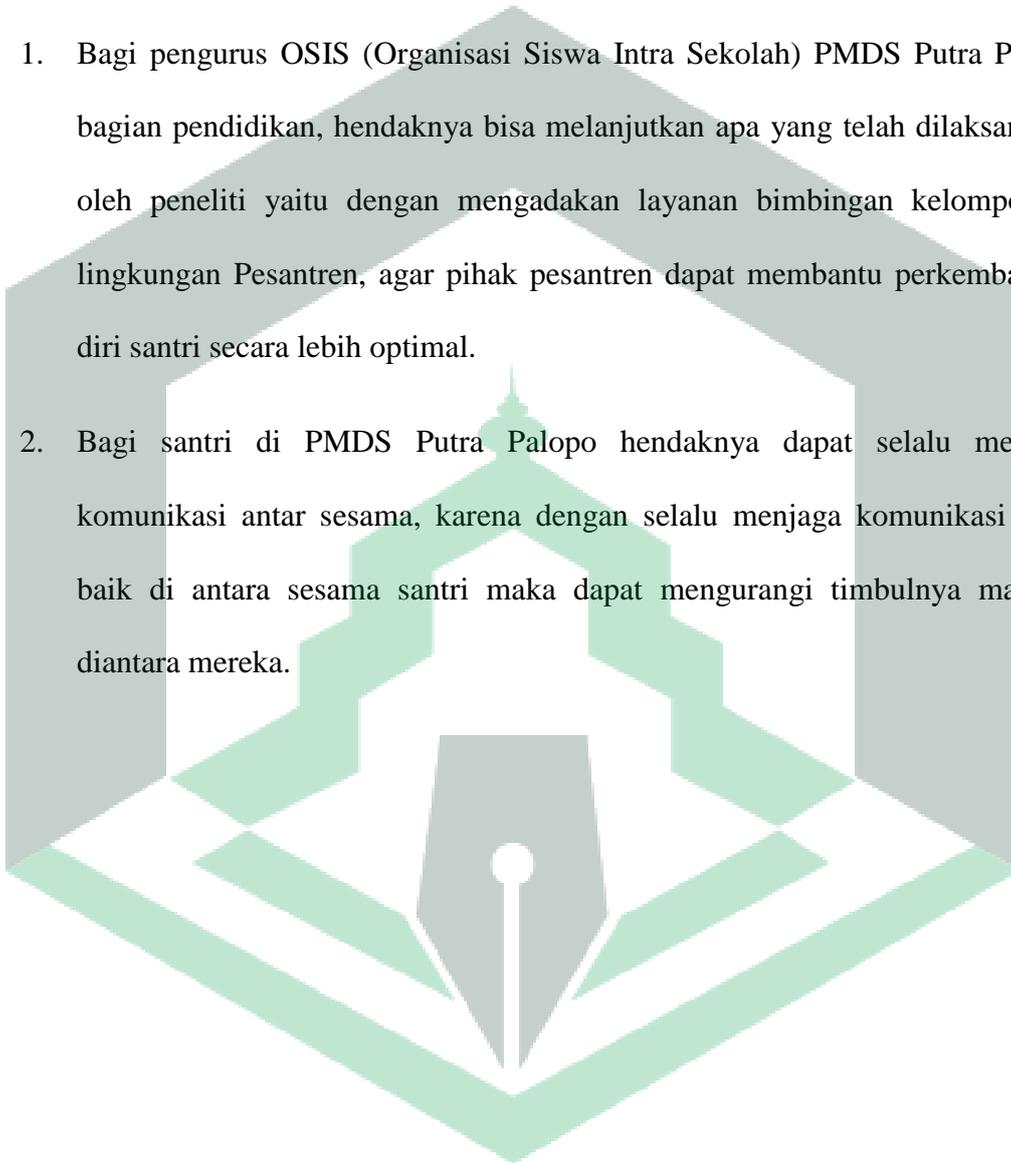
Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilaksanakan di PMDS Putra Palopo, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Pengendalian emosi marah santri di PMDS Putra Palopo sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berada pada kategori sedang, yang artinya bahwa mereka hanya mampu menguasai ke tujuh indikator pengendalian emosi dengan jumlah presentase rata-ratanya masuk ke dalam kategori sedang. Sedangkan Pengendalian emosi marah santri di PMDS Putra Palopo sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori tinggi, yang artinya bahwa mereka mampu menguasai ke tujuh indikator pengendalian emosi dengan jumlah presentase rata-ratanya masuk ke dalam kategori tinggi.
2. Pengendalian emosi marah dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Hal ini dapat dilihat dengan adanya perbandingan kategori tingkat pengendalian emosi marah antara sebelum dan sesudah pelaksanaan layannan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Yang dulunya masuk dalam kategori sedang naik ke tingkat kategori tinggi.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di PMDS Putra Palopo maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pengurus OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah) PMDS Putra Palopo bagian pendidikan, hendaknya bisa melanjutkan apa yang telah dilaksanakan oleh peneliti yaitu dengan mengadakan layanan bimbingan kelompok di lingkungan Pesantren, agar pihak pesantren dapat membantu perkembangan diri santri secara lebih optimal.
2. Bagi santri di PMDS Putra Palopo hendaknya dapat selalu menjaga komunikasi antar sesama, karena dengan selalu menjaga komunikasi yang baik di antara sesama santri maka dapat mengurangi timbulnya masalah diantara mereka.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Iif Khoiru. *Strategi Pembelajaran Sekolah Terpadu*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher, 2011.
- Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya: Juz 1-30*,
- Direktorat Sekolah Dasar, <https://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/yuk-kenali-sbentuk-kekerasan-di-sekolah-beserta-solusinya>. Diakses pada 30 Oktober 2022.
- Fadhila, Septya Muti. Peningkatan Kemampuan Mengelola Emosi Marah Melalui Teknik Biblioterapi pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 15 Yogyakarta. *Skripsi*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2013.
- Fadhilah. "Dinamika Emosi dari keluarga yang Bercerai". *Jurnal Psikosains*, Vol. 9, No. 2, 2014.
- Goleman, Daniel. *Kecerdasan Emosional untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka, 2002.
- Hurlock, Elisabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 1980.
- KetutS., Dewa. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Khurotul A., Luluk, M. Nursalim. "Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Peserta Didik di Lingkungan Sekolah". *Jurnal*, Vol. 13, No.1, Universitas Negeri Surabaya, 2012.
- Kitabul Jami', Syarah', Bab 4, tentang Larangan Marah
- Kompas.com, <https://www.kompas.com/edu/read/2022/09/06/105047871/atasi-perundungan-psikolog-sekolah-harus-lakukan-pengawasan-dan-evaluasi>. Diakses pada 30 Oktober 2022.
- Kompas.com, <https://www.merdeka.com/trending/psikologi-anak-usia-17-tahun-beserta-cara-menyikapi-pahami-dengan-baik-klm.html>
- Mahmud Dimiyati. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Rake Press, 1990.
- Maqsood, Ruqayyah. *Mengantar Remaja ke Surga*. Bandung: Al-Bayan Anggota KAPI, 1980.

- Mustafidah, Ani. “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Emosi Marah pada Aupir Bus Trayer Purwokerto Tegal yang Berada di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Terminal Purwokerto”. *Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2015.
- Prayitno. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Purwanto, dan Mulyono. *Psikologi Marah Perspektif Psikologi Islam*. Bandung: Refika Aditama, 2006.
- Robikanwardani. “Skala Pengendalian Emosi (*Ager Manajement*)”. *Artikel*, 2011.
- Safaria, Triantoro. *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Sarwono, Jonathan, dan Hendra Nur Salim. *Prosedur-Prosedur Populer Statistik untuk Analisis Data Riset Skripsi*. (Yogyakarta: Gaya Media, 2017).
- Saptono. Bambang Suteng S., *Sosiologi*. Jakarta: PHIBETA, 2006.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2012.
- Suharini. *Prosedur Penelitian (Satu Pendekatan Praktek)*. Jakarta: Reika Cipta, 2010.
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers, 2013.
- Tsalatun N., Dewi. “Perbedaan Pengendalian Emosi Marah Siswa MAN Wonokromo Bantul Antara yang Tinggal di Pesantren dengan Tinggal Bersama Orang Tua”. *Skripsi*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2009.
- Vanindita W., “Pelatihan Manajemen Kemarahan untuk Menurunkan Agresivitas Remaja Panti Asuhan”. *Tesis*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2011.
- YuniP., Isti. “Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Peserta didik Sekolah Dasar” *Skripsi*, Universitas Negeri Yogyakarta, 2013.
- Yusuf, Syamsu. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2009.

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**



# 1. Lampiran I (Surat Izin Meneliti)

  12023190090357

**PEMERINTAH KOTA PALOPO**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
Alamat : Jl. K.H.M. Hasyim No.5 Kota Palopo - Sulawesi Selatan Telpn : (0471) 326048

**ASLI**

**IZIN PENELITIAN**  
NOMOR : 357/IP/DPMPSTP/III/2023

**DASAR HUKUM :**

1. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2019 tentang Sistem Nasional Ilmu Pengetahuan dan Teknologi;
2. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2020 tentang Cipta Kerja;
3. Peraturan Mendagri Nomor 3 Tahun 20 tentang Pemberitaan Surat Keterangan Penelitian;
4. Peraturan Walikota Palopo Nomor 23 Tahun 2016 tentang Penyederhanaan Perizinan dan Non Perizinan di Kota Palopo;
5. Peraturan Walikota Palopo Nomor 34 Tahun 2019 tentang Pendelegasian Kewenangan Penyelenggaraan Perizinan dan Nonperizinan Yang Menjadi Urusan Pemerintah Kota Palopo dan Kewenangan Perizinan dan Nonperizinan Yang Menjadi Urusan Pemerintah Yang Dibebaskan Pelimpahan Wewenang Walikota Palopo Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palopo.

**MEMBERIKAN IZIN KEPADA**

Nama : MUTIARA SUDARMIN ISKANDAR  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Jl. Sungai Cerekang Kota Palopo  
Pekerjaan : Mahasiswa  
NIM : 19 0103 0043

Maksud dan Tujuan mengadakan penelitian dalam rangka penulisan Skripsi dengan Judul :

**UPAYA MENINGKATKAN PENGENDALIAN EMOSI MARAH SANTRI MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA DI SMA PMDS PUTRA KOTA PALOPO**

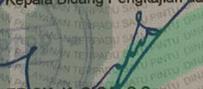
Lokasi Penelitian : SMA PESANTREN MODERN DATUK SULAIMAN (PMDS) PUTRA PALOPO  
Lamanya Penelitian : 27 Maret 2023 s.d. 27 Juni 2023

**DENGAN KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :**

1. Sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan penelitian kiranya melapor pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palopo.
2. Menaati semua peraturan perundang-undangan yang berlaku, serta menghormati Adat Istiadat setempat.
3. Penelitian tidak menyimpang dari maksud izin yang diberikan.
4. Menyerahkan 1 (satu) exemplar foto copy hasil penelitian kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Palopo.
5. Surat Izin Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, bilamana pemegang izin ternyata tidak menaati ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

Demikian Surat Izin Penelitian ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Kota Palopo  
Pada tanggal : 28 Maret 2023  
a.n. Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP  
Kepala Bidang Pengkajian dan Pemrosesan Perizinan PTSP

  
**ERICK K. SIGA S. Sos**  
Pangkat : Penata Tk.I  
NIP : 19830414 200701 1 005

**Tembusan**

1. Kepala Badan Kesbang Prov. Sul-Sel.
2. Walikota Palopo
3. Dandim 1403-SWC
4. Kapolres Palopo
5. Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Kota Palopo
6. Kepala Badan Keziabang Kota Palopo
7. Instansi terkait lainnya dilaksanakan penelitian

**2. Dokumentasi bersama kepala sekolah**



### 3. Dokumentasi pertemuan Santri



4. Lampiran IV kuesioner

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
SOSIODRAMA TERHADAP SANTRI DALAM UPAYA PENINGKATAN  
PENGENDALIAN EMOSI MARAH SANTRI DI SMA PMDS PUTRA  
KOTA PALOPO**

**Identitas Responden**

**Nama Lengkap** :  
**Jenis Kelamin** :  
**Kelas** :  
**Nis** :

**Petunjuk Pengisian Angket:**

1. Bacalah dan jawablah seluruh butir pernyataan dengan jujur, sesuai dengan pengalaman anda alami dan rasakan pada saat sebelum dan sesudah treatment Bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama.
2. Pilihlah pilihan pertanyaan pada jawaban yang telah tersedia sesuai kondisi anda.
3. Keterangan pilihan antara lain :

SL : Selalu

SR : Sering

KD : Kadang

JR : Jarangan

TP : Tidak pernah

Soal pilihan pada kuesioner pengendalian emosi marah :

**A. Mempunyai Kemampuan memotivasi diri**

No	Pertanyaan	SL	SR	KD	JR	TP
1.	Apakah anda selalu berfikir untuk menjadi lebih baik kedepannya					
2.	Apakah anda merasa bahwa anda harus selalu hadir disekolah					
3.	Apakah anda pernah berfikiran bahwa anda harus cerdas dalam pembelajaran.					
4.	Apakah anda selalu berfikir untuk meningkatkan kualitas santri dalam tugas osis					
5.	Apakah anda selalu ikut berpartisipasi dalam kegiatan akademik dan nonakademik di pondok					
6.	Apakah anda selalu membangun interaksi dan berdialog nasehat bersama junior anda					
7.	Dalam kegiatan pembersihan pondok, apakah anda selalu saling membantu sesama santri dalam hal itu					
8.	Apakah anda mempunyai dendam terhadap teman anda pada saat kegiatan dipondok					
9.	Dengan adanya peraturan apakah anda sering melanggar untuk pulang tidak meminta izin					
10.	Apakah anda selalu menghukum junior saat melakukan pelanggaran dengan tidak wajar					
11.	Apakah anda sering kali tidak berkontribusi dan turut andil dalam kegiatan di pondok pesantren					
12.	Dalam peraturan OSIS, apakah teman anda selalu menaati aturan yang dibuat					

**B. Mampu bertahan menghadapi frustrasi**

1.	Apakah anda selalu menasehati junior anda					
2.	Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler, apakah anda selalu mengadakan perlombaan yang berkenaan dengan kualitas individu					
3.	Apakah anda selalu berfikir untuk meningkatkan kualitas santri dalam tugas osis					
4.	Apakah anda stress dalam menjalankan tugas sebagai OSIS di pondok					
5.	Dalam konflik OSIS yang biasanya terjadi dalam pondok, apakah anda sering terlibat atau tidak					
6.	Apakah anda selalu berfikir bahwa OSIS dapat memperbaiki jalannya peraturan yang ada dalam pondok					
7.	Apakah anda sebagai OSIS mampu bertahan menghadapi, memahami, dan mengontrol junior-juniornya selama menjabat					
1.	Sebagai OSIS, selalukah anda melanggar di aturan anda sendiri					
2.	Apakah anda tidak suka masuk dalam anggota OSIS dikarenakan banyak tugas yang harus dijalankan					
3.	Apakah anda selalu mengalami konflik ketika menjabat sebagai pengurus OSIS					
4.	Dengan menjadi OSIS, apakah anda selalu solid dalam menjalankan tugas OSIS					
5.	Apakah anda selalu berfikir tidak mampu menyelesaikan masalah didalam pondok sebagai OSIS					

### C. Mampu mengendalikan Hawa Nafsu

1.	Apakah anda selalu ingin ikut dalam pembelajaran ekstrakurikuler ketika diajak oleh teman anda					
2.	Dalam pondok ada yang dinamakan kegiatan pramuka, apakah anda selalu ikut dalam kegiatan tersebut					
3.	Apakah anda selalu ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler yang ada di pondok meskipun tidak sesuai dengan bakat dan minat anda					
4.	Dengan adanya OSIS periode selanjutnya dalam pondok dengan jabatan anda, apakah anda selalu berfikir pengurus OSIS yang akan datang akan menjadi lebih baik					
5.	Apakah anda mampu mengendalikan diri anda untuk tidak melakukan pelanggaran					
6.	Apakah anda dapat tetap bersikap baik sekalipun dalam pondok kerap kali mendapat berbagai macam gangguan					
7.	Apakah dalam jabatan anda, peraturan yang OSIS buat selalu dilanggar oleh junior-junior didalam pondok					
8.	Apakah anda pernah berpikir bahwa anda tidak layak menjabat sebagai OSIS					

### D. Menjaga agar tidak stress

1.	Apakah anda selalu berpikir positif saat menjabat sebagai osis					
2.	Dalam menjalin hubungan sesama santri, apakah anda selalu saling menjaga dalam silaturahmi di pondok					
3.	Apakah anda selalu menerima nasehat dari Pembina selama menjadi OSIS					
4.	Dengan adanya OSIS, apakah santri dapat menjaga silaturahmi antar senior dan junior					

5.	Apakah anda dapat mengontrol diri anda untuk tidak stress selama menjabat sebagai OSIS					
6.	Dalam kepengurusan OSIS, apakah anda pernah merasa kepengurusan anda kurang baik					
7.	Dalam kepengurusan bidang anda dalam OSIS, apakah anda tidak mampu mengontrol secara keseluruhan					
8.	Apakah anda sebagai OSIS tidak mampu mengembangkan skill atau keterampilan kepada junior-junior anda					

**E. Mampu menyelesaikan masalah atau konflik diri sendiri**

1.	Apakah anda selalu taat pada aturan yang anda buat sendiri sebagai OSIS					
2.	Dengan pengurus OSIS apakah anda pernah menyelesaikan masalah junior anda dengan Pembina					
	Apakah anda bersikap adil dalam menghadapi junior-junior anda					
	Apakah anda bersikap baik dalam menghadapi junior-junior anda					
	Apakah anda selalu mengontrol permasalahan yang ada dipondok tanpa memihak ketika jadi pengurus OSIS					
	Apakah anda pernah merasa kesulitan menyelesaikan masalah santri					
	Dengan jabatan sebagai OSIS, apakah pengurus OSIS pernah terjadi konflik antar santri					
	Apakah dalam permasalahan santri selalu ada yang tidak mampu OSIS selesaikan					
	Dapatkah anda pernah melakukan pelanggaran itu sendiri dalam bidang anda sendiri					

**F. Mampu membaca dan memahami perasaan orang lain dan terampil bergaul**

1.	Apakah anda sering bercerita dengan santri lain selama anda menjabat sebagai OSIS					
2.	Sebagai pengurus OSIS, apakah anda pernah dijadikan tempat curhat untuk memahami permasalahan yang dialami oleh junior anda					
3.	Ketika anda sedang emosi kepada junior, apakah anda pernah memahami perasaan yang junior alami					
4.	Sebagai pengurus OSIS, selama menjabat apakah anda dapat membaca dan memahami permasalahan yang ada di dalam pondok					
5.	Ketika anda berbicara dengan junior anda, apakah anda pernah mendapati junior anda merasa malu berbicara kepada anda					
6.	Apakah anda sering menegur santri yang melanggar aturan pondok					
7.	Bagaimana sikap anda terhadap santri yang sering melanggar aturan di dalam pondok, Apakah anda sering menasehati kepada junior anda					
8.	Pernakah anda mendapati santri yang merasa terkucilkan dikarenakan kurang terampil dalam bergaul					

**G. Orang yang secara emosional cerdas**

1.	Apakah dalam penyelesaian masalah, anda selalu yakin bahwa anda bersikap adil					
2.	Dengan jabatan berorganisasi sebagai OSIS, apakah anda dapat mengendalikan emosi anda dengan baik dalam penyelesaian masalah dipondok					

3.	Apakah diantara pengurus ada yang tidak dapat mengendalikan emosinya saat menghukum junior yang melakukan pelanggaran					
----	---	--	--	--	--	--



## RIWAYAT HIDUP



**Mutiara Sudarmin Iskandar**, lahir di Kota Palopo pada tanggal 21 Oktober 2001, penulis merupakan anak tunggal dari pasangan suami istri dengan nama ayah bernama Iskandar dan Ibu bernama Marak. Saat ini penulis tinggal di jl. Sungai Cerekang, Kelurahan Penggoli Kecamatan Wara Timur Kota Palopo. Pendidikan Sekolah Dasar Penulis di selesaikan pada tahun 2013 di SDN 483 Andi Pattiware Palopo, kemudian di tahun 2013 sampai 2019 tersebut penulis melanjutkan studinya di SMP dan SMA di Pesantren Modern Datok Sulaiman bagian putri Kota Palopo, penulis melanjutkan pendidikannya di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo dan menekuni jurusan Bimbingan Konseling Islam.