

## PENERAPAN BIMBINGAN DAN KONSELING BERBASIS ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA

**Hariberthus Wicaksono**

Dosen BK Universitas PGRI Banyuwangi

Hariberthus@unibabwi.ac.id

### ARTICLE HISTORY

**Received** : 08-03-2019

**Revised** : 18-03-2019

**Accepted** : 28-04-2019

### KEYWORDS

*kecerdasan emosional ;  
bimbingan dan konseling ;  
berbasis Islam ;*

### ABSTRACT

Masalah penelitian ini adalah bagaimana bimbingan dan konseling berbasis Islami yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Tujuan penelitian ini mengetahui apakah bimbingan dan konseling berbasis Islami efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian ini tergolong penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Sampel sejumlah 10 siswa dipilih secara random sampling. Bimbingan dan konseling berbasis Islami yang dikembangkan merupakan proses pemberian bantuan oleh konselor kepada individu melalui suasana kelompok dengan berlandaskan pada nilai-nilai islam dalam al-qur'an dan hadist, yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dengan memanfaatkan pikiran dan pengalaman anggota kelompok. Hasil implementasi model menunjukkan bahwa model bimbingan dan konseling berbasis Islami terbukti efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Tingkat kecerdasan emosional mengalami kenaikan sebesar 13,3 % dari sebelumnya 54,7% meningkat menjadi 67,9 %. Disarankan bagi guru khususnya guru bimbingan dan konseling untuk selalu meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling, dan model bimbingan dan konseling berbasis Islami yang diterapkan dalam penelitian ini hendaknya dapat digunakan konselor sebagai salah satu bentuk layanan dalam membantu siswa SMA untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

*This is an open access article under the CC-BY-SA license.*



## PENDAHULUAN

Secara psikologis, siswa SMA memasuki masa remaja. Para remaja bukan lagi anak-anak, tetapi juga belum menjadi dewasa. Masa remaja biasa dianggap sebagai periode "badai dan tekanan" suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 2006: 212). Dalam masa usia transisi yang dialami remaja ini, cenderung membawa dampak psikologis disamping membawa dampak fisiologis, dimana perilaku mereka cenderung berfikir pendek dan ingin cepat dalam memecahkan berbagai permasalahan kehidupan. Sebagaimana Hurlock (2006: 208) mengemukakan bahwa masa remaja dikatakan sebagai masa yang tidak realistis.

Karena proses berfikir yang tidak realistis tersebut, remaja kadang tidak mampu membedakan hal baik atau buruk, bahkan remaja sering tidak memperhatikan perilaku yang sesuai dengan konsep "halal dan haram" sesuai perintah dan larangan agama yang dianutnya. Akhirnya tidak jarang remaja khususnya remaja usia SMA yang terjerumus dalam kasus-kasus yang melanggar norma, baik norma sosial maupun norma agama. Fenomena demikian menunjukkan masih kurangnya kontrol dan rendahnya kecerdasan emosional remaja.

Agustian (2006:17) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang jauh lebih significant dibanding kecerdasan Intelektual. Kecerdasan emosional memiliki peran yang penting bagi kehidupan individu dan perlu untuk ditingkatkan. Remaja yang emosinya matang, akan memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari emosi/suasana hati ke suasana hati yang lain, demikian pula sebaliknya (Hurlock, 2006: 213).

Program layanan bimbingan dan konseling sebagai bagian dari sistem pendidikan SMA perlu mengarahkan layanannya dalam peningkatan kecerdasan emosional siswa. Salah satu layanan yang diduga efektif bagi peningkatan kecerdasan emosional siswa SMA adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Walaupun layanan bimbingan kelompok telah dilaksanakan di sekolah, namun belum mencapai hasil yang maksimal, bimbingan kelompok jarang dilakukan dan bersifat insidental. Guru pembimbing/konselor lebih sering melaksanakan konseling individual dari pada bimbingan kelompok.

Berdasarkan studi awal, setidaknya ada beberapa faktor yang mempengaruhi kurang maksimalnya pelaksanaan bimbingan kelompok, yakni: faktor sarana prasarana, belum adanya ruangan khusus untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok, keterbatasan waktu yang diberikan yaitu 1 jam pelajaran (45 menit), padatnya kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh anak, beban mengajar guru BK yang terlalu banyak, serta kerangka kerja bimbingan kelompok yang belum diorganisasikan dan ditata secara baik. Selain itu dinamika kelompok juga belum berjalan dengan baik, minat siswa yang kurang untuk mengikuti bimbingan kelompok dan belum diterapkannya metode yang tepat meningkatkan dinamika kelompok dan dalam mencapai tujuan. Oleh sebab itu dibutuhkan sebuah kemasan baru serta pendekatan yang tepat untuk mengembangkan model layanan bimbingan kelompok yang lebih efektif, terutama dalam peningkatan kecerdasan emosional siswa.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI**

Dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling Islami ini, peneliti memfokuskan pada pemberian layanan bimbingan kelompok berbasis Islami. Dalam Islam, bimbingan dan konseling merupakan bentuk bantuan yang bertujuan pada kemaslahatan. Bimbingan dan konseling Islami

diberikan sebagai alternatif bagi pemecahan masalah kemanusiaan dan sosial yang semakin kompleks. Ainur Rahim Faqih dalam (Dahlan, 2009: 1) mengatakan bahwa bimbingan dan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat. Oleh karenanya, tujuan dari bimbingan dan konseling Islami adalah membantu, membimbing agar individu mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah (Dahlan, 2009: 20).

Dalam proses pelayanan yang diberikan pada setiap individu/siswa, konselor harus memperhatikan dimensi keagamaannya sehingga pemberian solusi akan sesuai dengan apa yang mereka yakini, tidak bertentangan dengan prinsip-prinsip agama yang mereka anut. Landasan agama merupakan landasan yang mendasar pertama berkenaan dengan kedudukan manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan. Agama memberikan dasar-dasar, nilai-nilai dan cara-cara bagaimana seharusnya manusia berkehidupan, melakukan hubungan dengan penciptanya, dengan sesama manusia dan dengan alam semesta (Sukmadinata, 2007: 44-45)

Seorang konselor sangatlah penting untuk memahami landasan agama secara baik karena konselor tidak hanya sekedar menuangkan pengetahuan ke otak saja atau pengarahan kecakapannya saja tetapi agama penting untuk menumbuhkembangkan moral, tingkah laku, serta sikap siswa yang sesuai dengan ajaran agamanya.

Senada dengan konsep bimbingan kelompok secara umum, maka bimbingan dan konseling berbasis Islam diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok dengan berlandaskan pada nilai-nilai dalam ajaran agama Islam yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah sebagai upaya pengembangan pribadi. Dengan memasukkan nilai-nilai dan ajaran agama diharapkan individu lebih dapat memahami dan menghadapi masalahnya secara lebih arif, tidak mudah putus asa dalam kegagalan dan tidak sombong dalam keberhasilan (Dahlan, 2009:1)

### **KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PERSPEKTIF ISLAM**

Dalam perspektif Islam, segala macam emosi dan ekspresinya, diciptakan oleh Allah melalui ketentuannya. Emosi diciptakan oleh Allah untuk membentuk manusia yang lebih sempurna. Dalam Al-Qur'an dinyatakan:

Dan bahwasanya Dialah yang menjadikan manusia tertawa dan menangis dan bahwasanya Dialah yang mematikan dan menghidupkan (QS. Al-Najm[53]: 43-44)

Al-Qu'an dan Hadits banyak membahas tentang ekspresi emosi manusia, Berbagai ekspresi emosi dasar manusia, mulai dari kesedihan, kemarahan, ketakutan dan lain-lain diungkapkan dengan bahasa yang indah dalam al-Qur'an dan Hadits (Hasan: 2006, 56).

Manusia memiliki dua dimensi kepribadian. Pertama, yang disebut dengan al-bu'dul malakut, atau dimensi kemalaikatan yang berasal dari alam malakut. Dimensi ini mendorong manusia untuk berbuat baik, membuat kuta tersentuh oleh penderitaan orang lain, dan mengajak kita untuk membantu mereka yang memerlukan bantuan. Dimensi kedua adalah dimensi kebinatangan atau al-bu'dul bahimi. Dimensi inilah yang mendorong penderitaan orang lain, menimbulkan rasa iri pada orang lain yang beuntung. Dimensi ini juga menggerakkan kita untuk marah dan dendam kepada sesama manusia. Inilah sisi buruk dari manusia (Jalaluddin, 2001: 233)

Selain itu Islam juga mengajarkan agar manusia tidak berlebih-lebihan dalam meluapkan emosinya. Intensitas emosi yang terlalu tinggi dapat membuat seseorang kehilangan kontrol, baik emosi negatif maupun emosi positif. Orang-orang yang cerdas emosional adalah orang yang sabar dan tabah menghadapi berbagai cobaan (Jalaluddin, 2001: 236). Ia tabah dalam mengejar tujuannya. Konsep kecerdasan emosional dalam Islam terkait dengan sikap-sikap terpuji dari kalbu dan akal yakni sikap bersahabat, kasih sayang, empati, takut berbuat salah, keimanan, dorongan moral, bekerja sama, beradaptasi, berkomunikasi dan penuh perhatian serta kepedulian terhadap sesama makhluk ciptaan Tuhan (Abuddinata, 2003: 45).

Tasmara (2001: 49) mengemukakan bahwa betapa pun banyak kecerdasan yang dimiliki seseorang, tetapi tidak dibarengi dengan kecerdasan spiritual maka dengan sendirinya kecerdasan yang lain tidak akan berguna sama sekali.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yaitu suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang berbasis bimbingan dan konseling. Subjek uji coba dalam penelitian ini adalah siswa kelas X yang diambil dengan teknik random sampling sebanyak 10 siswa.

Ada dua jenis data yang diperoleh dalam penelitian ini, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian ini digali dan diperoleh dari sumber pertama, yaitu: melalui skala psikologis sebagai instrument utama. Sedangkan Jenis data sekunder digali melalui karangan ilmiah yang ditulis para pakar pendidikan khususnya pakar bimbingan konseling, jurnal, majalah-majalah, dan publikasi dari berbagai media guna menganalisis kecerdasan emosional siswa.

Instrumen yang dikembangkan dalam bentuk skala psikologis, panduan wawancara dan instrument validasi. Ketiga instrumen tersebut digunakan untuk 1) panduan wawancara untuk mengungkap data tentang pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah, 2) berupa skala psikologis kecerdasan emosional untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional siswa dan 3) instrument

validasi untuk menilai: a efektivitas desain model bimbingan kelompok berbasis Islami, b kualitas konstruk model bimbingan kelompok berbasis Islami, dan c kualitas panduan model bimbingan kelompok berbasis Islami.

## HASIL DAN DISKUSI

Bimbingan kelompok di SMA N 1 Giri telah dilaksanakan berjalan namun belum maksimal, dikarenakan beberapa hambatan baik dari segi waktu, biaya, siswa, guru pembimbing/konselor, wali kelas, kepala sekolah serta sarana dan prasarana dan sebagainya. Sedangkan hasil studi pendahuluan tentang kecerdasan emosional siswa yang dilakukan pada salah satu kelas X dengan responden 34 siswa diperoleh hasil 61.76% siswa memiliki tingkat kecerdasan emosional rendah, 29.41% siswa memiliki kecerdasan emosional sedang dan 8.82% siswa memiliki kecerdasan emosional tinggi.

Uji lapangan dilaksanakan di SMA N 1 Giri dengan mengambil anggota kelompok sejumlah 10 siswa, dan dilakukan model bimbingan dan konseling berbasis Islami sebanyak 6 kali. Implementasi bimbingan dan konseling berbasis Islami untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa, peneliti mengambil topik tugas. Topik yang diangkat adalah topik yang berkaitan dengan kecerdasan emosional siswa SMA, yaitu meliputi: Mengenali kekuatan dan kelemahan emosi diri sendiri dan orang lain (Sebagai BKp 1). Adab berinteraksi dan bertutur kata yang baik (Sebagai BKp 2). Cara mengambil keputusan yang baik (Sebagai BKp 3), Indahnya Persaudaraan dikala suka maupun duka (Sebagai BKp 4), Tips mengelola diri ketika marah, sedih, maupun gagal (Sebagai BKp 5) dan Cara memotivasi diri untuk meraih sukses (Sebagai BKp 6)

Perubahan tingkat kecerdasan emosional siswa antara pree test dan post test menunjukkan perubahan yang signifikan, yaitu:

Perubahan Tingkat EQ Siswa Antara Pre Test dan Post Test

Aspek EQ	Pree Test	Post Test
Kemampuan Mengekspresi dan Mempersepsi Emosi	68.2	81.1
	56.8	67.6
Kemampuan Menggunakan Emosi untuk Memfasilitasi Fikiran/ Mengenali Emosi	50	61.3
	55.6	68.1
Kemampuan Memahami Emosi	42.5	52.6
	53.1	65.8
Kemampuan Mengelola Emosi	44.7	59.8
	52.6	70.4
Skor total Kecerdasan Emosional	51.4	63.7
	54.7	67.9

Hasil uji lapangan bimbingan dan konseling berbasis Islami menunjukkan bahwa: (1) konselor memiliki motivasi yang tinggi untuk ikut serta dalam mengimplementasikan model bimbingan dan konseling berbasis Islam bersama dengan peneliti, (2) model bimbingan dan konseling berbasis Islami ini dapat diterapkan dengan baik di SMA N 1 Giri (3) siswa terlihat antusias dan senang ketika penerapan model bimbingan kelompok berbasis Islami.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa tujuan dari bimbingan dan konseling berbasis Islami ini tercapai, yakni dengan adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa di SMA Negeri 1 Giri setelah mendapatkan bimbingan dan konseling berbasis Islam yakni 13.3%.

Berdasarkan analisis uraian di atas maka sangat perlu memaksimalkan bimbingan kelompok sebagai salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Keberhasilan layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan sangatlah tergantung pada berbagai aspek, diantaranya dinamika kelompok. Winkel dan Sri Hastuti (2004:555) menambahkan bahwa keberhasilan dalam kegiatan bimbingan kelompok juga tergantung dari kadar motivasi (minat) para konseli dan kesediaannya untuk melibatkan diri secara aktif dalam mengikuti proses kegiatan.

Melalui pendekatan religius yakni dengan penerapan nilai-nilai agama Islam dan menanamkan hikmah ibadah sesuai dengan ajaran Islam ini dapat digunakan sebagai teknik yang efektif dalam pemberian layanan bimbingan kelompok bagi peningkatan kecerdasan emosional remaja SMA. Dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa berbasis ajaran Islam, konselor sangatlah penting untuk memahami hakikat manusia dan hal-hal yang mempengaruhi tingkah laku manusia dalam berbagai macam dimensi keilmuan manapun, khususnya dalam hal ini adalah landasan agama.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dan pemaknaan terhadap keseluruhan data penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMA N 1 Giri telah dilaksanakan oleh konselor namun belum maksimal dan frekuensi pelaksanaannya jarang serta bersifat insidental. Sedangkan kondisi kecerdasan emosional siswa diperoleh hasil 8.82% tingkat kecerdasan emosional tinggi, 29.41% tingkat kecerdasan emosional sedang dan 61.76% tingkat kecerdasan emosional rendah.
2. Rumusan bimbingan dan konseling berbasis Islami disusun dengan berdasarkan pada dasar yang kokoh yaitu merujuk pada al-Qur'an dan hadist sehingga memiliki spesifikasi yang berbeda dari model bimbingan kelompok yang sudah ada di sekolah. Model yang tersusun, terdiri dari 7 komponen (1) Rasional, (2) Konsep Kunci, (3) Visi Misi bimbingan kelompok berbasis Islami, (4) Tujuan Model Bimbingan dan konseling berbasis Islami (5)

Isi Bimbingan Kelompok Berbasis Islami, (6) Bimbingan dan konseling berbasis Islamidan (7) Monitoring, evaluasi dan tindak lanjut. (Model selengkapnya pada bagian kedua tentang produk yang dihasilkan)

3. Keterlaksanaan bimbingan dan konseling berbasis Islami yang dilaksanakan di SMA N 1 Giri dapat memberikan dampak yang positif baik bagi siswa, konselor maupun bagi lingkungan sekolah. Tujuan dari model bimbingan dan konseling berbasis Islami yakni meningkatkan kecerdasan emosional siswa tercapai, Hal ini terlihat dari perolehan skor kecerdasan emosional siswa dari kondisi awal (pre test) dengan kondisi akhir setelah bimbingan kelompok (post test) mengalami peningkatan 13.3 %.
4. Bimbingan dan konseling berbasis Islami terbukti efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Ada perubahan peningkatan antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok berbasis Islami, sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan dan konseling berbasis Islamieffektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

*Temuan studi di SMA Negeri 1 Giri, dijumpai sejumlah siswa memiliki indikator kecerdasan emosional rendah baik dalam mempersepsi dan mengekspresikan emosi, memfasilitasi emosi untuk mempengaruhi pikiran, memahami emosi dan mengelola emosi. Perilaku malsuai juga sering tampak seperti mudah putus asa, mudah marah/tersinggung dengan teman, mudah cemas menghadapi sesuatu, sering mengeluh terhadap diri sendiri, belum bisa mengerti tentang kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, merasa pesimis/tidak mampu apabila disuruh untuk mengerjakan dan menjalankan tugas tertentu, merasa malu dan tidak yakin terhadap dirinya dan kurang mempunyai motivasi untuk berkompetisi dalam berprestasi dan lain-lain.*

## DAFTAR PUSTAKA

- Abudinata. 2003. Manajemen Pendidikan, Bogor: Kencana.
- Dahlan, Abdul. Choliq. 2009. Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan Pendekatannya). Yogyakarta: Pura Pustaka
- Hasan, Aliah B. Purwakania. 2006. Psikologi Perkembangan Islami:Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran hingga Pascakematian. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hurlock. E. B. 2006. Developmental Psychology: A Life Span Approach, Fifth Edition, Mc Graw Hill.inc, (Terjemah. Istiwidayanti dan Soedjarwa) Yogyakarta: Erlangga.
- Jalaludin. 2001. Meraih Cinta Ilahi, Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya
- Prayitno, 1995, Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil), Buku Seri Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Jakarta: Ghalia Indonesia.

Sukmadinata, Nana Syaodih. 2007. *Bimbingan dan Konseling dalam Praktik*. Bandung: Maestro

Wibowo, M.E. 2004. *Modul Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Semarang: LPMP