

## PERAN GURU PEMBIMBING DALAM MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSIONAL SISWA SD KELAS 4 MATAHATI NAGREG KABUPATEN BANDUNG

Ulfah<sup>1\*</sup>, Ayi Najmul Hidayat<sup>2</sup>, Mochamad Ghiffari Yusuf<sup>3</sup>, Deden Gunawan<sup>4</sup>

Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Nusantara, Indonesia

ulfah@uinlus.ac.id

### ABSTRAK

**Abstrak:** Kestabilan emosi pada peserta didik adalah sebuah aspek penting yang mempengaruhi proses pembelajaran dan juga perkembangan sosial mereka. Peserta didik yang tidak stabil emosinya biasanya akan sangat mempengaruhi pembelajaran mereka. Lebih dari itu, kestabilan emosi bisa mempengaruhi karakteristik siswa, khususnya dalam mengambil tindakan yang negatif seperti mencelakai rekan sebayanya atau sampai menyiksa dirinya sendiri. Hal ini biasanya bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, dan salah satunya adalah lingkungan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa SD Kelas 4 Matahati Nagreg Kabupaten Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, berdasarkan fokus penelitian dan sumber data maka teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi, dan wawancara. Melalui Kegiatan ini para guru diberi pengetahuan dan wawasan mengenai pendidikan karakter dan pendekatan behavioristik dalam menstabilkan emosi peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru pembimbing memiliki peran yang cukup krusial untuk membantu siswa mengelola emosi, stress, dan membangun keterampilan sosial yang positif. Dengan adanya guru pembimbing, peserta didik khususnya mereka yang masih sekolah di tingkat SD bisa lebih mengendalikan emosi mereka menjadi lebih baik. Pasalnya, anak SD biasanya masih dalam tahap pengenalan diri dan belum tahu betul siapa dirinya dan bagaimana cara mereka mengendalikan emosi saat memuncak. Dari hal ini bisa diketahui bahwasanya peran guru pembimbing dalam membantu menstabilkan emosi peserta didik akan sangat mempengaruhi pembelajaran dan juga sikap mereka sehari-hari.

**Kata Kunci:** Kestabilan Emosi, Bimbingan Konseling, Guru Pembimbing.

*Abstract: Emotional stability in students is a crucial aspect that influences their learning process and social development. Students with emotional instability often experience significant learning difficulties. Furthermore, emotional instability can influence student behavior, particularly negative behaviors such as harming peers or even self-harm. This is often influenced by many factors, one of which is the environment. The purpose of this study was to determine the role of guidance counselors in improving the emotional stability of fourth-grade students at Matahati Nagreg Elementary School in Bandung Regency. This study employed a qualitative approach. Based on the research focus and data sources, the data collection techniques used were observation and interviews. Through this activity, teachers were provided with knowledge and insight into character education and a behaviorist approach to stabilizing students' emotions. The results showed that guidance counselors play a crucial role in helping students manage emotions, stress, and develop positive social skills. With guidance counselors, students, especially those still in elementary school, can better control their emotions. This is because elementary school children are often still in the self-discovery stage and do not yet fully understand who they are or how to control their emotions when they are at their peak. From this, the role of the supervising teacher in helping to stabilize students' emotions will greatly influence their learning and their daily attitudes.*

**Keywords:** Emotional Stability, Guidance Counseling, Guidance Teacher.

---

#### Article History:

Received: 28-02-2024

Revised : 27-03-2024

Accepted: 30-04-2024

Online : 31-05-2024

---

## A. LATAR BELAKANG

Setiap peserta didik pasti memiliki cara dalam mengontrol serta mengekspresikan emosinya. Namun banyak peserta didik yang tidak bisa mengendalikan emosi sehingga mudah marah dan meluapkan emosi yang ada. Hal ini disebabkan karena setiap peserta didik memiliki kemampuan mengelola emosi yang berbeda-beda. Peserta didik khususnya yang berada di Sekolah Dasar (SD) atau yang berada pada kanak-kanak, pada umumnya mudah marah dan memiliki emosi yang mengebu-ngebu. Dan pelepasan emosi yang negatif akan berdampak pada pembelajaran yang ada di sekolah, (Solikhah, 2014).

Emosional peserta didik di lingkungan sekolah memiliki dampak yang cukup signifikan dalam proses belajar-mengajar dan pengembangan diri mereka. Banyak peserta didik yang menghadapi tantangan emosional yang bisa mengganggu kestabilan mental dan kesejahteraan mereka. Kondisi ini bisa di akibatkan oleh berbagai macam faktor seperti, tekanan akademik, konflik interpersonal, masalah keluarga atau mungkin perubahan lingkungan. Dalam hal ini proses kegiatan belajar-mengajar akan sangat terganggu karena perubahan emosional yang dialami oleh para peserta didik. Beberapa hal yang mungkin terjadi saat emosional peserta didik tidak terkontrol ditunjukkan pada perilaku peserta didik yang suka berbicara kasar, suka marah-marah terhadap teman, seketika malas dalam mengerjakan tugas, apatis, sampai nilai yang turun.

Peserta didik yang memiliki kestabilan emosi, jika melihat dari tiga poin diatas adalah peserta didik yang ketika dihadapkan dalam suatu permasalahan, tidak menunjukkan emosinya secara berlebih-lebihan. Peserta didik yang stabil dalam mengendalikan emosinya akan bisa menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikisnya. Permasalahan antara menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikis bagi para peserta didik inilah yang masih belum bisa dilepas begitu saja oleh guru pembimbing. Jika tugas dari seorang guru pembimbing adalah untuk membimbing peserta didik baik dari segi fisik dan psikis di sekolah, namun disatu sisi juga peserta didik haruslah bisa belajar dari apa yang sudah guru pembimbing berikan, sesuai dengan apa yang dikatakan dalam teori behavioristik, (Ali & Hidayat, 2016).

Secara sederhana teori behavior yang dikembangkan oleh Pavlov dan Skinner adalah sebuah teori yang mempercayai bahwa kepribadian seseorang terbentuk dari lingkungan. Bagi Skinner kepribadian tidaklah ada, yang ada hanyalah perilaku, perilaku yang disebabkan oleh lingkungan. Pendekatan *behavioristik* adalah sebuah pendekatan psikologi yang menerapkan prinsip penguatan stimulus respon. Artinya, pengetahuan terbentuk dari ikatan stimulus respon yang semakin kuat jika diberi penguatan, adapun penguatan tersebut dibagi menjadi penguatan positif dan penguatan negatif. Maksudnya, dalam konsep *behavioristik* berfokus pada tingkah laku yang terlihat, stimulus yang diberikan dalam menyusun *treatment* yang spesifik serta evaluasi yang lebih objektif (Hasdiana, 2018).

- Salah satu pendekatan yang difokuskan dalam *behaviour* ini adalah
1. Berkonsentrasi pada proses perilaku.
  2. Manusia berada dalam perilaku maladaptif (perilaku yang tidak sesuai aturan, menyimpang, serta bisa menghambat perkembangan diri).
  3. Proses belajar adalah sebuah cara yang efektif untuk mengubah perilaku maladaptif.
  4. Melakukan penetapan tujuan pengubahan perilaku (Sanyata, 2012).

Teori behavioristik ini banyak digunakan oleh guru pembimbing dalam menghadapi kestabilan emosi, karena berhubungan dengan karakteristik tingkah laku termasuk yang abnormal, neurotik, sampai psikotik. Keadaan abnormal yang dialami peserta didik seperti mengompol, gagap, pobia, obsesi, dan jika dikaitkan dengan tema pembahasan terkait kestabilan emosi seperti hysteria, *bullying*, ketimpangan sosial, sampai mental deficiency. Karena pada dasarnya teori ini diawali dengan mengembangkan kehangatan, empati serta hubungan yang *supportive*. Dan biasanya dalam tahapan selanjutnya, guru pembimbing akan mengembangkan keterampilan dalam refleksi diri, klarifikasi, serta open-ended questioning (Sanyata, 2012).

Jika melihat kasus diatas, tugas guru pembimbing dalam mengontrol kestabilan diantaranya, sebagai pembimbing dalam memberikan pengarahan untuk peserta didik demi mencapai tugas perkembangan mereka. Menurut Chomaidi dan Salamah yang mengatakan bahwa guru sebagai pembimbing memiliki kewajiban untuk mengarahkan peserta didik yang memiliki masalah. Guru pembimbing sendiri wajib memiliki pengetahuan dasar yang bisa mengarahkan atau menstabilkan emosi peserta didik sesuai dengan kebutuhan peserta didik, diantaranya:

1. Merumuskan tujuan pembelajaran
2. Mengidentifikasi setiap kebutuhan peserta didik
3. Memahami aspek bimbingan, mengarahkan, membimbing peserta didik ke arah dan tujuan yang lebih baik, membentuk manusia yang cerdas, cakap dan bertanggung jawab dalam kehidupan. (Nurhasanah et al., 2021).

Guru sangatlah penting dalam proses belajar mengajar sebagai perantara atau medium bagi peserta didik. Dan peserta didik haruslah bisa dalam mendapatkan suatu pengertian atau sebuah *insight*, yang mana akan menimbulkan sebuah perubahan dalam pengetahuan, tingkah laku, serta sikap. Alasan mengapa guru sangatlah penting karena guru adalah sosok pembimbing untuk membawa peserta yang dididiknya kearah kedewasaan, guru juga bisa dibilang sebagai jembatan antara peserta didik satu dengan yang lainnya dalam pengawasannya. Guru menjadi penegak dalam hal kedisiplinan, menjadi contoh suri tauladan dalam segala hal, baik yang ada di sekolah atau yang ada di lingkungan masyarakat.

Uno & Nina dalam (Setiawati, 2021) menjelaskan bahwa secara umum guru adalah pengajar dan pendidik untuk pendidikan anak usia dini melalui sekolah atau pendidikan formal, dasar, dan menengah. Para pendidik ini harus memiliki kemampuan formal. Dalam definisi yang lebih luas, setiap individu yang menunjukkan hal lain dapat dipandang sebagai pendidik. Beberapa istilah yang juga menggambarkan pekerjaan instruktur menggabungkan guru, tenor, pemandu, dan pelatih. Guru adalah individu yang mampu dan disetujui untuk mengajar dan mempertahankan siswa, baik secara mandiri maupun tradisional, baik di sekolah maupun diluar sekolah.

Peran seorang guru yang sangat penting juga mencakup pemahaman terhadap masalah yang dihadapi oleh para siswa. Oleh karena itu, tugas guru tidak hanya sebatas menyampaikan materi. Dengan demikian, profesionalisme seorang guru dalam pembelajaran lebih dari sekadar menjadi pengajar yang baik, tetapi juga berfokus pada mengatasi kesulitan belajar yang dialami oleh para siswa. Dalam kegiatan pembelajaran, siswa mendapatkan bimbingan, latihan, dan pengajaran dari guru agar aspek sosial, emosional, intelektual, spiritual, dan moral mereka dapat berkembang dengan optimal. Proses pendidikan di sekolah tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan

intelektual siswa, tetapi juga untuk memastikan bahwa siswa mengembangkan dan menguasai kecerdasan lainnya, termasuk kecerdasan emosional.

Istilah “Kecerdasan Emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh Psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai, “Himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.” (Thalib, 2013).

Daniel Goleman dalam (Ulfah, 2020) menjelaskan bahwa kata “emosi” berasal dari bahasa latin “*move*re”: yang artinya “mengerakkan, bergerak” ditambah awalan “e” untuk memberi arti “bergerak jauh”, menunjukkan bahwa kecenderungan untuk bertindak adalah sesuatu yang langsung dalam perasaan. Semua perasaan, pada dasarnya adalah motivasi untuk bertindak, pengaturan langsung untuk menaklukkan masalah yang telah diberikan dengan mantap (evolusi), dan perasaan juga sebagai sentimen dan kontemplasi biasa, keadaan organik dan mental dan perkembangan kecenderungan untuk bertindak.

Adapun Mohamad Surya dalam (Athik Hidayatul Ummah, 2021) menjelaskan bahwa emosi dasar penting bagi orang tersebut untuk memperoleh perlindungan hidup karena perasaan berkontribusi secara eksplisit untuk membuat kekuatan seluruh hidupnya. Misalnya, setiap orang membutuhkan cinta, namun dia juga perlu merasakan hati yang terluka yang melatiinya untuk menghadapi keadaan yang berbahaya; ketakutan yang mengharapkan dan sinyal risiko; kemarahan yang menggerakkan hambatan untuk mencapai pemenuhan persyaratan; tanggung jawab yang membantu menjauhkan diri dari sesuatu yang dapat menyakitinya.

Definisi yang bersifat umum menyebutkan bahwa emosi merupakan satu respons psikofisiologis terhadap beberapa rangsangan yang bermakna, yang melibatkan satu keadaan perasaan dan resonasi jasmaniah. Definisi lain menyebutkan bahwa “perasaan atau emosi merupakan suatu keadaan “*shirred up*” atau getaraan yang terjadi dalam diri individu sebagai reaksi untuk memperoleh perlindungan dan keseimbangan diri terhadap rangsangan yang datang dari lingkungan” definisi yang diberikan oleh Arnold sebagaimana dikutip (Ulfah, 2021) bahwa cukup jelas yaitu: “rasa atau perasaan yang membuat kecenderungan yang mengarahkan terhadap sesuatu yang secara intuitif dinilai sebagai hal yang baik atau bermanfaat, atau menjauhi dari sesuatu yang secara intuitif dinilai buruk atau berbahaya”.

Kecerdasan emosional erat hubungannya dengan perasaan manusia. Perasaan meminta agar kita menghadapi titik-titik penting dalam waktu dan usaha yang banyak ketika diteruskan ke otak besar. Sentimen dapat dipengaruhi oleh beberapa elemen termasuk ide, kelemahan, pertimbangan, pengetahuan sehingga mereka beragam perasaan (Syaparuddin, 2020).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengelola emosinya dengan cerdas karena kecerdasan emosional dapat menjaga keseimbangan antara emosi dan akal. Tidak hanya kecerdasan intelektual saja yang dapat menentukan kesuksesan seseorang dimasa depan akan tetapi kecerdasan emosional juga sangat penting bagi kesuksesan seseorang di sekolah maupun masa yang akan datang (Wuwung, 2020).

Sementara itu, menurut Daniel Goleman dikutip (Ulfah, 2022), kapasitas untuk menghargai orang pada tingkat yang lebih dalam adalah kapasitas untuk mendorong diri sendiri dan melewati kekecewaan, bergantung pada motivasi dan tidak lepas kendali dalam kegembiraan, temperamen langsung dan menjaganya tetap terbebas dari tekanan, tidak mematikan kapasitas untuk berpikir, mengidentifikasi, memohon.

Tanpa ada peran dari guru pembimbing, peserta didik akan sangat kesulitan dalam menghadapi perkembangan dirinya, baik dari segi akademis atau kedewasaan seperti emosional. Kekurangan yang ada dalam peserta didik mungkin akan menyebabkan ia lebih bergantung kepada guru, namun semakin dewasa peserta didik maka akan semakin berkurangnya juga ketergantungannya kepada guru. Bagaimanapun bimbingan yang diberikan oleh guru pembimbing sangatlah diperlukan untuk peserta didik yang belum mampu mandiri, apalagi yang masih memiliki emosi yang tidak stabil (Darmadi, 2015).

Guru pembimbing harus mengetahui apa yang diperlukan dalam mengatasi kasus tersebut dari identifikasi karakteristik sang peserta didik serta menindaklanjuti hal tersebut dengan mengarahkan peserta didik ke arah yang lebih positif. Guru pembimbing memiliki tugas dan tanggung jawab dalam membantu siswa untuk mengatasi emosional mereka, baik dari dukungan psikologis atau membimbing peserta didik dalam mengembangkan keterampilan untuk mengelola emosi dengan baik. Guru pembimbing secara konseptual memiliki peran dalam membantu peserta didik untuk bisa berkembang secara optimal. Adapun tujuan nya agar peserta didik mampu memahami dirinya serta lingkungannya. Jika disederhanakan, seorang peserta didik diharuskan untuk memiliki kemampuan pengendalian emosi sedangkan untuk guru pembimbing sangat berperan dalam meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan emosi pada peserta didik (Nurhayani et al., 2023).

Pentingnya kestabilan emosi terhadap siswa pernah dikemukakan oleh Hariadi dan Mustakim dalam penelitiannya di siswa SMA Negeri Kota Mataram terkait hubungan kestabilan emosi dengan pengambilan keputusan karir. Mereka memaparkan bahwa dalam emosi yang tidak stabil akan menyebabkan gangguan emosional, cemas, dan setres. Dengan kata lain peserta didik tidak bisa mengendalikan dirinya dengan baik. Sama dengan apa yang penulis paparkan sebelumnya bahwa kestabilan emosi dibagi menjadi 2 bentuk, yakni positif yaitu yang cenderung tenang, percaya diri, dan tenang. Sedangkan untuk yang *negative* lebih kepada gugup, khawatir, dan depresi (Ahmad & Mustakim, 2022).

Kestabilan yang dimaksud adalah reaksi dari seseorang baik dari emosi atau fisik, karena menurutnya kestabilan emosi yang baik adalah bagaimana seseorang bisa memahami apa yang dirasakan dan bagaimana mengekspresikannya dengan tepat. Dalam penelitian yang dilakukan, berfokus pada aspek kestabilan emosi yang terdiri dari respon emosi, kematangan emosi, serta kontrol emosi. Kestabilan emosi maksudnya, kontrol emosi sesuai dengan lingkungan atau kondisi lapangan yang berhubungan dengan nilai-nilai, prinsip, yang seharusnya ditampilkan. Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam melakukan sebuah respon yang sesuai dengan tingkat perkembangannya yang berindikasi dengan adanya sebuah kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap stres, tidak khawatir, tidak cemas, dan tidak mudah marah.

Kestabilan emosi yang didapatkan dalam penelitian Hariadi dan Mustakim bahwa peserta didik bisa dikatakan memiliki emosi yang stabil apabila ia bisa berpikir serta bertindak secara realitas, seperti menyelsaikan segala permasalahan yang dihadapi

dengan tenang. Dengan emosi yang tenang dan stabil seperti itu, peserta didik bisa mengambil keputusan dengan cepat, tepat serta kepala dingin. Namun sebaliknya, jika peserta didik kurang mampu dalam mengelola emosi maka akan sulit mengambil keputusan, stres, mudah khawatir, mudah marah (Ahmad & Mustakim, 2022).

Kecerdasan emosional siswa memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar. Hal itu dikuatkan dengan pendapat dari Gardner bahwa kecerdasan otak (IQ) barulah sebatas syarat minimal meraih keberhasilan, namun kecerdasan emosional yang sesungguhnya mengantarkan seseorang menuju puncak prestasi. Terbukti banyak orang yang memiliki kecerdasan intelektual tinggi, kemudian terpuruk di tengah-tengah persaingan. Sebaliknya, banyak yang mempunyai kecerdasan intelektual biasa-biasa saja, justru sukses menjadi pengusaha sukses, dan pemimpin di berbagai kelompok (Aunurrahman, 2012).

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan di SD kelas 4 Matahati Nagreg, Kabupaten Bandung. Terdapat beberapa kasus peserta didik yang memiliki emosi yang tidak stabil. Diketahui hal ini disebabkan oleh faktor pertengkaran antar peserta didik seusianya. Hal seperti itu bisa menyebabkan emosi peserta didik menjadi tidak stabil, seperti menangis, tantrum, atau berkelahi satu sama lain. Terdapat juga kasus dimana peserta didik yang emosi memukul peserta didik lain tanpa pandang bulu, atau ia meluapkan emosinya karena ada permasalahan yang terjadi di keluarganya.

Indikasi ini memperjelas bahwa peserta didik di SD Matahati Nagreg khususnya kelas 4, masih kesulitan dalam menstabilkan emosi mereka sehingga kegiatan pembelajaran pun terhambat dan akan mengganggu akademis peserta didik itu sendiri. Seperti ada peserta didik yang emosinya tidak stabil pada lingkungan sosial, ada yang sulit dalam mengontrol diri karena tidak mendapatkan apa yang dia inginkan, ada pula yang tidak stabil emosi nya karena dihadapkan dengan situasi yang tidak di inginkan.

Masih banyak fenomena yang terjadi di masyarakat yang beranggapan bahwasannya manusia yang pintar adalah manusia yang mempunyai tingkat kecerdasan intelektual tinggi, sehingga anak-anak sejak kecil banyak yang telah diajarkan oleh kedua orang tuanya agar dapat mengembangkan kecerdasan intelektual sehingga ketika anak-anak tidak bisa berbicara dengan baik, sedangkan orang tuanya kurang memperhatian perkembangan kecerdasan emosional yang pada akhirnya menyebabkan berbagai masalah yang terjadi, diluar sana banyak kita temui orang-orang yang cerdas karirnya namun gagal dalam memulai sebuah keluarga, karena buruknya perilaku dan kurangnya motivasi dalam diri.

Peran guru pembimbing disini sangatlah diperlukan dalam memberikan pemahaman, memberikan bimbingan terhadap sikap yang terjadi pada peserta didiknya, agar mereka memahami dampak dari apa yang akan mereka dapatkan jika emosi mereka tidak stabil saat di sekolah atau luar sekolah. Seperti yang dilakukan oleh guru pembimbing dalam menenangkan emosi peserta didik yang tidak stabil. Guru pembimbing memberikan refleksi diri, open-ended questioning dari perilaku yang sudah dilakukan oleh peserta didik tersebut. Dan tidak hanya sampai situ, peran guru pembimbing juga terbantu dengan kurikulum merdeka yang mengharuskan mereka memahami karakteristik peserta didik secara individualistik. Sehingga guru pembimbing memiliki cara masing-masing dalam menangani setiap peserta didik yang ada. Namun tidak lepas dari teori *behavioristik*. Karena sesuai dengan kasus yang terjadi di lapangan, seorang peserta didik tidak mungkin

berubah emosinya secara tiba-tiba. Pasti ada faktor eksternal dari lingkungan yang mengubah emosi mereka sendiri.

Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Khoiratunnisa mengatakan bahwa kestabilan emosi adalah salah satu faktor yang sangat mempengaruhi bagaimana seseorang dalam mengendalikan dirinya. Jika dikaitkan dengan permasalahan yang dilakukan oleh peneliti, maka peran guru pembimbing selaku guru yang mengawasi siswa, sangatlah penting, (Seprina et al., 2022).

Maka dari itu, yang dimaksud dengan kestabilan emosi adalah keadaan dimana seseorang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya untuk tercapainya kesejahteraan dan kenyamanan dalam diri seseorang. Jika dilihat dari permasalahan emosional yang sudah penulis paparkan, penyelsaian yang harus dilakukan oleh guru pembimbing memerlukan kemampuan khusus serta identifikasi peserta didik agar emosi yang dialami oleh peserta didik bisa kembali stabil. Karena setiap peserta didik pastilah memiliki karakteristik yang berbeda, maka penanggulangannya pun berbeda (Ahmad, 2022).

Dalam penelitian kali ini, penulis ingin mengetahui bagaimana peran yang dimainkan oleh guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosi peserta didik SD kelas 4 Matahati Nagreg, Kabupaten Bandung. Dengan memahami tantangan yang dihadapi serta potensi solusi yang bisa dilakukan dan diterapkan terhadap peserta didik.

## A. METODE PENELITIAN

Menurut Rahardjo dikutip (Arifudin, 2023) bahwa metode penelitian merupakan salah satu cara untuk memperoleh dan mencari kebenaran yang bersifat tentatif, bukan kebenaran absolut. Hasilnya berupa kebenaran ilmiah. Kebenaran ilmiah merupakan kebenaran yang terbuka untuk terus diuji, dikritik bahkan direvisi. Oleh karena itu tidak ada metode terbaik untuk mencari kebenaran, tetapi yang ada adalah metode yang tepat untuk tujuan tertentu sesuai fenomena yang ada. Budiharto dikutip (Arifudin, 2020) bahwa pemilihan metode penelitian harus disesuaikan dengan penelitian yang sedang dilakukan agar hasilnya optimal.

Dalam rencana penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah beberapa guru pembimbing dan peserta didik SD kelas 4 Matahati Nagreg. Sedangkan objek penelitiannya adalah peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosi SD kelas 4 Matahati Nagreg. Adapun jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah berupa metode deskriptif. Menurut (Abduloh, 2020) bahwa kualitatif deskriptif adalah penelaahan dengan memusatkan diri secara intensif pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu permasalahan. Dalam penelitian ini, digunakan untuk menggali secara mendalam analisis peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa.

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor dalam (Delvina, 2020) menyatakan pendekatan kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut (Supriani, 2024) bahwa caranya dengan mentranskripsikan data, kemudian pengkodean pada catatan-catatan yang ada di lapangan dan diinterpretasikan data tersebut untuk memperoleh kesimpulan.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode penelitian lapangan (*field research*). Menurut (Rusmana, 2020) bahwa pendekatan ini disesuaikan dengan tujuan pokok penelitian, yaitu mendeskripsikan dan menganalisis mengenai analisis peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa. Sehingga dengan metode tersebut akan mampu menjelaskan permasalahan dari penelitian (Sofyan, 2021).

Bungin dikutip (Juhadi, 2020) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif kualitatif bertujuan untuk menggambarkan situasi, kondisi, atau fenomena sosial yang terdapat di masyarakat kemudian dijadikan sebagai objek penelitian, dan berusaha menarik realitas ke permukaan sebagai suatu mode atau gambaran mengenai kondisi atau situasi tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa.

Penentuan teknik pengumpulan data yang tepat sangat menentukan kebenaran ilmiah suatu penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Observasi, Wawancara dan Dokumentasi.

Teknik dapat dilihat sebagai sarana untuk melakukan pekerjaan teknis dengan hati-hati menggunakan pikiran untuk mencapai tujuan. Walaupun kajian sebenarnya merupakan upaya dalam lingkup ilmu pengetahuan, namun dilakukan untuk mengumpulkan data secara realistik secara sistematis untuk mewujudkan kebenaran. Metodologi penelitian adalah sarana untuk menemukan obat untuk masalah apa pun. Dalam hal ini, penulis mengumpulkan informasi tentang analisis peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa, artikel, jurnal, skripsi, tesis, ebook, dan lain-lain (Arifudin, 2021).

Karena membutuhkan bahan dari perpustakaan untuk sumber datanya, maka penelitian ini memanfaatkan penelitian kepustakaan. Peneliti membutuhkan buku, artikel ilmiah, dan literatur lain yang berkaitan dengan topik dan masalah yang mereka jelajahi, baik cetak maupun online (Supriani, 2023).

Mencari informasi dari sumber data memerlukan penggunaan teknik pengumpulan data. Amir Hamzah dalam (Sofyan, 2020) mengklaim bahwa pendataan merupakan upaya untuk mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan pokok bahasan yang diteliti. Penulis menggunakan metode penelitian kepustakaan untuk mengumpulkan data. Secara khusus, penulis memulai dengan perpustakaan untuk mengumpulkan informasi dari buku, kamus, jurnal, ensiklopedi, makalah, terbitan berkala, dan sumber lainnya yang memberikan pandangan peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa.

Lebih lanjut Amir Hamzah mengatakan bahwa pengumpulan data diartikan berbagai usaha untuk mengumpulkan fakta-fakta yang berkaitan dengan topik atau pembahasan yang sedang atau akan digali (Tanjung, 2020). Rincian tersebut dapat ditemukan dalam literatur ilmiah, penelitian, dan tulisan-tulisan ilmiah, disertasi, tesis, dan sumber tertulis lainnya. Menurut (As-Shidqi, 2024) bahwa pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai keadaan, menggunakan sumber yang berbeda, dan menggunakan teknik yang berbeda.

Observasi adalah bagian dari proses penelitian secara langsung terhadap fenomena-fenomena yang hendak diteliti (Sanulita, 2024). Dengan metode ini, peneliti dapat melihat dan merasakan secara langsung suasana dan kondisi subyek penelitian (Tanjung, 2019). Hal-hal yang diamati dalam penelitian ini adalah tentang analisis peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa.

Teknik wawancara dalam penelitian ini adalah wawancara terstruktur, yaitu wawancara yang dilakukan dengan menggunakan berbagai pedoman baku yang telah ditetapkan, pertanyaan disusun sesuai dengan kebutuhan informasi dan setiap pertanyaan yang diperlukan dalam mengungkap setiap data-data empiris (Waluyo, 2024). Kepala sekolah diwawancarai untuk mengetahui kebijakan dan strategi program peran kreativitas dalam membangun manajemen sekolah yang berkelanjutan di era digital ditinjau dari konsep, strategi, dan tantangan, sedangkan pendidik memberikan wawasan mengenai analisis peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa.

Dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data melalui dokumen atau catatan-catatan tertulis yang ada (Nuary, 2024). Dokumentasi berasal dari kata dokumen, yang berarti barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis, seperti buku-buku, majalah, notula rapat, dan catatan harian. Menurut Moleong dalam (Paturochman, 2024) bahwa metode dokumentasi adalah cara pengumpulan informasi atau data-data melalui pengujian arsip dan dokumen-dokumen. Lebih lanjut menurut (Rohimah, 2024) bahwa strategi dokumentasi juga merupakan teknik pengumpulan data yang diajukan kepada subyek penelitian. Metode pengumpulan data dengan menggunakan metode dokumentasi ini dilakukan untuk mendapatkan data tentang keadaan lembaga (obyek penelitian) yaitu analisis peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosional siswa.

Moleong dikutip (Damayanti, 2020) menjelaskan bahwa data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif yang terdiri atas reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun Syarifah et al dalam (Hoerudin, 2023) menjelaskan reduksi data dilakukan dengan menyaring informasi yang relevan, penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi yang sistematis, dan kesimpulan ditarik berdasarkan temuan penelitian. Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber, yakni membandingkan informasi dari para narasumber. Menurut Moleong dalam (Mayasari, 2023), triangulasi sumber membantu meningkatkan validitas hasil penelitian dengan membandingkan berbagai perspektif terhadap fenomena yang diteliti.

Menurut Muhamad dalam (Kartika, 2024) menyatakan bahwa analisis data merupakan kegiatan melakukan, mencari dan menyusun catatan temuan secara sistematis melalui pengamatan dan wawancara sehingga peneliti fokus terhadap penelitian yang dikajinya. Setelah itu, menjadikan sebuah bahan temuan untuk orang lain, mengedit, mengklasifikasi, dan menyajikannya. Teknik keabsahan data menggunakan teknik triangulasi meliputi teknik dan sumber. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman dalam (Mardizal, 2023) terdiri dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan.

## B. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data awal yang di dapatkan dari guru pembimbing menunjukkan bahwa terdapat 8 siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Delapan siswa menjalani perlakuan semester 1 dengan menggunakan konseling behavioral yang dipadukan dengan metode latihan asertif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Hasil yang diperoleh adalah dari 8 subjek, hanya 4 subjek yang dapat memenuhi kriteria ketuntasan di atas 55%, sedangkan 4 subjek tidak memenuhi kriteria ketuntasan.

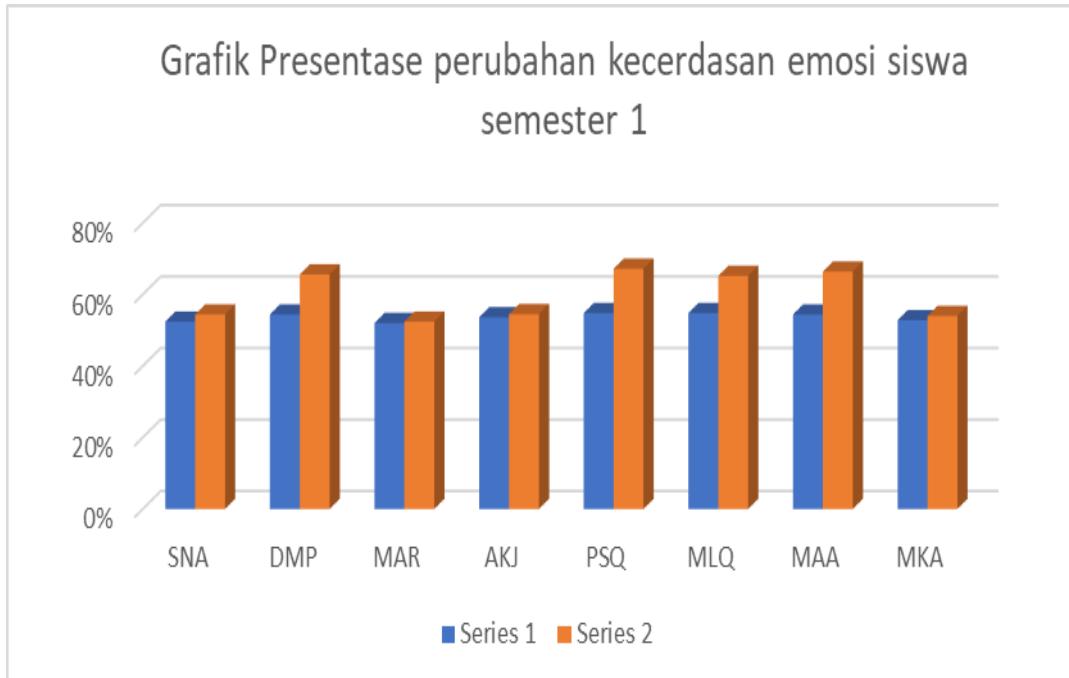
Setelah guru pembimbing yang di wawancara melihat hasil semester 1, maka kita akan melanjutkan perlakuan Semester 1 kepada 8 subjek dengan tujuan agar seluruh subjek terus meningkatkan kecerdasan emosionalnya dan memenuhi kriteria kelulusan yang telah ditentukan.

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada guru pembimbing, pada periode kedua, seluruh subjek mampu meningkatkan kecerdasan emosionalnya hingga mencapai lebih dari 55%. Selama periode tersebut saya menemukan bahwa rata-rata persentase awal naik dari 53,55% menjadi 59,9%, persentase adalah 11,8%. Peningkatan kecerdasan emosional siswa dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 1.1 Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa

No	Subjek	Pengamatan				Presentase Peningkatan	Keterangan		
		Awal		Semester 1					
		Skor	%	Skor	%				
1	SNA	131	52,4	136	54,4	3,82	Meningkat		
2	DMP	136	54,4	164	65,6	20,6	Meningkat		
3	MAR	128	52,2	131	52,4	2,34	Meningkat		
4	AKJ	134	53,6	136	54,5	1,49	Meningkat		
5	PSQ	137	54,8	168	67,2	22,6	Meningkat		
6	MLQ	137	54,8	163	65,2	19	Meningkat		
7	MAA	136	54,4	166	66,4	22,1	Meningkat		
8	MKA	132	52,8	135	54	2,27	Meningkat		
Rata-rata		53,55		59,95		11,8			

Berikut ini grafik peningkatan kecerdasan siswa semester 1:



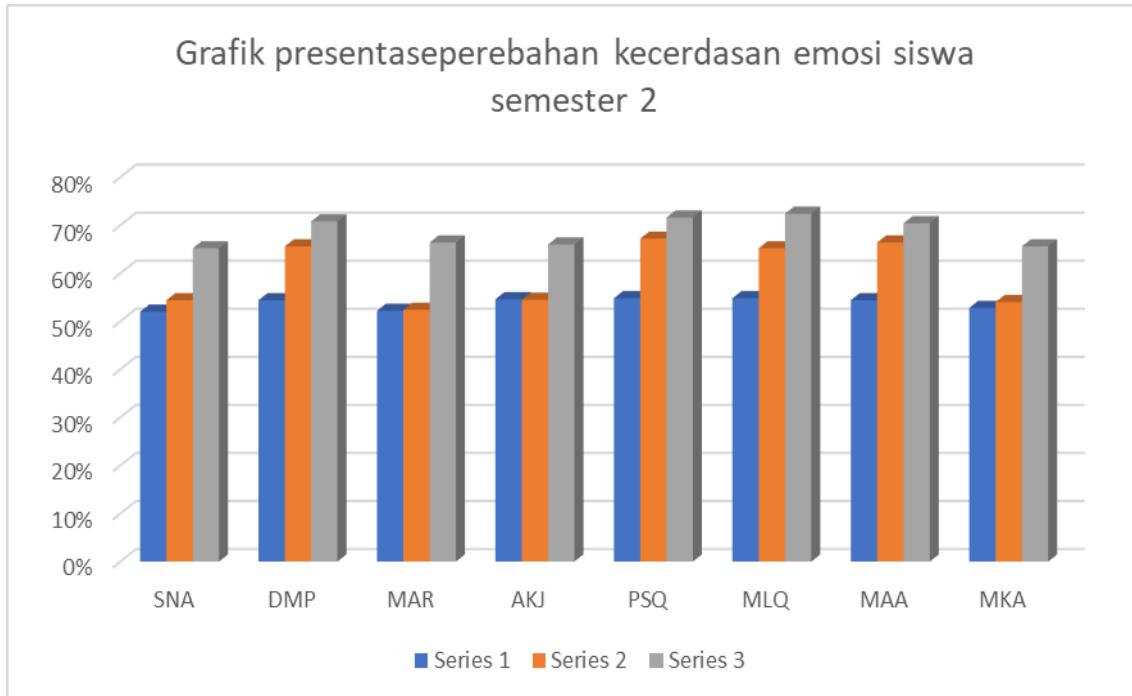
Grafik 1.1 Perubahan Kecerdasan Emosi Siswa Semester 1

Sedangkan pada semester 2 diketahui bahwa rata-rata presentase semester 2 adalah 59,9% meningkat menjadi 68,5% dan persentase peningkatannya adalah 15,1%. Peningkatan kecerdasan emosional siswa dapat dilihat pada tabel 02 berikut:

Tabel 1.2 Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa

No	Subjek	Pengamatan						Score	Presentase peningkatan	Keterangan			
		Awal		Semester I		Semester 2							
		Skor	%	Skor	%	Skor	%						
1	SNA	131	52,4	136	54,4	163	65,2	10,8	19,9	Meningkat			
2	DMP	136	54,4	164	65,6	177	70,8	5,2	7,93	Meningkat			
3	MAR	128	52,2	131	52,4	166	66,4	14	26,7	Meningkat			
4	AKJ	134	53,6	136	54,5	165	66	11,6	21,3	Meningkat			
5	PSQ	137	54,8	168	67,2	179	71,6	4,4	6,55	Meningkat			
6	MLQ	137	54,8	163	65,2	181	72,4	7,2	11	Meningkat			
7	MAA	136	54,4	166	66,4	176	70,4	4	6,02	Meningkat			
8	MKA	132	52,8	135	54	164	65,6	11,6	21,5	Meningkat			
Rata-rata		53,55		59,9		68,5		15,1					

Berikut ini grafik peningkatan kecerdasan siswa semester 2:



Grafik 1.2 Perubahan Kecerdasan Emosi Siswa Semester 2

Berdasarkan tabel dan grafik diatas, peningkatan kecerdasan emosional siswa ini disebabkan adanya keseriusan, motivasi, rangsangan dan fokus siswa dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini terlihat pada sikap dan perilaku siswa ketika mengikuti proses pengajaran. Data tersebut menunjukkan bahwa implementasi konseling behavioral dengan metode pendidikan yang asertif efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Seperti diketahui, kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penentu kesuksesan seseorang. Jika konseling behavioral diterapkan dengan benar dan baik disertai teknik latihan afirmatif dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa, maka hasilnya akan segera terlihat.

Aunurrahman dalam (Ulfah, 2019) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mampu melatih kemampuan untuk mengelola perasaan, kemampuan untuk memotivasi diri, kesanggupan dalam menghadapi permasalahan pribadi, mengendalikan emosi, serta mampu berempati dan bekerja sama dengan orang lain. Kecerdasan emosional berperan penting bagi siswa dalam mencapai keberhasilan belajar, sehingga dapat berprestasi di sekolah. Oleh karena itu, guru dan sekolah harus berupaya untuk mendorong siswa dalam mengembangkan diri dan mengembangkan kecerdasan emosional melalui berbagai cara.

Hal itu juga dijelaskan oleh (Goleman, 2005) bahwa tidak seperti IQ yang berubah hanya sedikit setelah melewati usia remaja, kecerdasan emosi lebih banyak diperoleh melalui belajar dari pengalaman sendiri, sehingga kecakapan kecakapan kita dalam hal ini dapat terus tumbuh. Menurut Goleman, kecerdasan intelektual (IQ) hanya berkontribusi 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% merupakan kontribusi faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) yakni mengatasi frustasi, kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatur suasana hati (Mood), mengontrol desakan hati, kemampuan bekerja sama serta berempati.

Orang yang cerdas tidak cukup untuk menyalurkan seluruh potensi intelektualnya tanpa disertai kecerdasan emosional yang cukup untuk menyalurkannya, karena semakin bagus suatu pekerjaan maka semakin penting peran kecerdasan emosional di bagi seseorang.

Faktor yang menentukan keberhasilan hidup seseorang bukan hanya kecerdasan intelektual (IQ) saja. Meskipun demikian, pemberian mengapa suka tampaknya adalah bahwa tidak setiap orang melihat sepenuhnya. Jika kita melihat dengan cermat, pada kenyataannya, sudut pandang apa yang paling sering mewarnai dan memutuskan irama kehidupan individu, benar-benar merupakan keadaan yang mendalam. Kemudian, setelah Howard Gardner mengemukakan hipotesisnya dalam hal Different Keen atau pengetahuan majemuk selain itu, Daniel Goleman mengasosiasikan tentang Kapasitas untuk memahami individu pada tingkat yang lebih dalam, jelas mengapa pengetahuan skolastik saja bukanlah hal utama yang menentukan pencapaian hidup individu. Karena individu tersebut bekerja dari berbagai kursus dalam kehidupan sehari-harinya. Memahami perasaan yang paling penting dalam kehidupan individu, atau setidaknya, perasaan menjadi sesuatu yang signifikan bagi semua orang untuk disadarkan, terutama oleh guru (Manizar, 2016).



Gambar 1.1 Pengembangan Kecerdasan Emosional Siswa

Adapun dalam penerapannya, guru pembimbing biasanya melakukan sebuah terapi untuk meredakan emosi peserta didik terlebih dahulu, setelah peserta didik tenang konseling behavior bisa diterapkan dengan benar yang disertai latihan afirmatif.



Gambar 1.2 Pengembangan Kecerdasan Emosional Siswa

Menurut Uno & Nina dalam (Kartika, 2023) menjelaskan bahwa Guru dalam proses belajar mengajar adalah orang yang memberikan pelajaran. Dalam kamus Bahasa Indonesia, guru diartikan sebagai orang yang pekerjaannya mengajar. Guru adalah salah satu komponen manusiawi dalam proses belajar mengajar, yang ikut serta dalam usaha pembentukan sumber daya manusia potensial di bidang pembangunan. Selain itu, guru juga merupakan semua orang yang berwenang dan bertanggung jawab untuk membimbing dan membina anak didik, baik secara individual maupun klasikal, di sekolah ataupun diluar sekolah.

Uzer Usman dikutip (Marantika, 2020) menjelaskan bahwa Guru telah mengurutkan berbagai macam usaha yang dilakukan sebagai komitmen. Tugas pendidik dalam lingkaran pendidikan adalah menempatkan dirinya sebagai orang tua berikutnya. Di mana ia harus menarik welas asih dan menjadi simbol anak-anak didiknya.

Pekerjaan dan kewajiban adalah dua hal yang tidak bisa diisolasi. Untuk membentuk pekerjaan, seorang individu harus memainkan tugas yang dia lakukan. Demikian pula seorang instruktur, untuk menunjukkan realitasnya sebagai seorang guru, maka ia harus menyelesaikan kewajibannya sebagai seorang pendidik. Dalam hal ini, (Uno & Lamatenggo, 2016) menjelaskan bahwa ada 7 peran guru yaitu:

1. Guru sebagai pendidik

Sebagai seorang pendidik yang baik bagi siswa dan keadaan mereka saat ini. Dengan demikian, guru harus memiliki pedoman khusus tentang karakteristik individu yang menggabungkan otonomi, kewajiban, disiplin, dan otoritas. Pendidik harus mencari tahu kualitas, etika, standar dan sosial yang berbeda, dan berusaha untuk bertindak sesuai dengan kualitas dan standar ini. Dalam pekerjaannya sebagai guru, seorang pendidik bertanggung jawab atas kegiatannya dalam pengalaman mengajar dan pendidikan di sekolah dan juga harus mengejar pilihan secara bebas dan bertindak sesuai dengan keadaan siswa dan keadaan mereka saat ini.

2. Guru sebagai pengajar

Guru sebagai pengajar harus terus mengikuti perbaikan inovatif sehingga apa yang diteruskan ke siswa adalah hal-hal yang terus diperbarui. Kemajuan permainan inovasi mengubah peran pendidik dari menunjukkan akuntabel dalam menyampaikan materi pembelajaran, menjadi fasilitator yang bertanggung jawab untuk memberikan kesederhanaan belajar. Hal ini dapat dibayangkan dengan alasan bahwa peningkatan inovasi mengarah pada bukubuku yang berbeda dengan biaya yang cukup rendah, dan siswa dapat belajar melalui web tanpa batasan realitas, belajar melalui TV, radio dan makalah yang tersedia di hadapan kita kapan pun.

### 3. Guru sebagai pembimbing

Guru sebagai pembimbing dapat dibandingkan dengan pemandu gerakan, yang mengingat wawasan dan pengalamannya yang dapat diandalkan sebagai tutor guru harus merencanakan tujuan dengan jelas, menggunakan arah perjalanan, mengatur jalan yang harus diambil, mengatur waktu perjalanan, dan mensurvei kesempurnaannya sesuai kebutuhan dan kapasitas siswa. Guru dan peserta didik harus memiliki kerja sama yang baik dalam setiap kegiatan yang dilakukan karena guru memiliki bertanggung jawab dan hak dalam setiap perjalanan yang dilaksanakannya dan direncanakan.

### 4. Guru sebagai pengarah

Guru adalah seorang pengarah untuk siswa dalam hal apa pun, untuk wali. Sebagai seorang kepala, pendidik harus memiliki pilihan untuk menunjukkan kepada siswa mereka dalam menangani berbagai masalah yang dilihat oleh siswa mereka dan pendidik juga diharapkan untuk mengoordinasikan siswa hanya dalam memutuskan, dan untuk menemukan kepribadian mereka dan siswa langsung dalam kemungkinan mereka yang berbeda sehingga siswa dapat membangun orang yang hebat untuk diri mereka sendiri dalam menghadapi yang tulus di mata publik.

### 5. Guru sebagai pelatih

Guru diharapkan dapat berperan sebagai mentor sehingga membutuhkan tindakan kemampuan, baik mesin maupun keilmuan dalam siklus pembelajaran dan instruktif. Pendidik berjalan sebagai mempersiapkan siswa dalam pengembangan kemampuan esensial sesuai dengan keterampilan dasar bahan standar, persiapan yang dilakukan juga harus memiliki pilihan untuk fokus pada perbedaan tunggal siswa dan keadaan mereka saat ini. Akibatnya, instruktur harus memiliki banyak informasi, terlepas dari apakah itu mencakup semua hal tanpa cela.

### 6. Guru sebagai motivator/pemberi dorongan dan inspirasi

Peran guru sebagai motivator diperlukan dalam latihan pembelajaran. Latihan mendidik dan belajar yang hebat yang dapat menarik perhatian yang sah bagi siswa, menyenangkan dan termasuk. Instruktur harus memiliki pilihan untuk mendesak siswa dan dukungan untuk menumbuhkan kemampuan siswa, mendorong jaminan diri dan inovasi. Upaya untuk membuat inspirasi untuk mendidik dan belajar harus dimungkinkan melalui bagian pembelajaran yang berfluktuasi yang berbeda. Selanjutnya, Sadirman dalam (Febrianty, 2020) bahwa inspirasi pendidik dalam mengajar harus terus dikembangkan dan digerakkan. Adapun menurut (Yestiani & Nabila, 2020) bahwa pengalaman mendidik dan mendidik akan menemukan kesuksesan dengan asumsi siswa di dalamnya memiliki inspirasi yang tinggi. Pendidik memainkan peran penting untuk mendorong inspirasi dan energi dalam siswa dalam pembelajaran.

Perasaan manusia adalah berbagai macam atau jenis, namun semua hal yang dipertimbangkan dapat dikumpulkan menjadi dua jenis, khususnya perasaan indah atau perasaan baik, dan perasaan tidak menyenangkan atau perasaan pesimistik. Beberapa tokoh mengemukakan tentang macam-macam emosi, antara lain menurut Descrates, emosi terbagi atas: *Hate* (benci), *Desire* (hasrat), *Wonder* (heran), *Sorrow* (sedih/duka), *Joy* (kegembiraan) dan *Love* (cinta). Sedangkan JB Watson dalam (Syofiyanti, 2024) mengemukakan tiga macam emosi, yaitu: *Rage* (kemarahan), *fear* (ketakutan) dan *Love* (cinta). Daniel Goleman dalam (Thalib, 2013) mengemukakan beberapa macam emosi yang tidak berbeda jauh dengan kedua tokoh di atas, yaitu:

- 1) Amarah: mengamuk, kejam, menghina, duka, marah, jengkel, kesal, antagonis, keras, marah, dan mungkin demonstrasi kebiadaban dan penghinaan.
- 2) Kesedihan: pedih, Sengsara, suram, sunyi, putus asa, memuji diri sendiri, sedih, menyesalkan, diberhentikan dan sangat putus asa.
- 3) Rasa takut: ketakutan, kegugupan, stres, kegelisahan, sensasi ketakutan sekali, siap, terganggu, terkejut, fobia atau alarm.
- 4) Kenikmatan: bahagia, ringan hati, puas, ceria, ringan hati, senang, tercengang, ceria, terlibat, tertarik, euforia.
- 5) Cinta: pengakuan, kepercayaan, persekutuan, kedekatan, cinta, kemurahan hati, kedekatan, bakti, hormat.
- 6) Terkejut: terkesiap, terkejut dan terpanah.
- 7) Jengkel: penghinaan, mual, penghinaan, penghinaan, penghinaan, penghinaan dan membenci.
- 8) Malu: mengerikan, kesal, tidak terhormat, aib dan keji.

Seperti yang telah dijelaskan, bahwa semua emosi menurut Goleman dikutip (Arifudin, 2024) bahwa pada dasarnya adalah motivasi untuk bertindak. Begitu luasnya bermacam-macam emosi mendesak orang tersebut untuk menjawab atau bertindak untuk dorongan saat ini. Dalam *the Nicomachea Ethics* pembahasan Aristoteles dikutip (Fardiansyah, 2022) bahwa secara filsafat tentang kebijakan, karakter, dan kehidupan yang tepat, ujinya adalah mendominasi keberadaan kita yang dekat dengan rumah tangga dengan wawasan. Keinginan ketika dipersiapkan dengan tepat akan memiliki pemikiran; keinginan mengarahkan penalaran, nilai, dan daya tahan kita. Namun, keinginan bisa tanpa banyak peregangan menjadi liar, dan itu sering berhasil.

Menurut Aristoteles dikutip (Kartika, 2020), masalahnya bukan tentang emosionalitas, melainkan tentang keramahan di antara perasaan dan pendekatan untuk berkomunikasi. Sementara itu, menurut Mayer dalam Goleman (Sinurat, 2022), individu umumnya akan tetap berpegang pada gaya normal dalam merawat dan mengalihkan emosi mereka, khususnya: penuh perhatian, tenggelam dalam masalah dan menyerah. Dengan melihat-lihat keadaan, setiap individu harus memiliki kapasitas untuk memahami orang-orang pada tingkat yang lebih dalam untuk membuat hidup lebih signifikan dan tidak membuat hidup sia-sia.

Semua emosi pada dasarnya adalah motivasi untuk bertindak. Begitu luasnya bermacam-macam perasaan mendesak orang tersebut untuk menjawab atau bertindak untuk dorongan saat ini. Dalam *the Nicomachea Ethics* pembahasan Aristoteles dikutip (Kartika, 2021) bahwa secara filsafat tentang kebijakan, karakter dan hidup yang benar, tantangannya adalah mendominasi kehidupan kita yang mendalam dengan pengetahuan. Nafsu, dengan asumsi bahwa persiapan yang tepat akan memiliki pemikiran; keinginan

mengarahkan penalaran, nilai, dan daya tahan kita. Namun, keinginan bisa tanpa banyak peregangan menjadi liar, dan itu sering berhasil.

### C. SIMPULAN DAN SARAN

Peran guru pembimbing dalam pengembangan sosial-emosional anak guru pembimbing memainkan peran sentral dalam membentuk perkembangan sosial dan emosional anak. Mereka memiliki tanggung jawab penuh dalam membimbing siswa dalam mengatasi masalah emosional dan sosial mereka. Tanpa bimbingan yang tepat, siswa mungkin mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan perkembangan mereka. Peran guru pembimbing adalah penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung untuk siswa, membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial, dan merespons dengan bijak terhadap perasaan dan emosi mereka. Kestabilan emosi memainkan peran krusial dalam membentuk kepribadian dan sikap sosial anak. Guru memiliki tanggung jawab untuk membantu siswa mengelola emosi mereka dengan baik agar mereka tidak terjerumus ke dalam perilaku negatif atau agresif. Melalui pendekatan behavioristik dan teknik seperti desensitisasi sistematis, latihan perilaku asertif, pengkondisian aversi, dan pembentukan perilaku model, guru dapat membantu siswa mengendalikan emosi mereka dengan lebih baik. Ini penting karena memiliki implikasi besar terhadap perkembangan pribadi, sosial, dan agama siswa. Dengan demikian, peran guru pembimbing dalam membimbing perkembangan sosial-emosional anak dan dalam mengelola kestabilan emosi sangatlah penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung bagi perkembangan siswa secara holistik. Penerapan konseling behavioral dengan metode latihan asertif efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Dari data yang disajikan, terlihat bahwa semua subjek mengalami peningkatan signifikan dalam kecerdasan emosional mereka dari semester pertama hingga semester kedua. Kestabilan emosi merupakan faktor penting dalam kesuksesan individu, dan pendidikan karakter dapat membantu dalam pengembangan kestabilan emosional. Faktor-faktor seperti perasaan aman, kepercayaan diri, pengendalian, dan harga diri mempengaruhi kestabilan emosi seseorang. Peran guru sangat penting dalam membantu meningkatkan kestabilan emosi peserta didik melalui motivasi, inspirasi, dinamisasi, dan evaluasi. Dalam menerapkan pendidikan karakter, strategi behaviorisme dapat digunakan oleh guru. Langkah-langkah seperti mengidentifikasi tujuan pembelajaran, menganalisis pembelajaran, mengembangkan bahan ajar, dan memberikan penguatan dapat membantu dalam mencapai hasil yang diinginkan dalam pengembangan kecerdasan emosional.

Saran dari peneliti untuk bisa meningkatkan peran guru pembimbing serta membantu peserta didik dalam mengelola kestabilan emosi dan adalah dengan melakukan pelatihan dan pengembangan keterampilan, melakukan kolaborasi dengan orang tua dan juga tim profesional lainnya, pengintegrasian materi tentang kestabilan emosi dalam kurikulum, penerapan teknik behavioristik dalam bimbingan, serta pengembangan hubungan antara guru dan juga peserta didik dengan baik. Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan peran guru pembimbing dalam membimbing perkembangan sosial-emosional peserta didik bisa lebih membantu mengelola kestabilan emosi mereka serta menciptakan lingkungan belajar yang positif dan juga mendukung bagi semua peserta didik.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyadari dalam penyusunan usulan penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu.

1. Orang tua tercinta
2. Civitas akademik Uninus
3. Ketua prodi Pendidikan Agama Islam S2 Uninus Bandung
4. Dosen pengajar mata kuliah Bimbingan Konseling untuk Kecerdasan
5. Guru pembimbing dan peserta didik SDIT kelas 4 Matahati Nagreg
6. Rekan-rekan seperjuangan S2 MPAI Uninus Bandung

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Abduloh, A. (2020). Effect of Organizational Commitment toward Economical, Environment, Social Performance and Sustainability Performance of Indonesian Private Universities. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 17(7), 6951–6973.
- Ahmad, H. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menegah Pertama. *Realita : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4495>
- Ahmad, H., & Mustakim. (2022). Hubungan Kesetabilan Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma Negeri Kota Mataram. *Realita : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v7i2.5888>
- Ali, M. Y., & Hidayat, T. (2016). Hubungan Kestabilan Emosi terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Studi pada Siswa Kelas X-1 SMAN 1 Senori, Tuban). *JPOK: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 04(01).
- Arifudin, O. (2020). PKM Pembuatan Kemasan Dan Perluasan Pemasaran Minuman Sari Buah Nanas Khas Kabupaten Subang Jawa Barat. *Aptekmas Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(2), 20–28.
- Arifudin, O. (2021). *Manajemen Pembiayaan Pendidikan*. Bandung : Widina Bhakti Persada.
- Arifudin, O. (2023). Pendampingan Meningkatkan Kemampuan Mahasiswa Dalam Submit Jurnal Ilmiah Pada Open Journal System. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 1(1), 50–58.
- Arifudin, O. (2024). Trends in Teaching Research with Technology in Indonesia. *Journal of Multidisciplinary Global*, 1(2), 107–116.
- As-Shidqi, M. H. (2024). Integrasi Pendidikan Manajemen Dengan Prinsip-Prinsip Tasawuf. *Al-Mawardi: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 83–95.
- Athik Hidayatul Ummah. (2021). *Komunikasi Korporat Teori Dan Praktis*. Bandung: Widina Media Utama.
- Aunurrahman. (2012). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Damayanti, F. (2020). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Karakteristik Individu Terhadap Kinerja Pegawai Bank BRI Syariah Kabupaten Subang. *ISLAMIC BANKING: Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Perbankan Syariah*, 6(1), 35–45.
- Darmadi, H. (2015). Tugas, peran, kompetensi, dan tanggung jawab menjadi guru profesional. *Jurnal Edukasi*, 13(2).

- Delvina, A. (2020). Governance and legal perspectives: Problems in the management of Zakat funds are used as collateral. *Journal of Advanced Research in Dynamical and Control Systems*, 12(6), 209–217. <https://doi.org/10.5373/JARDCS/V12I6/S20201023>
- Fardiansyah, H. (2022). *Manajemen Pendidikan (Tinjauan Pada Pendidikan Formal)*. Bandung: Widina Media Utama.
- Febrianty, F. (2020). *Kepemimpinan & Prilaku Organisasi Konsep Dan Perkembangan*. Bandung: Widina Bhakti Persada.
- Goleman, D. (2005). *Working with Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hasdiana, U. (2018). Pendekatan Behavioristik dalam Mengatasi Kenakalan Remaja. *Jurnal Pencerahan*, 12(2).
- Hoerudin, C. W. (2023). E-Learning as A Learning Media Innovation Islamic Education. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, 15(1), 579–594.
- Juhadi, J. (2020). Pendampingan Peningkatan Inovasi Produk Makanan Khas Subang Jawa Barat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(6), 1094–1106.
- Kartika, I. (2020). Implementasi Manajemen Berbasis Sekolah Dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Al-Amar*, 1(2), 137–150.
- Kartika, I. (2021). Upaya Mewujudkan Karakter Peserta Didik Pada Pembudayaan Kehidupan Beragama (Religious Culture) Di Sekolah. *Jurnal Al-Amar*, 2(2), 221–232.
- Kartika, I. (2023). Peran Pengawas Sekolah Dalam Meningkatkan Kinerja Guru Pendidikan Agama Islam (PAI) Di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Amar*, 4(1), 111–124.
- Kartika, I. (2024). Strategi Guru Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Amar*, 5(2), 171–187.
- Manizar, E. (2016). Mengelola Kecerdasan Emosi. *Tadrib*, 2(2), 1–11.
- Marantika, N. (2020). *Manajemen Humas Sekolah*. Bandung : Widina Bhakti Persada.
- Mardizal, J. (2023). Model Kepemimpinan Transformational, Visioner dan Authentic Kepala Sekolah dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan di Era 4.0. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2994–3003.
- Mayasari, A. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Nilai Melalui Pendidikan Agama Islam Dalam Membentuk Karakter Siswa. *Antologi Kajian Multidisiplin Ilmu (Al-Kamil)*, 1(1), 47–59.
- Nuary, M. G. (2024). Teacher Strategies In Instilling Nationalist Values In The Millennial Generation In The Technological Era. *International Journal of Teaching and Learning*, 2(4), 954–966.
- Nurhasanah, Aini Nasiton, J., Nelissa, Z., & Fitriani. (2021). Peranan Guru Kelas Sebagai Pembimbing Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Suloh*, 6(1).
- Nurhayani, Siregar, A., & Lubis, C. A. I. (2023). *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Pengendalian Emosi pada Siswa di SMP Swasta Budisatrya Medan*. 4(1).
- Paturochman, I. R. (2024). Pluralism And Multiculturalizm Education. *International Journal Of Society Reviews*, 2(3), 564–573.
- Rohimah, R. B. (2024). Madrasah's Contribution To The Empowerment Of The Village Community In Indonesia. *International Journal of Teaching and Learning*, 2(4), 1088–1101.

- Rusmana, F. D. (2020). Pengaruh Penempatan Karyawan Terhadap Efektivitas Kerja Pada PT Agro Bumi. *Value : Jurnal Manajemen Dan Akuntansi*, 15(2), 14–21.
- Sanulita, H. (2024). Analysis Of The Effectiveness Of Audio Visual Learning Media Based On Macromedia Flash Usage On School Program Of Increasing Student Learning Motivation. *Journal on Education*, 6(2), 12641–12650.
- Sanyata, S. (2012). Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling Abstrak Pendahuluan Teori dan Pendekatan Behavioristik. *Jurnal Paradigma*, 7(14).
- Seprina, C. A., Haq, A. L. A., & Hermahayu, H. (2022). Pengaruh Kestabilan Emosi Terhadap Manajemen Diri Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar Daring. *Borobudur Psychology Review*, 2(1). <https://doi.org/10.31603/bpsr.6988>
- Setiawati, E. (2021). *Media Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini*. Bandung : Widina Bhakti Persada.
- Sinurat, J. (2022). *Pengembangan Moral & Keagamaan Anak Usia Dini*. Bandung: CV Widina Media Utama.
- Sofyan, Y. (2020). Analisis Budaya Organisasi Dan Komitmen Organisasi Karyawan Bank Swasta Nasional Di Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, dan Akuntansi)*, 4(2), 73–87.
- Sofyan, Y. (2021). Pengaruh Kelas Sosial, Pengalaman dan Gaya Hidup terhadap Perilaku Penggunaan Kartu Kredit. *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, & Akuntansi)*, 5(1), 286–298.
- Solikhah, L. D. dkk. (2014). Psikodrama untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa SMK. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*, 2 (1), 2(August), 28–32.
- Supriani, Y. (2023). Pelatihan Pembuatan Ecobrick Sebagai Upaya Pengelolaan Sampah Plastik Di SDN 8 Metro Pusat. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 1(3), 340–349.
- Supriani, Y. (2024). Fasilitasi Kebutuhan Belajar Dan Berbagi Praktik Baik Pengawas Sekolah Ke Kepala Sekolah. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 2(1), 75–85.
- Syaparuddin. (2020). Peningkatan Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Kecerdasan Spiritual (SQ) Siswa Sekolah Dasar Negeri 4 Bilokka Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Diri Dalam Proses Pembelajaran PKn. *Mahaguru : Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 1–11.
- Syofiyanti, D. (2024). Implementation of the " Know Yourself Early" Material Sex Education for Children in Schools. *International Journal of Community Care of Humanity (IJCCH)*, 2(9).
- Tanjung, R. (2019). Manajemen Pelayanan Prima Dalam Meningkatkan Kepuasan Mahasiswa Terhadap Layanan Pembelajaran (Studi Kasus di STIT Rakeyan Santang Karawang). *Jurnal Ilmiah Manajemen, Ekonomi, & Akuntansi (MEA)*, 3(1), 234–242.
- Tanjung, R. (2020). Analisis Pengaruh Penilaian Kinerja Dan Kompensasi Terhadap Produktivitas Kerja Pada PDAM Kabupaten Karawang. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 10(1), 71–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.32502/jimn.v10i1.2719>
- Thalib, E. N. (2013). Hubungan Antara Prestasi Belajar Dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 13(2), 394–404.
- Ulfah, U. (2019). Peran Konselor Dalam Mengembangkan Potensi Peserta Didik. *Jurnal Tahsinia*, 1(1), 92–100. <https://doi.org/https://doi.org/10.57171/jt.v1i1.45>
- Ulfah, U. (2020). Implementasi Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dalam Kurikulum 2013. *Jurnal Tahsinia*, 1(2), 138–146.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.57171/jt.v1i2.189>
- Ulfah, U. (2021). Pengaruh Aspek Kognitif, Afektif, Dan Psikomotor Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. *Jurnal Al-Amar*, 2(1), 1–9.
- Ulfah, U. (2022). Peran Guru Dalam Upaya Pengembangan Bakat Dan Minat Peserta Didik. *Jurnal Al-Amar*, 3(1), 9–16.
- Uno & Lamatenggo. (2016). *Peran Guru Dalam Pembelajaran Aspek Yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Waluyo, A. H. (2024). Filsafat Perbedaan Dalam Konsep Yin-Yang. *Jurnal Ilmu Pendidikan (ILPEN)*, 3(2), 24–29.
- Wuwung, O. C. (2020). *Strategi Pembelajaran & Kecerdasan Emosional*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Yestiani & Nabila. (2020). Peran Guru Dalam Pembelajaran Pada Siswa Sekolah Dasar. *Fondatia : Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(1), 44–55.