YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v5i4.5788

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KEMANDIRIAN EMOSIONAL SISWA

The Influence of Group Counseling on Students' Emotional Independence

Nadia Ramadhanis[1], Tri Umari[2], Khairiyah Khadijah[3]
Universitas Riau
nadia.ramadhanis4501@student.unri.ac.id; tri.umari@lecturer.unri.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 12, 2025	Apr 26, 2025	May 9, 2025	May 16, 2025

Abstract

Adolescence is a developmental phase that is vulnerable to both internal and external emotional pressures, which often results in low emotional independence. Preliminary findings at SMP Negeri 2 Teluk Kuantan revealed students with high levels of dependency when facing personal and social problems. This study aims to examine the effect of group counseling services on improving students' emotional independence. A quantitative approach was used with a one-group pretest-posttest experimental design. The research subjects consisted of nine students purposively selected based on criteria of low emotional independence. Instruments included an emotional independence questionnaire and an observation sheet, both of which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using descriptive statistics and N-gain test with the assistance of SPSS version 23. The results showed that group counseling services had a positive impact on increasing students' emotional independence, with an average N-gain score of 0.47, categorized as moderate improvement. These findings indicate that group counseling is effective as an

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

intervention strategy to develop students' emotional independence. The implications of this study highlight the importance of optimizing the role of guidance and counseling teachers in designing and implementing services that support students' emotional development in an independent and adaptive manner.

Keywords: Group Counseling; Emotional Independence; Adolescence; Psychological Intervention; School Counseling

Abstrak: Masa remaja merupakan fase perkembangan yang rentan terhadap tekanan emosional internal maupun eksternal, sehingga sering kali berdampak pada rendahnya kemandirian emosional. Temuan awal di SMP Negeri 2 Teluk Kuantan menunjukkan adanya siswa dengan tingkat ketergantungan tinggi dalam menghadapi masalah pribadi dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kemandirian emosional siswa. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain eksperimen one group pretest-posttest. Subjek penelitian terdiri atas sembilan siswa yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria tingkat kemandirian emosional yang rendah. Instrumen yang digunakan meliputi angket kemandirian emosional dan lembar observasi yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan uji statistik deskriptif dan uji N-gain dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 23. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh positif terhadap peningkatan kemandirian emosional siswa, dengan nilai rata-rata N-gain sebesar 0,47 yang tergolong dalam kategori peningkatan sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa bimbingan kelompok efektif sebagai strategi intervensi untuk mengembangkan kemandirian emosional siswa. Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya optimalisasi peran guru bimbingan dan konseling dalam merancang dan melaksanakan layanan yang mendukung perkembangan emosional siswa secara mandiri dan adaptif.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok; Kemandirian Emosional; Remaja; Intervensi Psikologis; Konseling Sekolah.

PENDAHULUAN

Pekembangan zaman yang begitu sangat cepat akan memiliki dampak yang banyak mulai dari dampak sosial, ekonomi, maupun budaya. Perubahan-perubahan tersebut tentunya akan menimbulkan tantangan baru yang akan dihadapi. Setiap manusia yang dilahirkan dalam kondisi yang tidak berdaya, ia akan bergantung kepada orang tua dan orang yang ada disekitar lingkungannya hingga waktu tertentu. Seiring dengan berlalunya waktu dan perkembangan selanjutnya ia akan melepaskan diri dari ketergantungannya kepada orang tua ataupun orang lain di lingkungan sekitarnya dan belajar untuk mandiri.

Masa remaja merupakan masa dimana terjadinya transisi dari masa ketidakmatangan anak-anak menuju kematangan di masa dewasa (Santrock, 2003). Remaja adalah usia individu

yang sedang tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang matang secara fisik dan psikologis. Dalam masa perkembangannya, remaja penuh dengan berbagi perasaan yang tidak menentu, cemas, bingung, dan juga berkecamuk harapan, tantangan kesenangan dan kesangsaraan.

Masa remaja adalah masa yang sangat rentan dengan permasalahan-permasalahan yang muncul, baik permasalahan yang muncul dari dalam maupun dari luar. Di lain sisi remaja mau tidak mau harus berhadapan dengan permasalahan bagaimana mewujudkan cita-citanya. Oleh karena itu, remaja dituntut untuk bisa menyelesaikan tantangan atau masalah ini dengan mandiri.

Pada masa remaja awal biasanya berlangsung hanya dalam waktu relatif singkat. Masa ini ditandai oleh sifat-sifat negatif pada remaja sehingga seringkali masa ini disebut masa negatif dengan gejala tidak tenang, kurang suka bekerja, pesimistik dan lain sebagainya. Secara garis besar sifat-sifat negatif tersebut sebagai berikut, a) negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun prestasi mental; b) negatif dalam bersikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat maupun dalam bentuk agresif terhadap masyarakat (Yusuf, 2017).

Menurut Clemes dkk (dalam Uzlifatul, 2019), anak memasuki masa remaja dengan berbagai sikap, perasaaan, keterampilan dan ketergantungan atas kehidupan awalnya. Maka diharapkan remaja akan keluar dari tahap masa anak-anak dengan kesiapan penuh untuk menanggulangi sebagai orang yang bertanggung jawab dalam dunia orang dewasa. Banyak remaja yang menghabiskan sebagian dari puluh tahun pertama yang mengisi keterampilan, pengetahuan diri, dan kepercayaan diri.

Menurut Elida Prayitno (dalam Sitohang, 2019), tugas-tugas perkembangan remaja yang amat penting adalah mampu membina hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, menerima keadaan dirinya, memahami peran jenis kelamin, mengembangkan kemandirian secara ekonomi, mengembangkan tanggung jawab pribadi dan sosial, mandiri secara emosi, mengembangkan keterampilan intelektual, menerapkan filsafat hidup atau nilai sistem etika bertingkah laku dna mempersiapkan diri untuk berkarir. Sedangkan menurut Havighurst (dalam Sitohang, 2019) , tugas-tugas perkembangan remaja yang berkembang sempurna dapat memperlihatkan berbagai kemampuan yaitu sebagai hasil dari pencapaian tugas-tugas perkembangan remaja.

Menurut Havighurst (dalam Jannah, 2017) menyatakan bahwa tugas perkembangan adalah tugas yang datang pada saat atau sekitar periode tertentu dalam kehidupan tertentu individu yang jika berhasil akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa kearah

keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikunya. Semakin meningkatnya kebutuhan-kebutuhan individu, akan menyebabkan semakin meningkat juga tugas-tugas perkembangan yang seharusnya dikuasi individu sesuai dengan tahap perkembangannya. Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola individu. Tidak semua remaja dapat memenuhi tugas-tugas perkembangan tersebut dengan baik.

Selanjutnya Havighurst (dalam Netrawati et al., 2018), menjelaskan tugas perkembangan yang seharusnya dicapai remaja adalah; 1). Menguasai kemampuan membin hubngan baru yang lebih matang denga teman sebaya atau berbeda jenis kelamin, 2). Menguasai kemampuan melaksanakan pesan sosial yang sesuai dengan jenis kelamin, 3). Menerima keadaan fisik dan mengaktualisasikan secara efektif, 4) mencapai kemerdekaan emosional dari orang tua dan ikatan emosional dengan lawan jenis, 5). Memiliki kemampuan untuk mandiri secara ekonomi, sehingga muncul dorongan untuk mencari biaya hidup sendiri, 6). Memiliki kemampuan untuk memilih dan mempersiapkan diri untuk karir, 7). Berkembangnya keterampilan intelektual, dan konsep-konsep yang perlu untuk menjadi warga negara yang baik, dan 8). Memiliki keinginan untuk bertanggung jawab terhadap tingkah laku sosial.

Dengan demikian perkembangan remaja yang berkembang sempurna ditandai dengan fisiknya yang sudah semakin kuat dan semakin menarik, sudah mulai mampu berpikir abstrak dan memecahkan masalah yang bersifat hipotesis, memiliki emosi yang menggelora atau semangat yang membara, memiliki hubungan sosial yang semakin menunjukkan sikap toleransi kepada semua yang terlebih kepada sesama kelompok remaja, bahasa yang dimiliki remaja sudah semakin kompleks, bakat khusus yang dimilikinya sudah dapat menunjukkan kemampuan luar biasa. Remaja juga sudah menyadari akan pentingnya nilai moral yang dapat dijadikan sebagai pegangan hidupnya. Semakin banyak tugas-tugas perkembangan yang dapat dilewati dengan baik maka semakin baik juga pencapaian tugas-tugas perkembangan remaja hingga remaja tersebut dapat mencapai kematangan fisik dan psikologis (Sitohang, 2019).

Kemandirian dalam hal ini sangat penting dimiliki oleh seorang remaja dan merupakan salah satu tugas perkembangannya untuk menuju kedewasaan. Oleh karena itu, sangat pentingnya kemandirian emosional bagi remaja karena adanya gejala-gejala negatif yang banyak berkembang dimasyarakat, yaitu: kompleksitas kehidupan yang semakin meningkat sehingga tata nilai yang sudah mapan ini banyak diguncangkan oleh nilai-nilai baru dan bukan karena niat sendiri yang ikhlas. Apabila individu tidak memperdulikan hal ini, maka kemandirian ini akan menjadi sulit untuk dilakukan oleh remaja.

Menurut Steinberg dan Lerner (dalam Luawo, 2019), kemandirian merupakan kemampuan individu untuk bertingkah laku secara seorang diri dan merupakan bagian dari pencapaian otonomi daripada remaja. Tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja salah satunya adalah kemandirian emosional yang biasanya melibatkan orang tua dan orang dewasa lainnya.

Kemandirian emosional adalah kemampuan remaja untuk mengatur diri sendiri dan mengekspresikan perilaku yang tidak bergantung pada orang lain, baik secara emosional, tingkah laku, dan kognitif (nilai) (Steinberg, 2016). Setiap remaja memiliki kemampuan mandiri secara emosional yang berbeda-beda, walaupun remaja tersebut berada pada jenjang kelompok usia dan tugas perkembangan yang sama. Setiap remaja memiliki kemampuan mandiri secara emosional yang berbeda-beda, walaupun remaja tersebut berada pada jenjang kelompok usia dan tugas perkembangan yang sama. Parra & Oliva (2009), pada perkembagannya, remaja mengacu pada kapasitas untuk bertindak secara mandiri dan membuat keputusan sendiri, dalam hal ini mengacu pada perasaan percaya diri dan kemampuan diri sendiri yang dirasakan oleh remaja di lingkungan mereka tinggal (Luawo, 2019).

Kemandirian emosional remaja merupakan aspek kemandirian yang memperlihatkan adanya perubahan hubungan antar anak remaja dengan orang tua, teman atau lawan jenis. Kemandirian remaja dalam hal emosional dapat dilihat dari tiga hal yaitu mempunyai keinginan untuk berdiri sendiri, mampu menjaga emosi didepan orang tua, serta mencoba untuk tidak bergantung dengan orang tua namun orang tua masih tetap memberi pengaruh pada anak.

Perkembangan emosional biasanya membutuhkan jangka waktu yang panjang dalam bentukkannya yaitu dari masa remaja hingga dewasa muda. Kemandirian emosional ditandai dengan meningkatnya penolakan yang dilakukan anak remaja terhadap orang tua. Tetapi penolakan ini bukan seperti membantah akan tetapi remaja mulai memiliki pendapat sendiri dalam menghadapi suatu hal.

Maka dapat diambil kesimpulan bahwa remaja yang berkembang secara sempurna dapat memperhatikan berbagai kemampuan dalam tugas-tugas perkembangan salah satunya yaitu telah tercapainya kemandirian emosi dalam perkembangannya telah mampu mengelola emosinya secara efektif, mampu mengatasi emosi negatif, terampil dalam menampilkan emosi ke orang lain, dan juga memiliki kemampuan memahami emosi orang lain.

Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya masih terdapat remaja yang bergantung secara emosional kepada orang tuanya, masih bergantung kepada orang tua dalam mengambil keputusan, remaja merasa cemas dan takut jika ia tidak bisa mengikuti keinginan orang tuanya, menyelesaikan masalah dalam hubangan sosial atau berteman secara agresif dan egois karena keditakmampuan mengenali emosi dan menempatkannya secara tepat. Masih ada remaja yang canggung dalam bergaul, adanya sikap menentang orang tua yang disebabkan pertentangan di dalam diriya karena kurangnya perhatian dari orang tua, kegelisahan karena banyak hal diinginkan tetapi remaja tidak sanggup memenuhi semuanya, remaja senang bereksperimen dan senang bereksplorasi yang tak terkendalikan, serta penilaian negatif dari orang tua dan orang-orang terdekat yang menyebabkan remaja mengalami ketegangan psikologis (Sitohang, 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam mengatasi permasalahan kematangan emosional yaitu dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Menurut Prayitno (dalam Sitohang, 2019), bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Dengan demikian, semua peserta dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran dan lain sebagainya, apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta maupun peserta layanan bimbingan kelompok lainnya.

Berdasarkan fenomena yang terjadi penelitian ini bertujuan untuk menganalisi Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Kemandirian Emosional Siswa. Pencapaian tugas perkembangan remaja awal dalam aspek kemandirian emosional harus dicapai oleh semua remaja pada akhir tugas perkembangannya agar remaja nantinya tidak sulit menyelesaikan tugas perkembangan berikutnya. Dalam hal ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat pengaruh bimbingan kelompok terhadap tugas perkembangan remaja awal dalam aspek kemandirian emosional.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen, tepatnya desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian dilakukan di SMPN 2 Teluk Kuantan pada Maret 2022, melibatkan satu kelompok siswa kelas VII yang diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemandirian emosional. Subjek

dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu siswa dengan skor kemandirian emosional rendah berdasarkan hasil pretest. Data dikumpulkan melalui angket skala Likert yang disusun berdasarkan empat aspek kemandirian emosional menurut Steinberg (2016), dengan total 20 item pernyataan. Instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan SPSS, dan hasilnya menunjukkan bahwa seluruh item valid dan reliabel (Cronbach's Alpha = 0,876).

Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan analisis deskriptif untuk menggambarkan hasil pretest dan posttest, serta uji Wilcoxon untuk menguji hipotesis karena data berskala ordinal dan berasal dari dua sampel terkait. Selain itu, digunakan uji N-gain untuk mengetahui peningkatan kemandirian emosional setelah perlakuan, dengan kategori tinggi ($g > 0,7$), sedang ($0,3 \leq g \leq 0,7$), dan rendah ($g < 0,3$). Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahap: persiapan (penyusunan instrumen dan perizinan), pelaksanaan (penyebaran angket dan pelaksanaan bimbingan kelompok), dan akhir (pengolahan serta dokumentasi data).

HASIL

Hasil penelitian diuraikan berdasarkan tujuan penelitian yang telah telah ditetapkan. Tujuan yang dimaksud adalah mengenai tingkat kemandirian emosional siswa di SMP Negeri 2 Teluk Kuantan sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok serta pengaruh bimbingan kelompok terhadap kemandirian emosional siswa.

1. Tingkat Kemandirian Emosional Siswa Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Tingkat kemandirian emosional pada siswa SMPN 2 Teluk Kuantan sebelum dan sesusah diberikan bimbingingan kelompok, dapat dilihat pada jumlah skor yang diperoleh sebelum dan sesudah diberikan layanan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Data Kemandirian Emosional Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Bimbingan Kelompok Pada Siswa SMPN 2 Teluk Kuantan

Kategori	Interval	Responden	Sebelum	Kategori	Sesudah	Kategori
		AN	43	Sedang	65	Tinggi
		AFH	42	Sedang	62	Tinggi
Tinggi	60-80	AF	37	Rendah	51	Sedang

Kategori	Interval	Responden	Sebelum	Kategori	Sesudah	Kategori
Sedang	40-59	ACW	40	Sedang	59	Sedang
Rendah	20-39	DW	39	Rendah	52	Sedang
		MF	48	Sedang	69	Sedang
		RSA	44	Sedang	70	Tinggi
		SW	40	Sedang	53	Sedang
		TMA	41	Sedang	52	Sedang

Sumber: Data Olahan Penelitian 2025

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebelum diberikan bimbingan kelompok tingkat kemandirian emosional siswa berada pada kategori rendah dan sedang.

Namun, setelah diberikan bimbingan kelompok tingkat kemandirian emosional siswa sebagian besar mengalami peningkatan yang berada pada kategori sedang dan tinggi. Hal ini berarti, masing-masing individu mengalami peningkatan kemandirian emosional. Untuk lebih jelas tingkatan dan presentase kemandirian emosional siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan dapat dilihat tabel 2.

Tabel 2. Persentase Tingkat Kemandirian Emosional Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Bimbingan Kelompok

NO	Kategori	Rentang skor	Sebelum		Sesudah	
			F	%	F	%
1.	Rendah	20-39	2	22,22	0	0%
2	Sedang	40-59	7	77,77	5	55,55%
3	Tinggi	60-80	0	0	4	44,44%
	Jumlah		9	100%	9	100%

Sumber: Data Olahan Penelitian 2025

Tabel 3. Persentase Kemandirian Emosional Siswa

NO	Indikator	Σitem	Sebelum		Sesudah		Peningkatan
			F	%	F	%	(%)
1.	*De-idealized*	5	88	48,8%	117	65%	33,19%
2.	*Parent as People*	6	120	55,5%	174	80,5%	49,04%
3.	*Non Dependency*	4	66	45,8%	95	65,97%	44,03%
4.	*Individulited*	5	100	55,5%	147	81,8%	47,02%

Sumber: Data Olahan Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa terdapat peningkatan pada indikator-indikator keterbukaan diri siswa dari 9 orang siswa. Peningkatan tertinggi pada indikator *Parent as People* yaitu sebesar 49,04%, skor presentase sebelum berada pada 55,5% lalu setelah diberikan perlakuan skor presentase berada pada 80,5% dan peningkatan terendah terdapat pada indikator *De-idealized* yaitu hanya sebesar 33.19%. Secara keseluruhan setiap indikator kemandiran emaosioanal mengalami peningkatan atau kenaikan skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

2. Perbedaan Tingkat Kemandirian Emosional Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Bimbingan Kelompok

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* yang merupakan sebuah tes hipotesis *non-parametrik* yang dapat dilihat ada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon

Test Statistics[a]

	Postest - Pretest
Z	-2.668[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Dasar pengambilan keputusan uji *Wilcoxon* yaitu jika nilai Asymp.Sig < 0,05, maka hipotesis diterima. Apabila nilai Asymp.Sig > 0,05, maka hipotesis ditolak. Berdasarkan hasil tabel, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,008. Karena nilai 0,008 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwasanya "hipotesis diterima". Artinya ada perbedaan antara tingkat kemandirian emosional siswa untuk *pretest* dan *posttest,* sehingga dapat disimpulkan pula bahwa "terdapat perbedaan yang signifikan kemandirian emosional siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok.

3. Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Kemandirian Emosional Siswa

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok dalam meningkatkan kemandirian emosional, maka digunakan uji N-gain ternormalisasi

dengan bantuan *Microsoft Excel*. Perolehan hasil *N-Gain Score* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5. Hasil Uji N-Gain Ternormalisasi

Responden	*Pretest*	*Posttest*	*N-Gain Score*
AN	43	65	0,59
AFH	42	63	0,53
AF	37	51	0,33
ACW	40	59	0,48
DW	39	52	0,32
MF	48	69	0,66
RSA	44	70	0,72
SW	40	53	0,33
TMA	41	52	0,28
∑	374	533	
Mean	41,56	59,22	0,47

Sumber: *Data Olahan Penelitian (2025)*

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen memperoleh rata-rata (41,56<59,22) maka terdapat peningkatan karena hasil posttest lebih besar daripada hasil pretest yang diperoleh sebelum diberikannya bimbingan kelompok.

Pada tabel 5 diperoleh hasil data *N-Gain Score* sebesar 0,47 yang artinya besar pengaruh bimbingan kelompok dalam meningkatkan kemandirian adalah pada kategori sedang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dan pengelolaan data pada angket, diketahui bahwa terdapat kenaikan skor kemandirian emosional siswa di SMP Negeri 2 Teluk Kuantan setelah pelaksanaan bimbingan kelompok. Setelah diuraikan terkait dengan komparasi *pre test* dan *post test* pelaksanaan bimbingan kelompok menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan terhadap kemandirian emosional siswa melalui pelaksanaan bimbingan kelompok. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Alwi & Maskud (2018) yang dilakukan pada kelompok remaja di Kota Malang yang mana bimbingan kelompok memiiliki pengaruh yang

positif dan signifikan terhadap kemandirian termasuk kemandirian dari aspek emosional. Hal ini relevan dengan penelitian (Hidayati, 2014) sebelumnya di mana dalam temuannya menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok bermanfaat dalam upaya meningkatkan kemandirian emosional siswa. Layanan bimbingan kelompok yang bersifat aktif, dinamis, bebas, terbuka, meluas dan melibatkan siswa dengan keragaman inteligensi, latar belakang keluarga serta keadaan ekonomi dapat membantu siswa dalam pencapaian tugas perkembangan remaja pada remaja awal dalam aspek kemandirian emosional.

Pengaruh positif dan signifikan yang diperoleh dari hasil analisis sejatinya bukan tanpa sebab. Sebagaimana yang kita ketahui, penelitian ini menggunakan 4 aspek kemandirian emosional yang merujuk pada (Kamal & Rochmiyati (2022) yakni remaja tidak mengidealkan orang tuanya (*deidealized*), remaja dapat memandang orang tua sebagai orang dewasa (*parent as people*), remaja bergantung kepada dirinya sendiri (*non-dependency*), dan remaja merasa bertanggung jawab atas dirinya sendiri (*individuated*). Aspek pertama terdiri dari 3 indikator, yang mana ditemukan bahwa pada indikator pertama terjadi kenaikan sebanyak 33,9% hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak lagi memandang orang tuanya sebagai sosok yang ideal yaitu sosok yang paling mengetahui segala hal menganai kehidupan dan perasaan remaja serta sebagai sosok yang selalu benar.

Menurut Puspita Dewi (2014) cara pandang remaja mengenai orang tua merupakan proses yang akan terus berlanjut hingga remaja memasuki fase dewasa sehingga remaja memiliki pandangan yang lebih realistic terhadap orang tua. Apabila dilihat pada item-item alat kemandirian emosional, dapat dikatan siswa SMPN 2 Teluk Kuantan mampu memandang orang tua memiliki kesalahan dan keterbatasan serta mampu menentukan sendiri apa yang terbaik bagi dirinya misalnya menyadari bahwa orang tua pernah berbuat kesalahan.

Hal ini relevan dengan penelitian Kartika & Siregar (2023) sebelumnya dimana dalam penelitiannya menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok bermanfaat dalam upaya meningkatkan kemandirian emosional siswa. Bimbingan kelompok yang bersifat aktif, dinamis, bebas, terbuka, meluas dan melibatkan siswa dengan keragaman intelegensi, latar belakang keluarga serta keadaan ekonomi dapat membantu siswa dalam mencapai tugas perkembangan remaja awal dalam aspek kemandirian emosional.

Pada aspek kedua yaitu *Parent as People* menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan persentase 45,04% peningkatan. Hal ini bearti, responden sudah dapat memandang

orang tua sebagai individu pada umumnya dan berinteraksi dengan orang tua tidak hanya sebagai orang tua dan anak tetapi juga hubungan antar individu. Hal ini sesuai dengan teori menurut McElhaney et al., 2009; Zimmer-Gembeck, Ducat, & Collins (dalam Steinberg 2014) yang mengatakan bahwa aspek *Parent as People* dapat dilihat dari hubungan interaksi remaja dengan orang tua, dimana semakin sering remaja berinteraksi dengan orang tua maka kemampuan remaja memandang orang tua sebagai individu biasa semakan baik, serta hal ini akan terus berkembang sampai remaja memasuki masa remaja akhir.

Apabila dilihat pada item-item pada angket kemandirian emosional, dapat dikatakan bahwa siswa SMPN 2 Teluk Kuantan sudah mampu memandang orang tua sebagai individu pada umumnya, selain sebagai sosok orang tua bagi remaja, menjelaskan keputusan yang diambil kepada orang tua selayaknya kepada orang dewasa lainnya, serta berdiskusi secara leluasa dengan orang tua tanpa adanya hambatan.

Hal ini sejalan dengan riset yang dilakukan Wardana & Rosada (2024) bahwa pemberian bimbingan kelompok yang dilakukan mampu mengembangan kemandirian emosional siswa seperti mulai tidak bergantung kepada orang tua serta mulai belajar berpikir abstrak dan logi sehingga mereka mempunyai pendapatnya sendiri.

Aspek ketiga yaitu *non-dependency*, terjadi peningkatan sebanyak 44,03% yang mana siswa masih bergantung kepada orang tua dalam menyelesaikan masalah, masih mencari orang tua ketika sedang sedih, serta meminta bantua dalam mengambil keputusan. Siswa belum bias bergantung kepada dirinya sendiri. Apabila dilihat pada item-item pada angket kemandirian emosioal, dapat dikatan bahwa siswa SMPN2 Teluk kuantan belum mampu mengatasi kesedihan dan gejolak perasaannya secara mendiri tanpa bantuan orang tua, mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalahnya tanpa bergantung pada orang tua serta menyampaikan gagasan/ide berdasarkan pendapatnya sendiri bukan pendapat orang tua.

Temuan pada aspek ketiga ini sejalan dengan temuan Parawansah (2022) bahwa konseling kelompok atau bimbingan kelompok mampu membuat remaja merasa biasa saja meskipun banyak beban pikiran, menerima aturan dan nasehat orang lain, tidak ingin terlepas dari pengawasan orang tua, dan bisa mengendalikan emosi ketika mempunyai masalah.

Selanjutnya pada aspek keempat *individuan*, terjadi peningkatan sebanyak 47,02% dapat dikatan bahwa siswa mampu menunjukkan tanggung jawabnya secara verbal kepada orang tua, mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri, dan memiliki privasi yang tidak

harus diketahui orang tua, tidak menceritakan kepada orang tua semua hal mengenai mengenai dirinya termasuk yang sifatnya pribadi atau menjaga ruang pribadi dari orang tua.

Menurut Husna (2018) menjaga jarak emosional dari orang tua merupakan salah satu bagian dari proses *individuan*. Hal ini sesuai jika dilihat dari perkembagan sosialnya sendiri, remaja memiliki keinginan untuk memiliki privasi dari orang tua.

Hal ini menunjukkan bahwa para siswa merasa belum mampu menunjukkan perilaku yang lebih bertanggung jawab setelah mengikuti bimbingan kelompok. Temuan pada aspek pertama ini sejalan dengan hasil penelitian Ilmi & Nst (2024) bahwa bimbingan kelompok mampu mengembangkan emosional siswa terkait pandangan mereka pada orang tuanya maupun pandangan pada dirinya sendiri.

Secara keseluruhan, hasil uji Wilcoxon dan perhitungan N-Gain menunjukkan bahwa bimbingan kelompok memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap kemandirian emosional siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif sebagai strategi intervensi psikopedagogis dalam mendukung perkembangan emosional siswa, khususnya di masa remaja awal.

Lebih lanjut, temuan penelitian ini tidak hanya menguatkan teori-teori yang ada, tetapi juga memberi kontribusi berupa modifikasi penerapan bimbingan kelompok yang lebih terfokus pada aspek emosional dan individual remaja. Hal ini dapat menjadi dasar pengembangan model bimbingan kelompok yang lebih kontekstual dan aplikatif dalam dunia pendidikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemandirian emosional siswa. Sebelum diberikan perlakuan, tingkat kemandirian emosional siswa berada pada kategori rendah dan sedang. Setelah pelaksanaan bimbingan kelompok, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana sebagian besar siswa mencapai kategori sedang hingga tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat menjadi intervensi efektif dalam membantu siswa mengelola dan mengembangkan aspek emosional secara mandiri. Temuan ini menegaskan pentingnya peran guru Bimbingan dan Konseling dalam mengoptimalkan layanan bimbingan kelompok sebagai strategi untuk

menumbuhkan kemandirian emosional, terutama pada masa remaja yang rawan terhadap ketergantungan emosional dalam menghadapi permasalahan pribadi maupun sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Alwi, M. M., & Maskud, M. (2018). Meningkatkan Kemandirian Emosi dan Sosial Remaja Pengguna Narkoba Melalui Program Konseling Sebaya di Pengajian Mingguan: Studi di PAC IPNU-IPPNU Wuluhan Jember. *An-Nisa Journal of Gender Studies*, *11*(2), 1–18. https://annisa.uinkhas.ac.id/index.php/annisa/article/view/95/60

Hidayati, N. I. (2014). Pola asuh otoriter orang tua, kecerdasan emosi, dan kemandirian anak SD. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, *3*(01), 1–8. 10.30996/persona.v3i01.364

Husna, A. N. (2018). Kemandirian emosional pada remaja awal: Studi di SMPN 1 Margaasih kabupaten Bandung. *Journal of Psychological Science and Profession*, *2*(3), 222–228. https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i3.21599

Ilmi, A. A., & Nst, F. (2024). Penerapan layanan bimbingan kelompok dalam menanggulangi tawuran antar pelajar. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, *13*(2), 2079–2090. https://jurnaldidaktika.org/contents/article/view/743

Jannah, M. (2017). Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya dalam Islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, *1*(1). https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/1493

Kamal, M., & Rochmiyati, S. (2022). Indikator kemandirian dalam profil pelajar pancasila pada akhir fase c rentang usia 12–15 tahun. *Tarbiyah Wa Ta'lim: Jurnal Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 150–171. https://doi.org/10.21093/twt.v9i3.4734

Kartika, Y. D., & Siregar, A. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas X SMA di Kota Kisaran. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, *6*(2), 348–358. https://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/cetta/article/view/2510

Luawo, M. I. R. (2019). Pengaruh Penerapan Psikodrama dalam Layanan Konseling Kelompok terhadap Perilaku Agresif Anak Asuh Panti Asuhan pada Usia Sekolah Dasar Kelas Tinggi 4-6 SD (Studi Quasi Eksperimen di Yayasan Panti Asuhan). *Insight*, *8*, 2. https://doi.org/10.21009/INSIGHT.082.06

Netrawati, N., Khairani, K., & Karneli, Y. (2018). Upaya Guru BK untuk Mengentaskan Masalah-Masalah Perkembangan Remaja dengan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, *2*(1), 79–90. https://doi.org/10.29240/jbk.v2i1.463

Parawansah, S. I. (2022). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Dalam Mengatasi Konflik Pertemanan Pada Remaja Awal (Studi Kasus Pondok Pesantren Al–Fhataniyah). *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, *8*(1), 40–46. https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/view/3421

Parra, A., & Oliva, A. (2009). A Longitudinal Research on the Development of Emotional Autonomy During Adolescence. *The Spanish Journal of Psychology*, *12*(1), 66–75. 10.1017/s1138741600001487

Puspita Dewi, E. M. (2014). Konsep kebahagiaan pada remaja yang tinggal di jalanan, panti

asuhan dan pesantren. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*, *6*(1), 28–33. https://doi.org/10.15294/intuisi.v6i1.11912

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. https://lib.ui.ac.id/detail?id=33930&lokasi=lokal

Sitohang, N., Yusuf, A. M., & Daharnis, D. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pencapaian Tugas Perkembangan Remaja Awal dalam Aspek Kemandirian Emosional (Studi Eksperimen di SMP Frater Padang). *Konselor*, *2*(4), 179–185. https://jurnal-dikpora.jogjaprov.go.id/index.php/jurnalideguru/article/view/868

Steinberg, L. (2016). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.

Uzlifatul, E. J. (2019). Hubungan antara Self-Efficacy dan Kecerdasan Emosional dengan Kemandirian pada Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(3), 278–287. https://doi.org/10.30996/persona.v2i3.162

Wardana, A. W., & Rosada, U. D. (2024). Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar dalam Menentukan Karir. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, *3*(2), 209–219. https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1550

Yusuf, S. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya.