

Volume I, Nomor 1, April 2015



ISSN 2301 – 8232

# JURNAL PENELITIAN BIMBINGAN DAN KONSELING (JPBK)

Jurnal Organisasi Profesi  
Himpunan Sarjana Bimbingan dan Konseling Indonesia (HSBKI)

**PENGEMBANGAN PANDUAN PELATIHAN KECERDASAN SOSIAL (*SOCIAL INTELLIGENCE*)  
BAGI SISWA SMK**

Fendahapsari Singgih Sendayu

**MODEL BIMBINGAN DALAM MEMBANTU KORBAN KEKERASAN RUMAH TANGGA  
(Berdasarkan Analisis Kasus Suami yang Depresi)**

Erhamwilda

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP GURU BIMBINGAN DAN KONSELING IDEAL  
DENGAN MINAT KONSELING SISWA**

Zuli Maria Ulfa

***NARCISSISTIC PERSONALITY DISORDER* PADA SISWA SMA PENGGUNA JEJARING SOSIAL  
DUNIA MAYA FACEBOOK DI KOTA YOGYAKARTA**

Tri Listyawati

**MODEL BIMBINGAN DAN KONSELING PERKEMBANGAN UNTUK MENINGKATKAN  
KEMATANGAN EMOSI REMAJA**

Budi Astuti

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECENDERUNGAN *BURNOUT* KERJA  
PADA GURU SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA**

Pranita Sukma Primanti

**PENGEMBANGAN PANDUAN PELATIHAN MANAJEMEN KONFLIK KOLABORATIF PADA  
SISWA SMP**

Aprilia Tina Lidiasari

**MODEL PENGEMBANGAN KETERAMPILAN DASAR KOMUNIKASI KONSELING UNTUK  
MENINGKATKAN KEMAMPUAN KONSELING INDIVIDUAL**

Asrowi



## JURNAL PENELITIAN BIMBINGAN DAN KONSELING (JPBK)

Penerbit  
JURNAL ORGANISASI PROFESI  
HIMPUNAN SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING INDONESIA (HSBKI)  
Bekerjasama dengan  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
Berdasarkan MOU Nomor

Penanggung Jawab : Prof. Furqon, M.Pd, MA., Ph.D

Ketua : Dr. Muh. Farozin, M.Pd  
Sekretaris : Sugiyanto, M.Pd

Penyunting : Prof. Dr. Uman Suherman, AS., M.Pd  
Dr. Suwarjo, M.Si  
Dr. Muh. Nurwangid, M.Si  
Prof. Dr. Edi Purwanto, M.Pd  
Dr. Budi Astuti, M.Si  
Diana Septi Purnama, M.Pd., Ph.D  
Dr. Dani M Handarini, MA

Penyunting Bahasa : Yulia Ayriza, M.Si., Ph.D  
Ella Wulandari, MA

Koordinator : Dr. E. Kus Eddy Sartono

Sekretariat : Rohmat Purwoko

## JURNAL PENDIDIKAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Volume 1, Nomor 1, April 2015

### DAFTAR ISI

1. Pengembangan Panduan Pelatihan Kecerdasan Sosial (*Social Intelligence*) bagi Siswa SMK ..... 1-11  
*Fendahapsari Singgih Sendayu*
2. Model Bimbingan dalam Membantu Korban Kekerasan Rumah Tangga (Berdasarkan Analisis Kasus Suami yang Depresi)..... 12-20  
*Erhamwilda*
3. Hubungan antara Persepsi terhadap Guru Bimbingan dan Konseling Ideal dengan Minat Konseling Siswa ..... 21-31  
*Zuli Maria Ulfa, Muh. Ferozin dan Agus Triyanto*
4. *Narcissistic Personality Disorder* pada Siswa SMA Pengguna Jejaring Sosial Dunia Maya Facebook di Kota Yogyakarta ..... 32-40  
*Tri Listyawati, Suwarjo dan Kartika Nur Fathiyah*
5. Model Bimbingan dan Konseling Perkembangan untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Remaja ..... 41-47  
*Budi Astuti*
6. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecenderungan Burnout Kerja pada Guru Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kota Yogyakarta ..... 48-55  
*Pranita Sukma Primanti, Muh. Ferozin dan Eva Imania Eliasa*
7. Model Pengembangan Keterampilan Dasar Komunikasi Konseling untuk Meningkatkan Kemampuan Konseling Individual ..... 56-66  
*Asrowi*

**MODEL BIMBINGAN DAN KONSELING PERKEMBANGAN  
UNTUK MENINGKATKAN KEMATANGAN EMOSI REMAJA**

Budi Astuti

**Abstrak**

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan studi pendahuluan yang menunjukkan emosi kurang matang yang dialami oleh sebagian siswa kelas sebelas di SMAN Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Tujuan penelitian adalah menghasilkan model bimbingan dan konseling perkembangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. Penelitian kuantitatif dan kualitatif melalui pendekatan *research and development* digunakan dalam penelitian ini. Kegiatan penelitian terdiri atas empat langkah, yaitu studi pendahuluan, pengembangan model, validasi rasional model, dan validasi empirik model. Data kuantitatif dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif dan teknik statistik inferensial yaitu uji-t. Data kualitatif dianalisis dengan menggunakan teknik analisis kualitatif deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model bimbingan dan konseling perkembangan secara empirik teruji efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja, terutama pada aspek; (1) pemberian dan penerimaan cinta, (2) pengendalian emosi, (3) toleransi terhadap frustrasi, dan (4) kemampuan mengatasi ketegangan.

**Kata kunci:** *bimbingan dan konseling perkembangan, kematangan emosi remaja.*

## **Pendahuluan**

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang akan melanjutkan cita-cita bangsa. Harapan dan masa depan bangsa terletak pada pendidikan remaja. Oleh karena itu, masyarakat sangat mendambakan sosok remaja yang mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal melalui pencapaian tugas-tugas perkembangannya (menyangkut aspek fisik, emosi, intelektual, sosial, dan moral-spiritual). Hal ini sejalan dengan fungsi pendidikan nasional dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II Pasal 3, yaitu untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggungjawab (Depdiknas, 2003).

Sehubungan dengan aspek perkembangan remaja, pada saat ini ditemukan banyak permasalahan emosional remaja berupa gejala-gejala tekanan perasaan dan frustrasi, baik yang terkait dengan konflik internal maupun konflik eksternal pada diri individu. Tekanan perasaan dan frustrasi merupakan suatu respons emosional ketika keadaan menghalangi tercapainya suatu tujuan personal, yang dihubungkan dengan perasaan marah, sedih, dan kecewa.

Temuan sebuah lembaga swadaya masyarakat yang bernama "Indok ELSAM" (Kasim, 2006) menunjukkan bahwa ada beberapa kasus siswa yang melakukan tindakan bunuh diri atau percobaan bunuh diri karena kemiskinan. Siswa-siswa tersebut berasal dari berbagai jenis usia dan berbagai jenjang sekolah. Salah satu penyebabnya ialah siswa yang belum melunasi biaya sekolah dipermalukan oleh guru di hadapan siswa lain. Sementara itu, di Amerika tercatat data bahwa remaja usia 15-19 tahun memiliki tingkat bunuh diri yang sangat tinggi jika dibandingkan dengan usia sebelumnya, yaitu sebanyak 18 orang untuk setiap 100.000 orang remaja (Santrock, 2007).

Lebih lanjut, hasil studi pendahuluan terhadap 282 orang siswa SMA di Kabupaten Sleman, Yogyakarta menunjukkan bahwa emosi kurang matang menjadi masalah yang menimbulkan keresauan dalam perkembangan

aspek pribadi-sosial siswa, yakni sebesar 18,8% siswa teridentifikasi kurang mampu mengendalikan emosi, kurang mampu mengatasi ketegangan, kurang toleran terhadap frustrasi, serta kurang mampu dalam memberi dan menerima cinta dan kasih sayang.

Berdasarkan uraian permasalahan emosi remaja dan hasil studi pendahuluan diketahui bahwa perkembangan emosi remaja dapat dikategorikan kurang matang. Hal itu terlihat pada permasalahan emosi remaja yang melakukan perilaku-perilaku menyimpang hingga nekat bunuh diri dengan latar belakang masalah yang sangat sepele. Seharusnya hal tersebut tidak perlu terjadi seandainya remaja telah mampu mengontrol emosinya.

Kematangan emosi merupakan hal yang esensial bagi remaja. Kematangan emosi berhubungan dengan kemampuan remaja untuk bertindak secara etis dan memperlihatkan kemampuan mengendalikan diri. Aspek-aspek yang terkandung dalam kematangan emosi remaja (Murray, 1997), antara lain (1) pemberian dan penerimaan cinta, yaitu mampu mengekspresikan cintanya sebagaimana remaja dapat menerima cinta dan kasih sayang dari orang-orang yang mencintainya, (2) pengendalian emosi, yaitu individu yang matang secara emosi dapat menggunakan amarahnya sebagai sumber energi untuk meningkatkan usahanya dalam mencari solusi, (3) toleransi terhadap frustrasi, yaitu ketika hal yang diinginkan tidak berjalan sesuai dengan keinginan, individu yang matang secara emosi mempertimbangkan untuk menggunakan cara atau pendekatan lain, dan (4) kemampuan mengatasi ketegangan, yaitu pemahaman yang baik akan kehidupan menjadikan individu yang matang secara emosi; yakin akan kemampuannya untuk memperoleh apa yang diinginkan sehingga remaja dapat mengatasi ketegangan.

Lembaga sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling merupakan wadah pendidikan yang memfasilitasi berkembangnya aspek-aspek pribadi, sosial, emosional, pendidikan, dan karier bagi peserta didik. Rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal menjelaskan standar kompetensi kemandirian peserta didik dalam meningkatkan kematangan emosi. Internalisasi tujuan dalam meningkatkan kematangan emosi berdasarkan standar kompetensi siswa SMA, antara lain (1) penge-

nalan aspek kematangan emosi, yaitu mempelajari cara-cara menghindari konflik dengan orang lain, (2) akomodasi, yaitu bersikap toleran terhadap ragam ekspresi perasaan diri sendiri dan orang lain, dan (3) tindakan, yaitu mengekspresikan perasaan dalam cara-cara yang bebas, terbuka, dan tidak menimbulkan konflik (Depdiknas, 2008).

Bimbingan dan konseling perkembangan menurut Munro & Kottman (1995) adalah program bimbingan yang didasarkan atas beberapa prinsip, yaitu bimbingan dan konseling dibutuhkan untuk semua remaja dalam proses perkembangan, terfokus pada bagaimana remaja belajar dan pada proses mendorong perkembangan, serta konselor dan guru berperan membantu siswa untuk belajar dalam proses pembelajaran.

Mengingat permasalahan-permasalahan yang dihadapi para siswa (remaja) di sekolah menengah atas dan alternatif layanan bimbingan dan konseling perkembangan yang diduga secara efektif dapat membantu permasalahan para siswa tersebut, perlu dilaksanakan penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan model bimbingan dan konseling perkembangan dalam upaya meningkatkan kematangan emosi remaja di sekolah menengah atas.

Berdasarkan uraian permasalahan tersebut, dirumuskan tujuan penelitian yaitu menghasilkan model bimbingan dan konseling perkembangan dalam meningkatkan kematangan emosi remaja. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi dan gambaran mengenai (1) profil kematangan emosi remaja SMAN di Kabupaten Sleman, Yogyakarta berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi remaja (aspek pemberian dan penerimaan cinta, pengendalian emosi, toleransi terhadap frustrasi, dan kemampuan mengatasi ketegangan), (2) kelayakan konseptual dan operasional model bimbingan dan konseling perkembangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja, dan (3) efektivitas model bimbingan dan konseling perkembangan terhadap peningkatan kematangan emosi remaja.

### Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan (Creswell, 2008) adalah *mixed methods research design* (desain penelitian dengan

menggunakan metode campuran). Jenis desain penelitian yang digunakan oleh peneliti yaitu desain melekat (*embedded mixed methods design*). Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan penelitian dan pengembangan (*research and development* atau disingkat R&D). Dalam penelitian ini, produk yang dihasilkan adalah model bimbingan dan konseling perkembangan. Borg & Gall (1989) menjelaskan prosedur pelaksanaan penelitian dan pengembangan model dengan mengikuti sejumlah siklus kegiatan dalam sepuluh langkah yang dirangkum dalam empat tahapan utama, yaitu: studi pendahuluan, pengembangan dan validasi model, uji efektivitas model, dan sosialisasi model.

Pengumpulan data dilakukan dengan inventori kematangan emosi remaja dan skala penilaian terhadap kualitas model bimbingan dan konseling perkembangan. Analisis deskriptif digunakan untuk menganalisis data hasil studi pendahuluan, yakni data yang bersifat kuantitatif maupun data kualitatif. Sementara itu, teknik analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji-t (uji beda dua rerata).

Subjek penelitian pada studi pendahuluan adalah siswa kelas sebelas di SMAN Kabupaten Sleman Yogyakarta sebanyak 282 orang. Pada tahap pengembangan dan validasi model hipotetik melibatkan tiga orang pakar bimbingan dan konseling dan para konselor di sekolah. Pada tahap uji coba model, subjek penelitian adalah siswa kelas sebelas di SMAN 1 Ngemplak sebagai kelompok eksperimen dan siswa kelas sebelas di SMAN 2 Ngaglik sebagai kelompok kontrol.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Profil kematangan emosi siswa menunjukkan adanya kecenderungan sebaran skor kematangan emosi yang paling banyak frekuensinya pada kategori sedang, yaitu 156 siswa (58,5%). Sementara itu, skor kematangan emosi dari 73 siswa (22,7%) berada pada kategori tinggi dan 53 siswa (18,8%) berada pada kategori rendah. Berdasarkan profil kematangan emosi siswa, diasumsikan bahwa sebagian siswa membutuhkan suatu layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan emosinya menjadi lebih matang. Oleh karena itu, salah satu langkah yang ditempuh adalah dengan mengembangkan bimbingan dan kon-

seling perkembangan yang bertujuan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja.

Struktur model bimbingan dan konseling perkembangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja yang dikembangkan meliputi (a) rasional, (b) tujuan, (c) asumsi model, (d) target intervensi, (e) komponen model, (f) langkah-langkah model, (g) kompetensi konselor dalam implementasi model, (h) struktur dan isi intervensi, serta (i) evaluasi dan indikator keberhasilan. Model bimbingan dan konseling perkembangan dilengkapi dengan panduan pelaksanaan. Panduan pelaksanaan model disusun untuk memudahkan dalam memahami model dan sebagai petunjuk dalam melaksanakan model. Panduan model disusun berdasarkan indikator-indikator, yaitu pengantar, tujuan, karakteristik hubungan, norma kelas, peran konselor dan siswa, serta langkah-langkah pelaksanaan layanan.

Langkah yang ditempuh untuk menghasilkan model bimbingan dan konseling perkembangan yang efektif untuk meningkatkan kematangan emosi ialah dengan melakukan pengujian atau validasi terhadap kelayakan model. Validasi terhadap kelayakan model dibagi menjadi dua macam, yaitu validasi rasional dan validasi empirik. Validasi rasional dimaksudkan untuk memperoleh masukan dari para pakar bimbingan dan konseling atas kelayakan konseptual atau konstruk model. Selanjutnya, validasi empirik dilakukan untuk memperoleh masukan dari pihak yang menjadi pelaksana dalam implementasi model. Uji keterbacaan dan uji efektivitas model merupakan bagian dari validasi empirik terhadap model bimbingan dan konseling perkembangan.

Lingkup layanan model bimbingan dan konseling perkembangan terdiri atas layanan dasar bimbingan, layanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Model ini terintegrasi dengan proses pendidikan di sekolah secara keseluruhan dalam upaya membantu para siswa agar dapat mengembangkan atau mewujudkan potensinya secara penuh, baik menyangkut aspek perkembangan pribadi, sosial, emosional, akademik, maupun karier (Myrick, 1993; Muro, & Kottman, 1995; Ahman, 1998; Yusuf, 2009).

Pengujian hipotesis pokok pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas model bimbingan dan konseling per-

embangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji-t terhadap gain kematangan emosi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai rata-rata perolehan kematangan emosi siswa pada kelompok eksperimen adalah 3,520, sedangkan nilai rata-rata perolehan kematangan emosi siswa pada kelompok kontrol adalah 2,833. Dengan kata lain, nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi daripada nilai rata-rata kelompok kontrol. Harga  $t=17,435$  dan  $p=0,000$  menunjukkan perbedaan yang signifikan pada  $p<0,05$ . Dengan demikian, model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja.

Efektivitas model bimbingan dan konseling perkembangan menunjukkan signifikansinya pada tiap-tiap aspek kematangan emosi siswa. Subhipotesis pertama ialah model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan aspek pemberian dan penerimaan cinta. Hasil pengujian pada aspek pemberian dan penerimaan cinta menunjukkan perbedaan antara rerata kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yaitu rerata kelompok eksperimen sebesar 3,546, sedangkan kelompok kontrol sebesar 2,875. Rerata kelompok eksperimen lebih tinggi daripada rerata kelompok kontrol. Perhitungan uji- $t=10,747$  dan  $p=0,000$  menunjukkan perbedaan yang signifikan pada  $p<0,05$ . Dengan demikian, model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan pemberian dan penerimaan cinta.

Subhipotesis kedua dalam penelitian ini adalah model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan pengendalian emosi. Perolehan rerata skor pengendalian emosi pada kelompok eksperimen sebesar 3,604. Sementara itu, rerata skor pengendalian emosi pada kelompok kontrol sebesar 2,849, sehingga rerata kelompok eksperimen lebih tinggi daripada rerata kelompok kontrol. Perolehan harga  $t=14,703$  dan  $p=0,000$  menunjukkan perbedaan yang signifikan pada  $p<0,05$ . Dengan demikian, model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan pengendalian emosi.

Subhipotesis ketiga ialah model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan toleransi terhadap frustrasi. Perolehan rerata kelompok eksperimen sebesar 3,422 yang lebih tinggi daripada

rerata kelompok kontrol sebesar 2,769. Perhitungan uji- $t=11,087$  dan  $p=0,000$  menunjukkan perbedaan yang signifikan pada  $p<0,05$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan toleransi terhadap frustrasi.

Subhipotesis keempat adalah model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kemampuan mengatasi ketegangan. Pada aspek kemampuan mengatasi ketegangan, nilai rata-rata pada kelompok eksperimen adalah 3,507, sedangkan pada kelompok kontrol adalah 2,833. Nilai rata-rata kelompok eksperimen tersebut lebih tinggi daripada nilai rata-rata kelompok kontrol. Harga  $t=9,210$  dan  $p=0,000$  menunjukkan perbedaan yang signifikan pada  $p<0,05$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kemampuan mengatasi ketegangan.

Pengujian hipotesis secara keseluruhan menunjukkan model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja, terutama pada aspek pemberian dan penerimaan cinta, pengendalian emosi, toleransi terhadap frustrasi, dan kemampuan mengatasi ketegangan.

Temuan penelitian lebih lanjut ialah adanya peningkatan pada tiap-tiap aspek kematangan emosi remaja, yaitu aspek pengendalian emosi (15,10%), aspek kemampuan mengatasi ketegangan (13,48%), aspek pemberian dan penerimaan cinta (13,42%), dan aspek toleransi terhadap frustrasi (13,06%). Sumbangan terbesar yang diberikan oleh aspek pengendalian emosi ialah 0,755 poin dari keseluruhan aspek kematangan emosi yang lain. Sementara itu, sumbangan dari aspek-aspek yang lain secara berturut-turut diperoleh sebesar 0,674 poin dari aspek kemampuan mengatasi ketegangan, 0,671 poin dari aspek pemberian dan penerimaan cinta, serta 0,653 poin dari aspek toleransi terhadap frustrasi.

Hasil analisis efektivitas model bimbingan dan konseling perkembangan setelah memperoleh perlakuan pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan untuk setiap aspek kematangan emosinya jika dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pada aspek pengendalian emosi tampak rata-rata peningkatan tingkat kematangan emosi yang paling

substansial pada kelompok eksperimen, yaitu sebesar 3,604 jika dibandingkan dengan kelompok kontrol, yaitu sebesar 2,849.

Sementara itu, pada aspek pemberian dan penerimaan cinta, toleransi terhadap frustrasi, dan kemampuan mengatasi ketegangan juga terdapat peningkatan, tetapi kurang substansial dibandingkan dengan aspek pengendalian emosi. Dalam hal ini masih diperlukan upaya lebih giat lagi untuk memberikan pemahaman dan melatih siswa dalam mengekspresikan emosinya. Pengekspresian emosi secara tepat merupakan hal yang sehat dan konstruktif serta berdampak efektif terhadap usaha pemecahan masalah. Kontrol emosi yang dapat diterima secara sosial, pemahaman diri, dan penggunaan fungsi kritis mental merupakan langkah-langkah individu untuk mencapai kematangan emosi (Hurlock, 1985). Lebih lanjut, pengendalian emosi merupakan hal penting bagi pembentukan hubungan yang lebih intim, kesuksesan kerja, dan menjaga kesehatan fisik.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja, terutama pada aspek pemberian dan penerimaan cinta, pengendalian emosi, toleransi terhadap frustrasi, dan kemampuan mengatasi ketegangan.

## **Simpulan**

Kematangan emosi pada sebagian siswa kelas sebelas di SMAN Kabupaten Sleman, Yogyakarta berada dalam kategori sedang dan rendah. Hal ini mengandung makna bahwa sebagian siswa belum dapat secara optimal menunjukkan kemampuan dalam mengendalikan emosi, mengatasi ketegangan, menoleransi frustrasi, dan memberi serta menerima cinta. Model bimbingan dan konseling perkembangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja dinilai layak oleh pakar/ahli bimbingan dan bimbingan sebagai suatu model intervensi untuk meningkatkan kematangan emosi remaja.

Model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. Setelah memperoleh perlakuan melalui model bimbingan dan konseling perkembangan, siswa-siswa pada kelompok eksperimen mampu mengekspresikan



perilaku emosionalnya dalam memberi dan menerima cinta, mampu mengendalikan emosi, mampu memberikan toleransi terhadap frustrasi, dan mampu mengatasi ketegangan. Model bimbingan dan konseling perkembangan efektif untuk meningkatkan aspek pemberian dan penerimaan cinta, aspek pengendalian emosi, aspek toleransi terhadap frustrasi, dan aspek kemampuan mengatasi ketegangan.

Model bimbingan dan konseling perkembangan dapat dipertimbangkan sebagai kerangka konseptual dan strategi untuk meningkatkan kematangan emosi beserta aspek kematangan emosi bagi para siswa di lingkungan SMAN Kabupaten Sleman, Yogyakarta.

Rekomendasi dari penelitian ini dapat diberikan kepada beberapa pihak meliputi : 1) *Pihak sekolah*, dapat mengimplementasikan model bimbingan dan konseling perkembangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja di sekolah. Penerapan model bimbingan dan konseling perkembangan ini tentunya dapat disesuaikan dengan karakteristik tiap-tiap sekolah, antara lain dalam hal tenaga penyelenggara, sarana dan prasarana, waktu, teknik, dan kolaborasi antarpersonel sekolah, 2) *Dinas pendidikan*, dapat berperan dalam menyosialisasikan dan mendukung pengembangan model-model bimbingan dan konseling di sekolah untuk perkembangan optimal siswa, khususnya untuk peningkatan kematangan emosi. Langkah konkret yang dapat ditempuh, antara lain mengeluarkan kebijakan-kebijakan dan memberikan fasilitas pendidikan dan pelatihan serta seminar-seminar bagi para guru bimbingan dan konseling di sekolah terkait dengan implementasi model bimbingan dan konseling perkembangan untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. 3) *Program Studi Bimbingan dan Konseling*, dapat memperdalam kajian pengetahuan mengenai kematangan emosi remaja, manfaat-manfaatnya, serta upaya peningkatannya melalui mata kuliah yang relevan, seperti dalam Mata Kuliah Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial, Praktikum Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial, dan Perkembangan Peserta Didik. Implementasi pengembangan kematangan emosi di perguruan tinggi dapat dilaksanakan oleh dosen kepada mahasiswa melalui hubungan kondusif dan perilaku konkret yang mencerminkan emosi matang dan menunjukkan kedewasaan. 4) *Peneliti selanjutnya*

*selanjutnya* direkomendasikan untuk mengkaji variabel penelitian lain yang memengaruhi kematangan emosi (antara lain; pola asuh orang tua, kualitas interaksi sosial, usia, dan lain lain) serta mengimplementasikan model bimbingan dan konseling perkembangan pada populasi yang berbeda. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melaksanakan penelitian lanjutan mengenai dampak perlakuan model bimbingan dan konseling perkembangan bagi siswa.

Berdasarkan simpulan dan rekomendasi, terdapat beberapa komponen yang dapat dikembangkan dalam penelitian mendatang mengenai bimbingan dan konseling perkembangan, antara lain; komponen personel, teknik/strategi layanan, materi/bidang layanan, serta intervensi bimbingan dan konseling perkembangan terhadap kematangan emosi.

#### Daftar Pustaka

- Ahman. (1998). *Bimbingan Perkembangan: Model Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar (Studi Kearif Penerimaan Model Bimbingan pada Beberapa Sekolah Dasar di Jawa Barat)*. Disertasi. Bandung: Program Pascasarjana UPI Bandung.
- Borg, W. R. & Gall, M.D. (1989). *Educational Research: an Introduction. Fifth Edition*. New York: Longman.
- Creswell, J.W. (2008). *Educational Research. Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research. Thirrh Edition*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Depdiknas. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: CV. Eka Jaya.
- Depdiknas. (2008). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Departemen Pendidikan Nasional Bekerjasama dengan ABKIN.

- Hurlock, E. B. (1985). *Child Development*. Tokyo: McGraw-Hill, Kogakusha Ltd.
- Kasim, I. (2006). Potret Pemenuhan Hak atas Pendidikan dan Hak atas Kesehatan: Catatan ELSAM. *Makalah*. Disampaikan pada Lokakarya yang diselenggarakan oleh PUSHAM UII, Yogyakarta, Hotel Jogja Plaza, 25 Januari 2006.
- Munro, J.J. & Kottman, T. (1995). *Guidance and Counseling in the Elementary and Middle Schools: A Practical Approach*. Iowa: Brown & Bechmark Publishers.
- Murray, J. (1997). *Emotional Maturity*. Tersedia: [http:// www.betteryou.com](http://www.betteryou.com). [14 Oktober 2008].
- Myrick, R.D. (1993). *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach Second Edition*. Minneapolis: Educational Media Corporation.
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence. Eleventh Edition*. New York: McGraw-Hill International Edition.
- Yusuf, S.L.N. (2009). *Program Bimbingan & Konseling di Sekolah*. Bandung: Penerbit Rizqi Press.