

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK *ROLE PLAYING* UNTUK MENGENDALIKAN EMOSI MARAH SISWA DI SMPN 3 TAMAN SIDOARJO

Miftahul Amanah

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan

Email : (miftahulamanah@mhs.unesa.ac.id)

Dra. Titin Indah Pratiwi, MPd

Bimbingan dan konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan

Email : (titinindahpratiwi@unesa.ac.id)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan penerapan konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk mengendalikan emosi marah siswa kelas VIII di SMPN 3 Taman Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan eksperimen yakni *pre experimental one group pretest post test*. Dalam penelitian, peneliti menggunakan konseling kelompok teknik *role playing* dengan melibatkan siswa kelas VIII di SMPN 3 Taman Sidoarjo yang memiliki mengendalikan emosi marah rendah. Berdasarkan hasil analisis perhitungan angket mengendalikan emosi marah yang diberikan untuk menentukan subjek penelitian diperoleh 5 siswa yang memiliki skor mengendalikan emosi marah yang rendah. Kemudian diberikan perlakuan berupa konseling kelompok teknik *role playing* serta di akhir perlakuan diberikan *post test*. Berdasarkan hasil analisis *test statistic* uji *wilcoxon* dengan bantuan SPSS 22 diketahui *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,043. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan konseling kelompok teknik *role playing* dapat meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah siswa kelas VII SMPN 3 Taman Sidoarjo.

Kata Kunci : Mengendalikan Emosi Marah, Konseling Kelompok, Teknik *Role Playing*

The study aims to determine the effectiveness of the application of group counseling with role playing technique to control emotions of anger eighth grade students in country junior high school 3 taman sidoarjo. This kind of study is quantitative study which use experimental method namely pre experimental one group pretest post test. In research, researchers use role playing group counseling by involving eighth grade students in junior high school 3 Taman Sidoarjo that has low anger control. Based on the results of computation calculations controlling the emotional rage given to determine the subject for research by five students the one with the score controls the low emotional rage. They were then given treatment of role playing group counseling and at the end of a post test. Based on analysis of the wilcoxon statistical test results with the help software package used for statistical analysis (SPSS) version 22 known Asymp. Sig. (2-tailed) value 0,043. So the conclusion that the application of group counseling role playing technique can increase the ability to control emotions of anger eighth grade students in country junior high school 3 taman sidoarjo.

Key word : control emotions of anger, group counseling, role playing technique

PENDAHULUAN

Pada zaman yang semakin berkembang ini banyak remaja yang masih menempuh pendidikan sudah mempunyai perilaku yang sangat tidak wajar sehingga kurang mampu untuk bisa mengelola atau mengendalikan emosi mereka seperti pada beberapa kasus pertama yaitu seorang peserta didik yang mempunyai inisial AR 15 tahun peserta didik SMP di Kabupaten Bogor, Jawa Barat, tega membunuh teman sekelasnya, Vindi Desi 14. Teman yang sekelompok belajar dalam kelasnya tersebut meludahinya sehingga AR tersinggung (Tempo.co, 29 September 2013).

Menurut (Yusuf dan Nurihsan, 2005 :6) Bimbingan dan konseling yaitu pemberian bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik dengan tahap yang telah ditentukan , agar peserta didik mampu memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki. Selain itu pemberian bantuan juga melalui layanan konseling kelompok yang diharapkan mampu mengarahkan peserta didik agar memiliki stabilitas emosi yang merupakan agar peserta didik mampu mengendalikan emosi dengan baik, mengungkapkan emosi dengan tepat, mampu

menyelesaikan masalah tanpa menimbulkan adanya konflik, dan peserta didik mampu menyesuaikan perilaku serta perasaan yang diungkapkan pada lingkungan di sekitar.

Menurut Ali dan Asrori (2015 : 67-69) Remaja ada pada tahapan yang banyak mengalami masalah pertumbuhan dan perkembangan, yang khususnya menyangkut penting dengan penyesuaian diri remaja terhadap lingkungannya. Masalah yang sering terjadi pada perkembangan remaja ini yaitu perkembangan intelektual dan perkembangan emosional. Perkembangan emosional merupakan perkembangan yang ada pada diri setiap manusia dan perubahan emosi biasanya semakin cepat berkembang selama awal remaja. Masa remaja awal adalah masa dimana terjadinya fluktuasi emosi (naik-turun) yang intensitas waktunya lebih sering. Kontrol terhadap dirinya bertambah sulit dan mereka cepat marah dengan cara-cara yang kurang wajar sehingga muncul dalam reaksi yang kadang-kadang tidak wajar.

Dengan melalui observasi dan wawancara pada salah satu guru bimbingan dan konseling di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Taman Sidoarjo, dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling menyatakan bahwa dikelas VIII ada beberapa peserta didik yang kurang bisa berperilaku wajar dan kurang mampu untuk bisa mengendalikan emosi marah dari hasil catatan kasus guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut, dan diperoleh juga data bahwa kelas VIII memiliki banyak permasalahan tentang kemampuan mengendalikan emosi diri, terbukti dari data analisis angket kebutuhan peserta didik (AKPD) yang telah disebar di kelas VIII , Pada angket tersebut mencakup berbagai bidang yaitu bidang pribadi, bidang sosial, bidang pribadi, dan bidang karir. Dari beberapa bidang yang menunjukkan paling bermasalah salah satunya di bidang pribadi pada item nomor 9 yang menunjukkan prosentase 3,25 % , dari hasil tersebut dapat dikategorikan bermasalah. Banyak yang memilih item nomor 9 “ saya belum tahu cara mengendalikan emosi” terutama dari kelas VIII ada 18 peserta didik yang memilihnya. Jadi dapat disimpulkan dari penjelasan diatas bahwa peserta didik dikelas VIII banyak yang kurang bisa mengendalikan emosi mereka terbukti dari hasil wawancara oleh guru bimbingan dan konseling dan diperjelas dengan data dari angket kebutuhan peserta didik banyak yang memilih item nomor 9 yang berarti bahwa peserta didik memiliki kemampuan mengendalikan emosi yang rendah. Jadi, perlu untuk dilakukan bimbingan untuk peserta didik agar dapat meningkatkan kemampuannya untuk mengendalikan emosi marahnya.

Pada fenomena diatas yang telah dijelaskan dapat disimpulkan menurut (Goleman, 2002: 56) bahwa tingkah laku remaja tersebut dapat didasarkan pada perilaku remaja yang kurang bisa mengendalikan

emosi pada dirinya sendiri khususnya mengendalikan emosi marah, sehingga menimbulkan suatu perilaku yang kurang menyenangkan terhadap orang lain dan merugikan diri sendiri.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Betsaidah Riaty (2013) membuktikan bahwa meningkatkan kemampuan mengelolah emosi marah melalui layanan bimbingan kelompok teknik *role playing*. Ada pula penelitian yang dilakukan oleh Vrysha Novia Ningsih (2013) membuktikan bahwa Teknik *expressive writing* dapat meningkatkan pengelolaan emosi marah.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, Penulis menggambarkan salah satu upaya untuk mengatasi perilaku yang kurang wajar dan meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah yaitu dengan menggunakan teknik *role playing*. menurut Huda (2013:115) *Role playing* (bermain peran) merupakan model pembelajaran yang dapat membantu peserta didik menambahkan kemampuan untuk lebih mengenal perasaannya dan perasaan orang lain. Mereka memperoleh cara mencegah timbulnya perilaku yang tidak wajar sekaligus menanamkan perilaku positif dalam diri peserta didik seperti contoh dalam permainan perannya dan dapat menambahkan keterampilan untuk mengendalikan emosinya.

Berdasarkan paparan diatas dan fenomena yang telah ditemui, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “ Penerapan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing* untuk Mengendalikan Emosi Marah Peserta didik Kelas VIII di SMPN 3 Taman Sidoarjo”

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang akan diteliti, maka jenis penelitian yang sesuai untuk digunakan adalah eksperimen.. Penelitian eksperimen yaitu penelitian yang memberikan perlakuan kepada sekelompok peserta didik yang dijadikan subjek penelitian.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2015 : 07) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah di tetapkan.

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan “pre-experimental design” dengan jenis rancangan “one-group pretest-posttest design”.

Dimana menggunakan satu kelompok tanpa kelompok pembandingan. Langkah awal yang dilakukan adalah pengambilan data pre-test, untuk memperoleh data peserta didik tentang perilaku pengendalian emosi marah rendah, kemudian satu kelompok eksperimen akan diberikan treatment (perlakuan), kemudian akan dibandingkan hasil sebelum dan sesudah treatment.

$$O_1 \times O_2$$

Keterangan :

O_1 adalah nilai pretest sebelum diberikan konseling kelompok teknik *role playing* pada kelas VIII
 X adalah treatment yakni perlakuan berupa konseling kelompok teknik *role playing* pada kelas VIII
 O_2 adalah nilai posttest setelah diberikan konseling kelompok teknik *role playing* pada kelas VIII

Penelitian ini melakukan pengukuran atau penilaian sebanyak dua kali, yaitu pengukuran awal (*pretest*) yang dilakukan sebelum pemberian perlakuan (*treatment*) setelah didapat hasil dari *pretest* maka selanjutnya dianalisis untuk menentukan siswa yang mendapatkan hasil berupa mengendalikan emosi marah rendah untuk diberikan treatment berupa konseling kelompok teknik *Role playing*. Konseling kelompok teknik *Role playing* 7 kali pertemuan. Setelah berakhir pemberian *treatment* baru diberikan pengukuran akhir (*post test*). Pengukuran tersebut dilakukan untuk melihat adanya perbedaan sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok teknik *Role playing*.

Agar dapatkan hasil data yang sesuai dengan variabel penelitian, maka diperlukan teknik pengumpulan data. Untuk penelitian ini, menggunakan teknik pengumpulan data angket. Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa mengendalikan emosi marah.

Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian lanjutan dari pengumpulan data yang telah dilakukan, yaitu dengan mengolah segala data atau informasi yang telah terkumpul agar memiliki makna terutama untuk penelitian. Penelitian ini mempunyai tujuan yang akan dicapai yaitu untuk mengetahui apakah pemberian konseling kelompok teknik *role playing* mampu meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah siswa kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Taman Sidoarjo.

Untuk penelitian ini yang akan dilakukan adalah menguji perbedaan sebelum dan sesudah mendapat perlakuan atau treatment teknik *roleplaying*, dengan hal itu uji statistik *non parametric* yang digunakan yaitu uji *Wilcoxon*. *Wilcoxon* merupakan pengujian yang akan digunakan agar dapat mengetahui adanya perbedaan antara dua subyek penelitian dependen

yang berpasangan atau berkaitan dan digunakan sebagai alternative pengganti uji *Paired sample T Test* apabila data tidak berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang telah disajikan merupakan hasil dari pengukuran awal (*pretest*) dengan memberikan angket mengendalikan emosi marah yang bertujuan untuk mengetahui kondisi pertama siswa yang akan dijadikan subyek penelitian. *Pre-test* dilakukan pada tanggal 28-29 September 2018 dan *pretest* berupa angket mengendalikan emosi marah siswa yang diberikan kepada kelas VIII G dan VIII H di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Taman Sidoarjo berjumlah 66 siswa. Tujuan dari *pre-test* ini sendiri adalah untuk mengetahui skor kondisi awal pada siswa sebelum akan diberikan perlakuan. Setelah dilakukan pengisian angket oleh responden dan pengumpulan kembali, kemudian angket tersebut dihitung skornya sesuai dengan ketentuan. Selanjutnya untuk mengukur tingkat mengendalikan emosi marah siswa maka peneliti menggunakan tiga kategori, yakni kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah.

Kategori tinggi = (mean +1SD) sampai skor maksimal
 = (131,242+10,491) sampai skor maksimal
 = 141,733 sampai skor maksimal
 Kategori sedang = (mean – 1SD) sampai (mean + 1SD)
 = (131,242- 10,491) sampai (131,242+10,491)
 = (120,751) sampai (141,733)
 Kategori rendah = (mean – 1SD) sampai skor minimal
 = (131,242- 10,491) sampai skor minimal
 = 120,751 sampai skor minimal

Berdasarkan dari hasil data diatas dapat diketahui bahwa terdapat 10 siswa yang memiliki tingkat kategori tinggi, 51 siswa tingkat kategori sedang, 5 siswa tingkat kategori rendah. Dibawah ini merupakan kondisi awal 5 siswa sebelum mendapatkan treatment serta nantinya akan mendapatkan treatment berupa konseling kelompok teknik *role playing* yaitu :

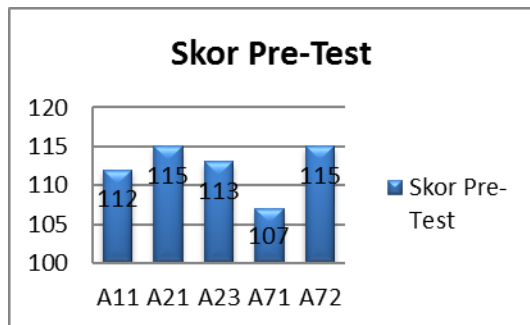
Tabel 1.

Hasil *pretest* 5 subyek penelitian

No	Kode Siswa	Skor	Kategori
1	A11	112	RENDAH
2	A21	115	RENDAH
3	A23	113	RENDAH
4	A71	107	RENDAH

5	A72	115	RENDAH
---	-----	-----	--------

Di bawah ini merupakan kondisi awal subyek penelitian sebelum diberikan perlakuan berupa konseling kelompok teknik role playing dalam bentuk diagram batang :



Grafik 1.
Hasil Pre-Test 5 subyek penelitian

Setelah melakukan pre-test dan memperoleh hasil analisa siswa yang masuk kategori rendah, maka selanjutnya peneliti memberikan perlakuan atau treatment yang diberikan kepada subyek penelitian yang memiliki pengendalian emosi marah rendah berupa konseling kelompok *role playing* yang dilakukan sebanyak 7 kali pertemuan., maka selanjutnya para konseli diminta untuk mengisi pengukuran akhir (*Post test*) berupa angket mengendalikan emosi marah dimana angket tersebut sama seperti pengukuran awal. Angket diberikan pada pertemuan akhir yaitu ada tanggal 24 oktober 2018. Berikut hasil pengukuran akhir (*post test*) :

Tabel 2.
Hasil pengukuran akhir (*post test*) 5 subyek penelitian

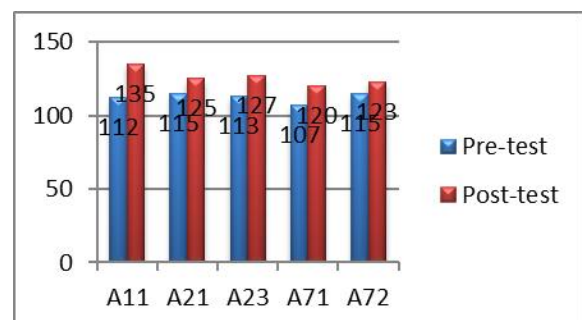
NO	Kode Siswa	SKOR	KATEGORI
1.	A11	135	SEDANG
2.	A21	125	SEDANG
3.	A23	127	SEDANG
4.	A71	120	SEDANG
5.	A72	123	SEDANG

Untuk mengetahui perbedaan skor yang diperoleh oleh konseli sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok teknik role playing disajikan tabel di bawah ini:

Tabel 3.
Hasil pre test dan post test mengendalikan emosi marah

NO	Kode Siswa	Hasil Pre-test	Hasil Post-test	Keterangan
1	A11	112	135	MENINGKAT
2	A21	115	125	MENINGKAT
3	A23	113	127	MENINGKAT
4	A71	107	120	MENINGKAT
5	A72	115	123	MENINGKAT

Grafik 2. Hasil pretest dan post test 5 subyek penelitian



Dari tabel serta grafik dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan hasil skor, dari yang sebelum perlakuan

mendapatkan skor kategori rendah setelah diberikan perlakuan meningkat mendapatkan skor sedang.

Analisis Individu

a. A11

Berdasarkan hasil pre-test mengendalikan emosi marah subjek A11 mendapatkan skor 112 yang termasuk dalam kategori rendah. Kurangnya kemampuan mengendalikan emosi marah subjek A11 ini yaitu sulit memaafkan orang yang membuatnya marah. Dengan bantuan konselor, A11 melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Setelah melakukan penerapan tersebut sedikit demi sedikit meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Hal ini ditunjukkan dengan skor dari 112 menjadi 135.

Tabel 4.

Hasil pre-test dan hasil post-test subjek A11

Sebelum diberikan perlakuan	Sesudah diberikan perlakuan
A11 menjelaskan mengenai kurang bisa dia bisa memaafkan orang lain yang membuat dia marah dengan mudah dan dia mudah sekali marah. Oleh sebab itu banyak teman temannya yang kurang suka dengan dirinya. Teman temannya bilang kalau dia judes , padahal dia bercerita “memang begini wajah saya bu”. Dia ingin sekali belajar bagaimana bisa memaafkan dengan mudah dan bisa mengendalikan emosinya.	Setelah melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran yang dimulai dari penentuan peran. Dimana A11 mendapatkan peran sebagai Fiza pada skenario 1, disini sosok fiza sebagai siswa yang pandai tapi pemarah, namun masih setia kawan sama halnya yang diceritakan oleh A11 kalau dia mudah marah. Dari cerita yang diperankan A11, dia merasakan apa yang dia rasakan setiap harinya, kemudian pada cerita tersebut dia diberi nasihat untuk lebih bersabar dan meminta maaf dan bertanya ada salah apa dia kepada orang yang telah mengejeknya takutnya ada salah paham. A11 paham dan akan menerapkannya

kepada teman yang menganggapnya judes, dan dia mulai paham arti bersabar.

Pada skenario 2 , A11 mendapatkan peran sebagai Riris, dia adalah siswa yang tomboy yang sombong dan kaya. Dia selalu dikerjain abduh dan rudi untuk dimintai uang pajak, karena dia kaya maka dia selalu berbangga diri sampai dia tidak pernah belajar dan sering keluar berkumpul dengan gengnya, sampai akhirnya dia berada pada peringkat terakhir dikelasnya. Kemudian dia sadar dan merubah tingkahnya yang sombong. Pada evaluasi skenario ke 2, A11 mengambil pelajaran kalau bertingkah sombong itu bisa membuat orang lain marah dan merugikan diri sendiri.

b. A21

Berdasarkan hasil pre-test mengendalikan emosi marah subjek A21 mendapatkan skor 115 yang termasuk dalam kategori rendah. Kurangnya kemampuan mengendalikan emosi marah subjek A21 ini yaitu terkadang melukai orang yang membuatnya marah. Karena dia membalas dengan spontan orang yang membuatnya marah. Dengan bantuan konselor, A21 melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Setelah melakukan penerapan tersebut sedikit demi sedikit meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Hal ini ditunjukkan dengan skor dari 115 menjadi 125.

Tabel 5.

Hasil pre-test dan hasil post-test subjek A21

Sebelum diberikan perlakuan	Sesudah diberikan perlakuan		
A21 menjelaskan kalau dia adalah anak yang di didik dengan keras dan kalau dia salah dia akan dipukul oleh orang tuanya, sehingga kalau dia dibuat marah temannya dia akan spontan melukai atau memukul. Dia ingin mengendalikan tingkahnya yang kasar tersebut agar tidak sama seperti orang tuanya. Karena tingkahnya ini dia kurang mempunyai teman, dia dikelas banyak yang memusuhi.	Setelah melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran atau <i>role playing</i> . Dimana pada skenario 1, A21 mendapatkan peran sebagai Ari. Ari adalah siswa yang suka mengejek dan egois . pada cerita skenario 1 sosok ari adalah siswa yang suka mengejek teman temannya apabila teman temannya membuat kesal ari, dan teman satu kelas banyak yang tidak suka dengan tingkahnya ari. Ditambah sosok ari disini suka mencontek sehingga membuat temannya yang bernama fiza sering menyindir ari. Pada suatu hari ari ditegur dan dinasehati temannya, dan ditanyai alasannya mengapa ari seperti itu. Akhirnya ari pun sadar kalau tingkahnya salah. Dari cerita dan peran yang diperankan oleh A21 , dia dapat memahami kalau dia masih bertingkah spontan maka dia tidak akan disukai oleh teman temannya dan akan djauhi.		Pada skenario 2 , A21 mendapatkan peran sebagai Rudi, dia adalah siswa yang kasar dan suka meminta uang ke teman temannya. Rudi siswa yang sok jagoan meminta uang teman temannya untuk membolos kalau tidak dikasih rudi akan marah dan kasar. Suatu hari rudi mendapatkan surat panggilan orang tua karena seringnya membolos untuk bermain game diwarung game bersama temannya abduh. Sehingga rudi mulai merubah tingkahnya yang suka membolos dan meminta uang teman temannya karena kalau sekali lagi membolos, rudi akan dikirim orangtuanya ke pondok pesantren. Dari peran yang diperankan oleh A21, dia mendapatkan pelajaran bahwa bersikap jagoan dan membolos akan merugikan dirinya sendiri tidak mendapatkan manfaat apapun.

c. A23

Berdasarkan hasil *pre-test* mengendalikan emosi marah subjek A23 mendapatkan skor 113 yang termasuk dalam kategori rendah. Kurangnya kemampuan mengendalikan emosi marah subjek A23 ini yaitu sulit untuk menerima maaf dari orang lain. Karena dia sulit menerima maaf dari orang lain yang membuat marah, dia pun juga sulit untuk meminta maaf. Dengan bantuan konselor, A23 melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Setelah melakukan penerapan tersebut sedikit demi sedikit meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Hal ini ditunjukkan dengan skor dari 113 menjadi 127.

Tabel 6.
Hasil pre-test dan hasil post-test subjek A23

Sebelum diberikan perlakuan	Sesudah diberikan perlakuan
A23 menjelaskan mengenai kurang dapat memaafkan orang lain yang membuat dia marah dengan mudah dan dia mudah sekali marah. Teman temannya bilang kalau dia siswa yang ceria tapi sekali ada yang membuatnya marah maka dia akan diam dan tidak mau berbicara dengan orang yang membuat dia marah tersebut. Dia ingin sekali belajar bagaimana berbicara langsung dengan orang yang membuat dia marah. Dia ingin bisa memaafkan dengan mudah dan bisa mengendalikan emosinya.	Setelah melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran atau <i>role playing</i> . Dimana pada skenario 1, A23 memerankan Nadya. Nadya merupakan siswa yang baik hati dan perhatian terhadap temannya. Pada cerita ini nadya seorang siswa yang sering menjadi tempat curhat temannya. Nadya dengan seksama mendengarkan curhatan para temannya dan memberikan nasihat yang positif. Dari peran yang diperankan oleh A23, dia mendapatkan pelajaran bahwa bersikap baik hati dan perhatian akan menguntungkan diri sendiri dan banyak teman. Pada skenario 2, A23

mendapatkan peran sebagai Vera, dia adalah siswa yang sombong karena dia anak orang kaya. Dia dan temannya yang bernama Riris selalu dikerjain abduh dan rudi untuk dimintai uang pajak, karena dia kaya maka dia selalu berbangga diri sampai dia tidak pernah belajar dan sering keluar berkumpul dengan Riris yang satu geng, sampai akhirnya dia berada pada peringkat terakhir dibawah Vera dikelasnya. Kemudian dia sadar dan ingin merubah tingkahnya yang sombong. Pada evaluasi skenario ke 2, A23 mengambil pelajaran kalau bertingkah sombong itu bisa membuat orang lain marah dan banyak merugikan diri sendiri.

d. A71

Berdasarkan hasil *pre-test* mengendalikan emosi marah subjek A71 mendapatkan skor 107 yang termasuk dalam kategori rendah. Kurangnya kemampuan mengendalikan emosi marah. Dengan bantuan konselor, A71 melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Setelah melakukan penerapan tersebut sedikit demi sedikit meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Hal ini ditunjukkan dengan skor dari 107 menjadi 120.

Tabel 7.
Hasil pre-test dan hasil post-test subjek A71

Sebelum diberikan perlakuan	Sesudah diberikan perlakuan
A71 menjelaskan	Setelah melakukan

mengenai dirinya yang mudah sekali marah dan mudah sekali sedih. Dia bingung bagaimana caranya mengendalikan emosi agar tidak mudah marah kepada teman dan orang-orang terdekatnya. Dia kesulitan mengungkapkan kesalahan temannya yang merugikan dirinya.	penerapan konseling kelompok teknik bermain peran atau <i>role playing</i>. Dimana pada skenario 1, A71 memerankan Andriani. Dia merupakan seorang guru yang sabar dan disiplin. Konselor memberikan peran guru yang sedikit dialognya agar A71 dapat mengamati teman temannya berdialog berperan dengan watak yang berbeda-beda. Pada evaluasi skenario 1 ini, A71 mendapatkan cara bagaimana mengungkapkan kesalahan teman tanpa menggunakan emosi marah. Pada skenario 2, A71 mendapatkan peran sebagai Abduh, dia adalah siswa yang kasar dan suka meminta uang ke teman temannya. Abduh merupakan teman karib dari Rudi yang sama-sama suka membolos. Abduh siswa yang sok jagoan meminta uang teman temannya untuk membolos kalau tidak dikasih Abduh akan marah dan kasar. Suatu hari Abduh dan Rudi dipanggil untuk diberikan surat panggilan orang tua mereka. Abduh tidak tega ketika orang tuanya menangis didepan guru nya dan itu membuat Abduh ingin merubah tingkahnya yang nakal menjadi baik agar orang tuanya tidak menangis lagi. Pada evaluasi skenario 2 ini A71 mengungkapkan kalau yang didapatkan dari cerita tersebut adalah jangan membuat orang tua kita bersedih.
--	---

e. A72

Berdasarkan hasil pre-test mengendalikan emosi marah subjek A72 mendapatkan skor 115 yang termasuk dalam kategori rendah. Kurangnya kemampuan mengendalikan emosi marah subjek A72 ini yaitu dendam dengan perlakuan kasar yang membuatnya marah. Kurangnya kemampuan mengendalikan emosi marah subjek A72. Dengan bantuan konselor, A72 melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah. Setelah melakukan penerapan tersebut sedikit demi sedikit meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi marah.

Tabel 8.
Hasil pre-test dan hasil post-test subjek A72

Sebelum diberikan perlakuan	Sesudah diberikan perlakuan
A72 menjelaskan kalau dirinya kurang suka dengan perlakuan temannya yang kasar itu membuat dia akan mudah marah. Ini didukung dengan pemilihan salah satu item angket yang menyatakan dendam dengan perlakuan kasar orang yang membuat marah itu dijawab dengan pilihan sangat setuju.	Setelah melakukan penerapan konseling kelompok teknik bermain peran atau <i>role playing</i>. Dimana pada skenario 1, A72 memerankan Aslam. Aslam merupakan teman sebangku Ari yang selalu sabar menasihati Ari apabila dia salah. Aslam terkadang tersinggung dengan sindiran fiza yang sebenarnya untuk Ari. Kemudian Aslam bercerita dengan nadya, nadya memberikan masukan agar aslam tidak mudah tersinggung jika dilakukan. Aslam pun memikirkan masukan dari nadya dan mulai sekarang yang harus dilakukannya adalah cuek dengan sindiran yang tidak membangun. Kemudian konselor menanyakan kepada A72 apa yang didapatkan dari cerita dan peran yang diperankannya, dan A72 mendapatkan pelajaran kalau tidak semua omongan orang harus didengarkan dan diperhatikan. Pada skenario 2, A72 mendapatkan peran sebagai Dante, dia adalah siswa

	yang bijaksana serta baik hati mau menolong Abduh dan Rudi untuk berubah menjadi yang lebih baik lagi. Mereka sering belajar kelompok dan Dante yang membantu abdu dan rudi belajar. Dante ingin menolong karena dia mempunyai pemikiran kalau orang kasar tidak akan selamanya berbuat kasar dan bisa dirubah. Kemudian konselor menanyakan kepada A72 apa yang didapatkan dari cerita dan peran yang diperankannya. A72 menyimpulkan cerita dan perannya yaitu semua orang bisa berubah bilah ada kemauan dan keinginan dari dalam diri dan sebaiknya bertingkah kasarjangan dilakukan .
--	---

Setelah mendapat data dari hasil pretest dan post test selanjutnya adalah dianalisis menggunakan uji Wilcoxon menggunakan bantuan SPSS versi 22 dan didapatkan hasil sebagai berikut.

Test Statistics^a

	Post Test - Pre Test
Z	-2.023 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan test statistic diatas diketahui Asymp. Sig. (2- tailed) bernilai 0,043. Karena nilai $0,043 < 0,05$ maka dapat disimpulkan H1 diterima. Artinya terdapat peningkatan pengendalian emosi marah siswa kelas VIII di SMPN 3 Taman Sidoarjo setelah diberikan konseling kelompok role playing

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini dilakukan untuk menguji apakah penerapan teknik *role playing* pada konseling kelompok dapat mengendalikan kemampuan emosi marah siswa. Peneliti melakukan pre-test kepada 66 siswa dan memperoleh 5 siswa yang memiliki tingkat mengendalikan emosi marah rendah yang menjadi

subjek penelitian. Kemudian 5 siswa ini diberikan perlakuan berupa penerapan penerapan teknik role playing dalam konseling kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan mengendalikan emosi marah siswa. Setelah diberikan perlakuan subjek diberikan post-test untuk mengetahui perbedaan hasil pre-test dan post-test sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan.

Berdasarkan output “Test Statistics” diatas dapat diketahui yaitu Asymp. Sig. (2- tailed) bernilai 0,043. Karena nilai $0,043 < 0,05$ jadi disimpulkan bahwa H1 diterima. Yang merupakan terdapat peningkatan pengendalian emosi marah siswa kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Taman Sidoarjo setelah diberikan konseling kelompok role playing. Sehingga dapat dikatakan bahwa “Penerapan Konseling Kelompok Teknik Role Playing Dapat Mengendalikan Emosi Marah Siswa Kelas VIII Di SMPN 3 Taman Sidoarjo.”

Saran

Dari penelitian yang dilakukan, peneliti dapat memberikan saran yaitu :

1. Bagi guru bimbingan dan konseling

Dapat memberikan bekal dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling baik kelompok maupun individual menggunakan teknik role playing untuk mengendalikan emosi marah siswa.

2. Bagi pihak sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi bahan masukan kedepannya bagi bimbingan dan konseling di sekolah.

3. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu referensi peneliti lain untuk penelitian lebih lanjut berkaitan dengan mengendalikan emosi marah siswa menggunakan konseling kelompok teknik role playing.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta :Rineka Cipta.

Asrori & Ali. 2015. *Psikologi remaja : perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.

Azwar, Saifuddin. 2016. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Djarwanto. 2003. *Statistik Nonparametrik*. Yogyakarta: BPFE.

Goleman Daniel. 2002. Alih Bahasa T. Hermaya. *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang*

Kehidupan. Edisi Kelima. Terjemahan Istiwardayanti. Jakarta: Erlangga.

Kumanto, Edi. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung: CV Alfabeta.

Latipun.2015.*Psikologi Konseling*. (Edisi Keempat).
Malang : UMM Press.

Huda Miftahul. 2013.*Model – model Pengajaran dan Pembelajaran*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Nuraini.2013.*Emosi,Marah, dan Pengendalian Diri*,
(online),
(<https://nuraini184.wordpress.com/2013/10/15/emosimarah-dan-pengendalian-diri>). Diakses Tanggal : 23 Januari 2018).

Safaria & Saputra. 2012. *Manajemen Emosi*. Jakarta:
Bumi Aksara.

Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) UU RI No
20 Tahun 2003

Sugiyono. 2015.*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatifdan R&D*. Bandung: Alfabeta

Tribunnews.2013. *Siswi SMK Ditusuk Pacar Karena Ngaku Hamil*,
(online),
(<http://wartakota.tribunnews.com/detil/berita/166744/siswi-smk-ditusuk-pacar-karena-ngaku-hamil>). Diakses :
23 Januari 2018)

Tempo.co.2013. *Diludahi Siswa SMP Membunuh Teman Sekelas*,
(online),
(<http://www.tempo.co/read/news/2013/09/04/064510084/Diludahi-Siswa-SMP-Bunuh-Teman-Sekelas>).
Diakses Tanggal : 23 Januari 2018)

