

ABSTRAK

Fransiska Zulian Trisianti : *Bimbingan Kelompok dengan Metode Diskusi untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Kelas XI (Penelitian di MA Al-Huda Pameungpeuk Kabupaten Bandung)*

Remaja merupakan masa transisi yang pasti dilalui oleh setiap individu. Pada masa ini, remaja secara kompetensinya sudah mulai bisa dalam memfungsikan berbagai aspeknya terutama dalam aspek emosionalnya. Kurangnya pengelolaan dan pengontrolan emosi pada remaja akan menimbulkan pengekspresian dan pelampiasan emosi dengan cara yang negative. Dalam rangka meningkatkan emosi yang positif pada individu bisa dilatih dan dikontrol, salah satunya dengan bimbingan kelompok dengan metode diskusi. Oleh karena itu, diperlukan berbagai proses yang dapat disampaikan dan dipelajari oleh remaja dalam meningkatkan regulasi emosi.

Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi siswa, masalah yang terjadi dalam bimbingan kelompok, dan proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan metode diskusi untuk meningkatkan regulasi emosi siswa kelas XI di MA A-Huda Pameungpeuk Kabupaten Bandung

Penelitian ini berlandaskan pada pemikiran Wibowo mengenai bimbingan kelompok yang merupakan salah satu layanan kegiatan dengan memanfaatkan dinamika kelompok dalam membantu individu untuk membahas berbagai permasalahan yang sedang dihadapi dan memberikan sebuah pencegahan kepada anggota kelompoknya.

Metode dalam penelitian ini menggunakan kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif, dengan teknik pengumpulan data menggunakan wawancara secara langsung kepada guru BK dan siswa kelas XI.

Berdasarkan hasil penelitian keseluruhan menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan metode diskusi di MA Al-Huda Pameungpeuk Kab. Bandung yaitu diantaranya gambaran regulasi emosi siswa cenderung rendah sebelum dilakukannya bimbingan kelompok dengan metode diskusi. Masalah yang terdapat dalam proses bimbingan kelompok dengan metode diskusi meliputi (1) peran siswa, (2) sarana dan prasaran, dan (3) waktu. Adapun proses yang dilalui dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan metode diskusi meliputi beberapa tahapan yaitu tahap pembentukan, tahap kegiatan atau tahap inti, dan tahap pengakhiran.

Sebagai kesimpulan, maka dinyatakan bahwa metode diskusi dalam meningkatkan regulasi emosi siswa di MA Al-Huda Pameungpeuk Kabupaten Bandung setelah beberapa kali dilaksanakan bimbingan kelompok menunjukkan peningkatan regulasi emosi siswa kelas XI meskipun belum mendapatkan hasil yang benar-benar maksimal namun setidaknya dinilai cukup baik dari sebelumnya.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Metode Diskusi, Regulasi Emosi