



**PENGEMBANGAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL
BERBASIS SOCIAL AND EMOTIONAL LEARNING (SEL) UNTUK
MENINGKATKAN INTRAPERSONAL ASPEK BELAJAR SISWA
DI MAN KOTA TEGAL**

TESIS

Disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Magister Pedagogi

Oleh:

**SUKRON MA'MUN
NPM : 7322800070**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PEDAGOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PANCASAKTI TEGAL
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Sukron Ma'mun
NPM : 7322800070
Jenjang : Magister Pedagogi

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Bila ternyata dikemudian hari diketahui ada yang tidak sesuai, maka saya siap menanggung akibatnya.

Tegal, Januari 2025
Yang menyatakan,



Sukron Ma'mun
NPM. 7321800070

PENGESAHAN UJIAN TESIS

Tesis dengan judul "Pengembangan Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) Untuk Meningkatkan Intrapersonal Aspek Belajar Siswa di MAN Kota Tegal" karya,

Nama : Sukron Ma'mun

NPM : 7322800070

Program Studi : Magister Pedagogi

Telah di pertahankan dalam sidang panitia ujian Tesis Pascasarjana Universitas Pancasakti Tegal pada hari Kamis, tanggal 13 februari 2025

Tegal, 13 februari 2025

Panitia Ujian

Ketua,



Dr. Taufiqulloh, M.Hum
NIDN. 0615087802

Sekretaris,



Dr. Tity Kusrina, M.Pd
NIDN. 0630086401

Penguji I,



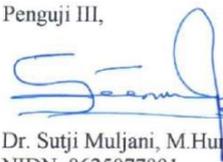
Dr. Suriswo, M.Pd
NIDN. 0616036701

Penguji II,



Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd
NIDN. 0609088301

Penguji III,



Dr. Sutji Muljani, M.Hum
NIDN. 0625077001

Mengetahui,

Direktur Pascasarjana,



Dr. Fajar Ari Sudewo, S.H., M.H.
NIDN. 0606066001

Ketua Program Studi



Dr. Suriswo, M.Pd
NIDN.0616036701

PERSETUJUAN PEMBIMBING TESIS

Tesis dengan judul “Pengembangan Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis Social and Emotional Learning (SEL) Untuk Meningkatkan Intrapersonal Aspek Belajar Siswa di MAN Kota Tegal” karya,

Nama : Sukron Ma'mun

NPM : 7322800070

Program Studi : Magister Pedagogi

telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian tesis.

Tegal, Februari 2025

Pembimbing I,



(Prof. Dr. Sitti Hartinah, DS., MM.)
NIDN. 0017115401

Panitia Ujian

Pembimbing II,



(Dr. Hanung Sudiby, M.Pd)
NIDN. 0609088301

Mengetahui,
Direktur Pascasarjana,



(Dr. Fajar Ari Sudewo, S.H., M.H.)
NIDN. 0606066001

iii

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Percakapan paling penting yang pernah anda lakukan adalah percakapan dengan diri anda sendiri.” (David Goggins).

“Kesulitan sering mempersiapkan orang biasa untuk takdir yang luar biasa” (penulis).

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. *Bapak H. Abdurrahman Wahid (alm) dan Ibu Hj. Umroh terima kasih atas do'a dan dukungannya.*
2. *Istri tercinta Luluk Mahfudlloh, S.Pd yang telah memberikan doa, dukungan dan motivasi untuk menuntut ilmu.*
3. *Anak-anakku, Mohammad Ariful Ulum dan Aqiela Sabriyah, tercinta yang selalu memberikan semangat.*
4. *Keluarga besar MP 8 Pascasarjana UPS yang selalu kompak dan memberi warna warni selama perkuliahan.*

ABSTRAK

Ma'mun, sukron. 2025. "Pengembangan Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis *Social And Emotional Learning* (SEL) untuk Meningkatkan Intrapersonal Aspek Belajar Siswa di MAN Kota Tegal. " Tesis. Program Studi Magister Pedagogi. Program Pascasarjana. Universitas Pancasakti Tegal. Pembimbing I Prof. Dr. Sitti Hartinah, DS., MM. Pembimbing II Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd

Kata kunci : *Pengembangan, Bimbingan Klasikal, SEL, Intrapersonal.*

Tujuan yang dilakukannya penelitian ini adalah untuk: (1) Mengetahui kebutuhan siswa pada layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa. (2) Mendesain pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa (3) Mengetahui pengembangan layanan Bimbingan Klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) dapat meningkatkan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa (4) dan mengetahui efektifitas layanan Bimbingan Klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) dapat meningkatkan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.

Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* untuk menghasilkan media berupa modul *Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis Social And Emotional Learning (SEL)*. Penelitian ini mengacu pada model pengembangan ADDIE dari Dick and Carry. Teknik pengumpulan data menggunakan angket/observasi, lembar validasi, wawancara, studi literatur dan dokumentasi. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI MAN Kota Tegal yang berjumlah 482 siswa terdiri dari 213 siswa laki-laki dan 269 siswa perempuan. yang terbagi menjadi kelas kontrol dan kelas eksperimen. Teknik analisis data yang digunakan yaitu dengan uji normalitas, uji validitas, uji reliabilitas, uji t dan uji kelayakan serta efektifitas media.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh media *modul layanan bimbingan* terhadap kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa, dalam hal ini media adalah positif memberikan pengaruh yang signifikan.

Kesimpulan yang dapat diperoleh berdasarkan penelitian ini adalah Analisis kebutuhan guru dan siswa terhadap media meliputi analisis kebutuhan siswa, analisa pengguna, analisis sarana dan prasarana. Mengetahui desain pengembangan media terdiri dari pemilihan media, pemilihan format, penyusunan soal dan jawaban serta merancang media aplikasi. Kelayakan media dari tiga validator memperoleh validasi materi sebesar 90,62%. Sedangkan pada aspek media memperoleh tara-rata sebesar 93,75%. Efektifitas penggunaan media pembelajaran dibuktikan dengan hasil belajar siswa antara hasil pre test dan post test kelas eksperimen mengalami peningkatan dari 13,89% menjadi 83,34%. Ini membuktikan bahwa media berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan intrapersonal aspek belajar siswa.

ABSTRACT

Ma'mun, sukron. 2025. " *Development of Classical Guidance Services Based on Social and Emotional Learning (SEL) to Improve Intrapersonal Aspects of Student Learning at MAN Tegal City.* " Thesis. Master of Pedagogy Study Program. Postgraduate Program. Pancasakti University of Tegal. Supervisor I Prof. Dr. Sitti Hartinah, DS., MM. Supervisor II Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd

Keywords : *Development, Classical Guidance, SEL, Intrapersonal.*

The purpose of this research is to: (1) Find out the students' needs for classical guidance services based on Social and Emotional Learning (SEL) to improve the students' intrapersonal learning aspects. (2) Design the development of classical guidance services based on Social and Emotional Learning (SEL) to improve the students' intrapersonal learning aspects. (3) Find out the development of Classical Guidance services based on Social and Emotional Learning (SEL) can improve the students' intrapersonal learning aspects. (4) and find out the effectiveness of Classical Guidance services based on Social and Emotional Learning (SEL) can improve the students' intrapersonal learning aspects at MAN Kota Tegal.

This type of research is research and development to produce media in the form of a Classical Guidance Service module Based on Social and Emotional Learning (SEL). This research refers to the ADDIE development model from Dick and Carry. Data collection techniques using questionnaires/observations, validation sheets, interviews, literature studies and documentation. The population in this study were 482 students of class XI MAN Tegal City consisting of 213 male students and 269 female students, which were divided into control classes and experimental classes. Data analysis techniques used were normality tests, validity tests, reliability tests, t-tests and feasibility tests and media effectiveness.

The results of the study showed that there was an influence of the guidance service module media on students' intrapersonal learning aspects, in this case the media was positive and had a significant influence.

The conclusion that can be obtained based on this study is the analysis of teacher and student needs for media includes analysis of student needs, user analysis, analysis of facilities and infrastructure. Knowing the design of media development consists of media selection, format selection, compilation of questions and answers and designing application media. The feasibility of media from three validators obtained material validation of 90.62%. While in the media aspect obtained an average of 93.75%. The effectiveness of the use of learning media is proven by the results of student learning between the results of the pre-test and post-test of the experimental class increased from 13.89% to 83.34%. This proves that the media has a significant effect on the intrapersonal skills of students' learning aspects.

KATA PENGANTAR

Puji syukur yang sedalam-dalamnya penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan limpahan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian tesis dengan judul “Pengembangan Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis *Social And Emotional Learning* (SEL) untuk Meningkatkan Intrapersonal Aspek Belajar Siswa di MAN Kota Tegal” sebagai syarat menyelesaikan studi memperoleh gelar Magister Pendidikan dalam bidang Pedagogi di Universitas Pancasakti Tegal. Oleh karena itu, penulis berterimakasih kepada semua pihak yang secara langsung dan tidak langsung memberikan kontribusi dalam menyelesaikan tesis ini. Secara khusus pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Dr. Taufiqulloh, M.Hum. selaku Rektor Universitas Pancasakti Tegal yang telah memberikan masukan untuk perbaikan tesis ini.
2. Dr. Fajar Ari Sudewo, S.H., M.H. selaku Direktur Pascasarjana Universitas Pancasakti Tegal yang telah memberikan arahan dan masukan untuk perbaikan tesis ini.
3. Dr. Suriswo, M.Pd. Ketua Program Studi Magister Pedagogi Universitas Pancasakti Tegal atas motivasi, arahan dan dukungan moral kepada penulis selama kuliah dan penyusunan tesis ini sehingga selesai tepat waktu.
4. Prof. Dr. Sitti Hartinah, DS., MM. selaku pembimbing utama dan Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II atas bimbingan, arahan dan waktu yang telah diluangkan kepada penulis untuk berdiskusi selama penyusunan tesis ini.
5. Kepala Sekolah MAN Kota Tegal yang telah membantu terlaksananya penelitian.
6. Teman sejawat yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu demi terlaksananya penelitian ini.

Dengan keterbatasan pengalaman, ilmu maupun pustaka yang ditinjau, penulis menyadari bahwa tesis ini masih banyak kekurangan dan pengembangan lanjut agar benar-benar bermanfaat. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran agar tesis ini lebih sempurna serta sebagai masukan bagi penulis

untuk penelitian dan penulisan karya ilmiah di masa yang akan datang.

Akhir kata, penulis berharap tesis ini memberikan manfaat bagi kita semua terutama untuk pengembangan dunia pendidikan.

Tegal, Januari 2025

Sukron Ma'mun

DAFTAR ISI

	Hal
Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan Keaslian	ii
Halaman Pengesahan Penguji Tesis	iii
Halaman Pengesahan Dosen Pembimbing Tesis	iv
Halaman Motto dan Persembahan	v
Abstrak	vi
<i>Abstract</i>	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Pembatasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
 BAB II KAJIAN TEORI	
A. Bimbingan Klasikal	15
1. Pengertian Bimbingan Klasikal	15
2. Hal yang Perlu diperhatikan dalam Bimbingan Klasikal	18
3. Langkah- Langkah Layanan Bimbingan Klasikal	21
4. Karakteristik Layanan Bimbingan Klasikal	24

B. Social and Emotional Learning (SEL)	24
1. Definisi Social and Emotional Learning (SEL).....	24
2. Manfaat SEL Bagi Siswa	26
3. Keterampilan dalam SEL	28
4. Strategi dalam Pembelajaran SEL	30
C. Intrapersonal	33
1. Konsep Aspek Belajar Intrapersonal	33
2. Karakteristik Komunikasi Intrapersonal	41
D. Aspek Belajar	45
1. Pengertian Belajar	45
2. Prinsip-Prinsip Belajar	46
3. Faktor yang Mempengaruhi Belajar	48
4. Hasil Belajar	50
E. Penelitian yang Relevan	52
F. Kerangka Berfikir	55

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	58
B. Prosedur Penelitian	58
C. Sumber Data	64
D. Subyek Penelitian	65
E. Populasi dan Sampel Penelitian	66
F. Teknik dan Instrumen Pengumpul Data	67
G. Uji Keabsahan Data	71
H. Teknik Analisis Data	72

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian	75
B. Pembahasan	119

BAB V SIMPULAN DAN IMPLIKASI

A. Simpulan	131
B. Implikasi	132
C. Rekomendasi	133
Daftar Pustaka	135
Lampiran-lampiran	138

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Hasil Penilaian Validitas Aspek Content	87
Tabel 4.2	Hasil Penilaian Validitas Aspek Psikometrik	91
Tabel 4.3	Hasil Penilaian Validitas Aspek Isi	94
Tabel 4.4	Hasil Observasi Implementasi RPL.....	96
Tabel 4.5	Uji Normalitas Validasi Materi	100
Tabel 4.6	Reliabilitas Soal	101
Tabel 4.7	Analisis Hasil Pre-Test dan Post-Test Siswa Kelas Eksperimen	102
Tabel 4.8	Analisis Hasil Pre-Test dan Post-Test Siswa Kelas Kontrol	104
Tabel 4.9	Validasi Ahli Kuesioner Peningkatan Kompetensi Siswa	113
Tabel 4.10	Validasi Ahli Kuesioner Efektivitas Terhadap Peningkatan Aspek Intrapersonal Siswa	118
Tabel 4.11	Rekap Hasil Validasi Ahli Content, Konstrak dan Isi	120
Tabel 4.12	Rekap Hasil Pretest dan Postest pada Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	125

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Berfikir	57
Gambar 3.1	Prosedur Penelitian dan Pengembangan Model ADDIE	59
Gambar 3.2	Bagan Pengembangan Produk	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Bukti bimbingan	139
Lampiran 2	Surat Ijin Penelitian	141
Lampiran 3	Surat Telah Melaksanakan Penelitian	142
Lampiran 4	Angket Kebutuhan Pengembangan	143
Lampiran 5	Lembar Observasi pembelajaran	147
Lampiran 6	Lembar Pedoman wawancara	149
Lampiran 7	Kisi-kisi Instrumen Angket	158
Lampiran 8	Instrumen Angket Respon Siswa	168
Lampiran 9	Validasi Aspek Konten	172
Lampiran 10	Hasil Observasi Implementasi	176
Lampiran 11	Validasi Aspek Konstrak	180
Lampiran 12	RPL Modul BK	198
Lampiran 13	Program Semester	208
Lampiran 14	Program BK Merdeka Belajar	210
Lampiran 15	Dokumentasi	217

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era digital saat ini, pelaku pendidikan menghadapi banyak tantangan, baik guru maupun siswa. Tantangan abad ke-21 ini memerlukan perhatian serius. Idealnya, lembaga pendidikan berperan sebagai sarana untuk membentuk peserta didik yang unggul dan berkarakter. Namun, kenyataannya, banyak sekolah yang belum berkomitmen penuh untuk menjalankan pendidikan karakter. Koesoma mengungkapkan tiga alasan mengapa penerapan pendidikan karakter masih sulit dilakukan. Pertama, kurangnya pemahaman konseptual tentang apa itu pendidikan karakter. Kedua, ketidakpahaman ini menyebabkan kebijakan sekolah tidak tepat sasaran, sehingga dampaknya tidak optimal. Ketiga, penerapan pendidikan karakter sering kali menghadapi masalah dalam evaluasi, termasuk kesulitan dalam proses penilaian dan menentukan kriteria yang sesuai (Koesoma, 2017).

Beberapa keterampilan yang harus dikuasai di abad ini meliputi *Critical Thinking and Problem Solving*, *Communication Skills*, *Creativity and Innovation Skills*, serta *Collaboration Skills* (Widodo & Wardani, 2020). Oleh karena itu, sekolah sebagai lembaga pendidikan perlu mempersiapkan siswa agar siap menghadapi tantangan tersebut. Selain menghadapi tuntutan zaman, pendidikan pada dasarnya merupakan proses untuk meningkatkan kualitas hidup. Melalui pendidikan, diharapkan manusia dapat memahami makna kehidupan.

Dalam dua puluh tahun terakhir, banyak kasus kejahatan yang muncul dan bertentangan dengan nilai-nilai luhur bangsa. Di antara kasus tersebut adalah perilaku pemerasan, korupsi, pencemaran nama baik, serta tindak kriminal seperti pembunuhan dan kekerasan. Selain itu, di kalangan peserta didik, tidak sedikit yang terlibat dalam kasus tawuran, pergaulan bebas, bahkan

penyalahgunaan narkoba. Sebagai lembaga pendidikan, sekolah seharusnya dapat dengan baik memfasilitasi pendidikan karakter, karena hal ini merupakan fondasi penting bagi peserta didik untuk berinteraksi dalam masyarakat. Pendidikan karakter sejatinya dimulai dari lingkungan terkecil, yaitu keluarga. Namun, dalam praktiknya, banyak orang tua dan sekolah yang lebih memprioritaskan pencapaian akademik (Kemenag, 2012).

Pendidikan tidak hanya berfokus pada peningkatan aspek akademik, tetapi juga pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Keterampilan ini memainkan peran penting dalam kesuksesan siswa di sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari. Seiring dengan meningkatnya kompleksitas tantangan sosial dan emosional yang dihadapi oleh siswa di lingkungan sekolah, kebutuhan akan pendekatan pendidikan yang komprehensif semakin mendesak. *Social and Emotional Learning* (SEL) merupakan salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif dalam membantu siswa mengembangkan kompetensi intrapersonal yang diperlukan untuk mencapai prestasi belajar yang optimal.

Social and Emotional Learning (SEL) adalah pendekatan sistematis yang bertujuan untuk mengajarkan siswa keterampilan sosial dan emosional yang membantu mereka dalam mengelola emosi, menetapkan tujuan yang positif, menunjukkan empati kepada orang lain, serta membangun hubungan yang sehat dan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Dengan mengintegrasikan SEL ke dalam layanan bimbingan klasikal, siswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-management*), kesadaran sosial (*social awareness*), keterampilan berelasi (*relationship skills*), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (*responsible decision-making*).

Di MAN Kota Tegal, layanan Bimbingan dan Konseling masih difokuskan pada aspek akademik dan belum sepenuhnya memanfaatkan pendekatan SEL. Padahal, banyak siswa yang menghadapi kesulitan dalam aspek intrapersonal, seperti motivasi belajar dan regulasi emosi. Tantangan ini dapat memengaruhi proses belajar siswa secara keseluruhan, baik dalam interaksi di

kelas maupun dalam kehidupan sosial mereka di luar lingkungan sekolah.

Sangat penting untuk mengembangkan layanan bimbingan klasikal berbasis SEL yang terstruktur dan terintegrasi dalam kurikulum sekolah, agar dapat membantu siswa meningkatkan aspek intrapersonal dan yang dibutuhkan dalam pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk merancang, mengimplementasikan, dan mengevaluasi layanan bimbingan klasikal berbasis SEL yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi dan hubungan sosial, serta berdampak positif pada peningkatan prestasi belajar mereka.

Pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis SEL di lokasi penelitian diharapkan tidak hanya dapat meningkatkan kualitas bimbingan dan konseling di sekolah, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang pada perkembangan sosial dan emosional siswa. Dengan adanya program ini, diharapkan siswa dapat lebih siap dalam menghadapi tantangan kehidupan sosial dan akademik dengan keterampilan yang lebih baik dalam mengelola diri dan berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka.

Integrasi *Social and Emotional Learning* (SEL) dalam layanan bimbingan di sekolah juga sangat relevan dengan perkembangan paradigma pendidikan saat ini. Kurikulum yang dirancang tidak hanya bertujuan untuk mencetak siswa yang unggul secara akademik, tetapi juga mengembangkan kompetensi lain yang sama pentingnya, seperti kemampuan beradaptasi, berpikir kritis, dan berkolaborasi. Keterampilan intrapersonal yang menjadi fokus SEL merupakan pondasi utama dalam membangun karakter siswa yang mampu berperan positif di tengah masyarakat yang dinamis.

Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan sosial dan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengatasi stres, memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, dan mampu membangun hubungan yang lebih harmonis dengan teman sebaya maupun guru. Di sisi lain, kurangnya keterampilan ini dapat mengakibatkan rendahnya kepercayaan diri, kesulitan

dalam interaksi sosial, hingga munculnya masalah perilaku yang berdampak negatif pada proses belajar-mengajar. Dalam konteks di lokasi penelitian, beberapa siswa menunjukkan gejala-gejala yang mencerminkan rendahnya kemampuan dalam mengelola emosi dan hubungan sosial, seperti kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial, kesulitan bekerja dalam kelompok, serta perilaku impulsif di kelas.

Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk memberikan dukungan tambahan kepada siswa melalui layanan bimbingan yang lebih terarah dan terstruktur. Layanan bimbingan klasikal berbasis SEL merupakan solusi yang tepat untuk menjawab kebutuhan tersebut, karena pendekatan ini tidak hanya melibatkan aspek kognitif siswa, tetapi juga memberikan perhatian khusus pada perkembangan emosional dan sosial mereka. Selain itu, pendekatan SEL dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif, di mana setiap siswa merasa dihargai, didukung, dan memiliki kesempatan yang sama untuk berkembang.

Pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis SEL juga sejalan dengan upaya pemerintah dalam mewujudkan Profil Pelajar Pancasila, yang menekankan pentingnya pembentukan karakter siswa yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, mandiri, bernalar kritis, kreatif, dan mampu bekerja sama dengan orang lain. Dengan layanan bimbingan yang terintegrasi dengan SEL, diharapkan siswa dapat menjadi individu yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki kecerdasan sosial dan emosional yang memadai untuk menghadapi tantangan masa depan.

Berdasarkan permasalahan dan potensi yang telah diuraikan, penelitian ini sangat penting untuk dilakukan guna mengembangkan model layanan bimbingan klasikal berbasis SEL yang efektif dalam meningkatkan aspek intrapersonal siswa. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi bagi peningkatan kualitas layanan bimbingan, tetapi juga menjadi referensi bagi sekolah-sekolah lain yang ingin mengimplementasikan pendekatan SEL dalam

program bimbingan dan konseling mereka.

Keterampilan intrapersonal menjadi kunci penting dalam perkembangan diri siswa. Keterampilan intrapersonal berkaitan dengan kemampuan siswa untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri. Ini termasuk bagaimana siswa memotivasi diri, mengatur stress, dan menghadapi tantangan. Sementara itu, keterampilan intrapersonal berhubungan dengan kemampuan untuk memahami, mengelola, dan mengembangkan diri secara internal. Ini meliputi berbagai aspek kesadaran dan regulasi diri yang sangat penting dalam kehidupan pribadi dan profesional.

Dalam konteks pembelajaran, peningkatan keterampilan intrapersonal sangatlah relevan. Keterampilan intrapersonal yang baik akan membantu siswa dalam membangun kesadaran diri, menetapkan tujuan belajar yang jelas, serta menghadapi tantangan akademik dengan lebih percaya diri dan optimisme. Misalnya, siswa yang memiliki pengelolaan emosi yang baik akan lebih mampu mengatasi rasa cemas saat menghadapi ujian, serta lebih tekun dan konsisten dalam belajar, karena memiliki motivasi yang berasal dari dalam dirinya sendiri.

Keterampilan intrapersonal sangat penting karena berperan dalam membangun ketahanan pribadi, kepercayaan diri, dan kemandirian. Keterampilan ini juga berkaitan erat dengan kecerdasan emosional, yang membantu seseorang untuk merespons situasi dengan lebih bijaksana dan seimbang. Dalam konteks profesional, keterampilan intrapersonal memungkinkan seseorang untuk bekerja secara mandiri, menetapkan standar tinggi untuk diri sendiri, dan terus berusaha untuk mencapai kemajuan.

Kelemahan dalam keterampilan intrapersonal dapat berdampak signifikan pada berbagai aspek kehidupan individu, terutama dalam konteks pendidikan dan pengembangan diri. Keterampilan intrapersonal mencakup kemampuan untuk memahami dan mengelola emosi, motivasi, serta kesadaran diri. Siswa yang memiliki kelemahan dalam keterampilan intrapersonal juga sering menghadapi tantangan dalam membangun ketahanan diri. Mereka lebih rentan terhadap

tekanan sosial dan cenderung lebih sulit dalam mengembangkan rasa percaya diri. Keterampilan ini penting karena memengaruhi bagaimana siswa merespons kegagalan, menerima umpan balik, dan tetap termotivasi meskipun menghadapi tantangan. Kelemahan dalam aspek ini sering kali mengakibatkan rendahnya kemampuan untuk mengatur diri, menghadapi stres, dan memotivasi diri dalam mencapai tujuan. Kelemahan dalam keterampilan intrapersonal pada siswa dapat memengaruhi perkembangan emosional, akademik, dan sosial mereka. Banyak siswa belum memahami sepenuhnya perasaan, kekuatan, dan kelemahan mereka sendiri, sehingga sulit bagi mereka untuk mengenali potensi serta area yang perlu ditingkatkan.

Oleh karena itu, peningkatan keterampilan intrapersonal akan membantu siswa dalam berbagai aspek kehidupan, baik di lingkungan akademik maupun di luar sekolah. Dengan kesadaran diri yang lebih baik, siswa akan lebih memahami kekuatan, kelemahan, nilai, dan minat mereka sendiri. Ini dapat membantu mereka mengambil keputusan yang lebih baik mengenai kegiatan atau bidang yang ingin mereka tekuni. Secara keseluruhan, peningkatan keterampilan intrapersonal akan membekali siswa dengan kemampuan yang mendukung keberhasilan mereka dalam berbagai aspek, dari prestasi akademik hingga kehidupan sosial. Dengan memiliki keterampilan intrapersonal yang kuat, siswa akan lebih siap menghadapi tantangan, mengejar potensi diri, dan beradaptasi dalam lingkungan yang terus berubah.

Dengan mengimplementasikan layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL), diharapkan terjadi peningkatan signifikan pada kemampuan intrapersonal siswa. Pendekatan SEL memberikan ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi dan memahami diri mereka sendiri, sehingga mereka mampu mengembangkan kesadaran diri yang lebih baik dan mengelola emosi secara efektif. Selain itu, SEL juga mendorong pengembangan keterampilan sosial yang dibutuhkan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam berbagai konteks, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah.

Sejumlah penelitian mendukung bahwa keterampilan intrapersonal yang kuat berkorelasi positif dengan pencapaian akademik dan kesejahteraan emosional siswa. Keterampilan intrapersonal membantu siswa dalam mengembangkan resilien, adaptabilitas, dan ketekunan, yang semuanya penting dalam menghadapi tantangan akademik. Sementara itu, keterampilan intrapersonal memperkuat kemampuan siswa untuk memahami dan mengelola diri mereka sendiri dengan lebih baik, yang penting dalam pengembangan karakter dan pencapaian tujuan pribadi. Siswa yang memiliki keterampilan intrapersonal yang baik cenderung lebih mengenal kekuatan, kelemahan, minat, dan nilai pribadi. Kesadaran ini membantu mereka mengambil keputusan yang lebih tepat dan berorientasi pada tujuan, baik dalam konteks akademik maupun pribadi.

Dalam konteks di lokasi penelitian, di mana tantangan akademik dan sosial semakin kompleks, pendekatan SEL dalam layanan bimbingan klasikal diyakini dapat menjadi solusi efektif. Pendekatan ini tidak hanya memberikan dukungan pada siswa yang memiliki kesulitan dalam aspek intrapersonal, tetapi juga menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif, di mana setiap siswa merasa didukung dalam perkembangan emosional dan sosial mereka.

Melalui penelitian ini, pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis SEL bertujuan untuk meningkatkan keterampilan intrapersonal siswa. Diharapkan, siswa yang mengikuti program ini akan mampu memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik, serta memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang efektif, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada prestasi belajar mereka dan kualitas kehidupan sosial di lingkungan sekolah.

Aspek belajar siswa sangat dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam mengelola emosi dan berinteraksi secara sosial. Belajar bukan hanya soal menguasai materi akademik, tetapi juga bagaimana siswa merespons tantangan, beradaptasi dengan situasi baru, dan berkolaborasi dengan teman-teman mereka. Dalam hal ini, keterampilan intrapersonal yang dikembangkan melalui *Social*

and Emotional Learning (SEL) memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas belajar siswa secara keseluruhan.

Aspek intrapersonal berkaitan dengan bagaimana siswa mengelola diri mereka sendiri dalam proses belajar. Misalnya, kemampuan siswa untuk memotivasi diri, mengatur emosi, dan menghadapi kesulitan belajar tanpa menyerah sangat memengaruhi keberhasilan mereka. Siswa yang memiliki keterampilan intrapersonal yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan fokus, mengatasi kecemasan, dan tetap gigih dalam mencapai tujuan belajar. Hal ini sangat penting dalam lingkungan pendidikan saat ini yang menuntut siswa untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab atas pembelajaran mereka sendiri.

Seperti di banyak sekolah lain, terdapat tantangan dalam memastikan semua siswa memiliki kesadaran diri dan pengelolaan diri yang baik dalam proses belajar. Beberapa siswa mungkin merasa kesulitan dalam menghadapi tekanan akademik atau berjuang dengan motivasi internal yang rendah, yang pada akhirnya berdampak pada hasil belajar mereka. Dengan mengintegrasikan pendekatan SEL dalam layanan bimbingan klasikal, siswa akan dibimbing untuk lebih memahami dan mengelola emosi mereka, serta belajar menetapkan tujuan yang realistis dan strategis dalam belajar. Hal ini dapat berdampak langsung pada peningkatan aspek intrapersonal siswa dalam proses belajar, seperti meningkatkan kemampuan mereka untuk menghadapi kesulitan dan menjadi lebih *resilient*.

Selain itu, aspek intrapersonal siswa juga memiliki pengaruh besar terhadap proses belajar. Siswa tidak belajar dalam isolasi; mereka belajar dalam lingkungan sosial yang penuh dengan interaksi, baik dengan teman sebaya maupun dengan guru. Kemampuan untuk bekerja sama, berkomunikasi secara efektif, dan berempati terhadap orang lain adalah keterampilan penting yang mendukung pembelajaran yang kolaboratif dan partisipatif. Siswa yang memiliki keterampilan intrapersonal yang kuat akan lebih mudah bekerja dalam kelompok, berpartisipasi dalam diskusi kelas, dan terlibat dalam kegiatan belajar yang

melibatkan kerja sama tim.

Sayangnya, di banyak sekolah, termasuk di sekolah tempat penelitian, sering kali ditemukan siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, baik karena kurangnya kepercayaan diri, ketidakmampuan dalam mengelola konflik, atau masalah dalam komunikasi. Kesulitan ini dapat menghambat proses belajar karena siswa mungkin merasa terisolasi atau tidak nyaman berpartisipasi dalam kegiatan belajar yang melibatkan interaksi sosial. Program SEL yang diterapkan melalui layanan bimbingan klasikal dapat membantu meningkatkan keterampilan intrapersonal siswa, sehingga mereka dapat berinteraksi lebih baik dalam kelompok belajar, menyelesaikan konflik secara efektif, dan mendukung satu sama lain dalam proses belajar.

Penelitian juga menunjukkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan sosial dan emosional yang baik lebih mungkin untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan belajar, memiliki sikap positif terhadap sekolah, dan menunjukkan peningkatan hasil belajar. Dengan demikian, peningkatan keterampilan intrapersonal melalui SEL secara langsung mendukung peningkatan aspek belajar siswa. Siswa yang mampu mengelola emosi dan berinteraksi dengan baik cenderung lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas belajar, lebih kolaboratif dalam diskusi kelompok, serta lebih terlibat dalam pembelajaran, yang pada akhirnya akan berdampak pada prestasi akademik mereka.

Latar belakang penelitian ini didasarkan pada pentingnya pengembangan keterampilan intrapersonal siswa dalam konteks pendidikan. Keterampilan intrapersonal mencakup kemampuan untuk memahami dan mengelola emosi, mengatur diri sendiri, serta memotivasi diri untuk mencapai tujuan akademik. Keterampilan ini sangat krusial dalam mendukung prestasi belajar siswa, karena berperan dalam pengambilan keputusan yang efektif dan pengendalian diri saat menghadapi tantangan belajar.

Berdasarkan uji pendahuluan yang dilakukan di MAN Kota Tegal, ditemukan bahwa dari 36 siswa yang diamati, terdapat 14 siswa dengan tingkat

keterampilan intrapersonal yang rendah. Hasil ini diperoleh melalui observasi langsung dan angket yang mengukur aspek-aspek seperti pengenalan diri, regulasi emosi, dan motivasi intrinsik. Rendahnya tingkat keterampilan intrapersonal pada siswa-siswa ini ditunjukkan dengan indikator-indikator seperti kurangnya rasa percaya diri, kesulitan dalam mengelola stres, dan rendahnya kemampuan untuk memotivasi diri dalam proses belajar.

Temuan ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk intervensi yang dapat meningkatkan aspek intrapersonal siswa, sehingga mereka dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik. Salah satu pendekatan yang relevan dan efektif untuk mengatasi masalah ini adalah melalui pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL). Program SEL dirancang untuk membantu siswa mengembangkan kesadaran diri, manajemen diri, keterampilan sosial, empati, serta kemampuan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab. Penerapan bimbingan klasikal berbasis SEL diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan aspek intrapersonal siswa di MAN Kota Tegal, sehingga siswa lebih siap secara emosional dan mental dalam menghadapi tantangan belajar di lingkungan sekolah.

Program bimbingan klasikal berbasis SEL diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung bagi siswa. Dengan mengembangkan keterampilan intrapersonal, siswa akan lebih siap menghadapi tantangan belajar yang kompleks dan lebih mampu berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Pengembangan ini tidak hanya penting untuk prestasi akademik, tetapi juga untuk membangun kesiapan siswa dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis SEL dapat meningkatkan aspek belajar siswa, terutama dalam hal keterlibatan, motivasi, dan interaksi sosial mereka di kelas. Diharapkan, pendekatan ini dapat menjadi model yang efektif dalam meningkatkan kualitas belajar siswa dan menciptakan suasana

pembelajaran yang lebih inklusif dan kolaboratif. Pada penelitian ini jenis pengembangannya dengan 3 tahap proses pengembangan: Analisis (*Analysis*), Desain (*Design*), Pengembangan (*development*). Dengan pengembangan tersebut peneliti perlu melakukan penelitian dengan judul “Pengembangan Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) Untuk Meningkatkan Intrapersonal Aspek Belajar Siswa di MAN Kota Tegal”

B. Identifikasi Masalah

1. Kemampuan berkomunikasi antar teman sebaya masih rendah
2. Siswa cenderung bersifat individu sehingga kurang dalam bersosialisasi
3. Kemampuan bertukar informasi baik di dalam kelas maupun luar kelas masih rendah.
4. Kurangnya pemahaman tentang konsep dan urgensi pengembangan kemampuan intrapersonal membuat sekolah dan orang tua lebih fokus pada pencapaian akademik siswa.
5. Siswa belum mampu untuk menerima, mengolah dan mengeluarkan emosi secara tepat sehingga sering kali membuat keputusan yang tidak bertanggung jawab.
6. Waktu yang tersedia pada setiap mata pelajaran dengan beban materi yang banyak dinilai kurang untuk dapat memasukkan aspek – aspek yang berkaitan dengan sosial dan emosional.

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah agar penelitian tersebut lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Peneliti membatasi masalah yang akan diteliti antara lain seperti yang dijabarkan berikut :

1. Pengembangan prosedur menggunakan tiga tahap pertama, yaitu : *Analysis*, *Design* dan *Development*;

2. Pengembangan prosedur memilih dan menentukan model SEL (*Social And Emotional Learning*)
3. Program layanan bimbingan klasikal berbasis *Social Emotional Learning* yang akan diteliti meliputi pendekatan, strategi, dan Kompetensi- kompetensi yang ada di dalamnya. yang terfokus pada peningkatan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kebutuhan siswa pada layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal?
2. Bagaimana desain pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal?
3. Bagaimana pengembangan layanan Bimbingan Klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) dapat meningkatkan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal?
4. Bagaimana efektifitas layanan Bimbingan Klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) dapat meningkatkan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui dan menganalisis kebutuhan siswa pada layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.

2. Mendesain pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.
3. Mengetahui dan menganalisis pengembangan layanan Bimbingan Klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) dapat meningkatkan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.
4. Mengetahui efektifitas layanan Bimbingan Klasikal berbasis *Social and Emotional Learning* (SEL) dapat meningkatkan kemampuan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dikemukakan di atas, penelitian ini diharapkan mempunyai suatu manfaat. Adapun manfaat penelitian adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih gagasan dan kontribusi yang berarti dalam dunia keilmuan, khususnya sebagai bahan merumuskan konsep teoritik mengenai layanan bimbingan klasikal berbasis *social and emotional learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan penelitian berikutnya yang lebih baik, terutama dalam konteks pengembangan asesmen diagnostik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam pengembangan program bimbingan di sekolah, sehingga lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan siswa, terutama dalam konteks pendidikan karakter. Selain itu, penelitian ini dapat membantu pihak sekolah dalam mengidentifikasi dan menangani masalah sosial di kalangan siswa melalui pendekatan yang berbasis pada pendidikan emosional dan sosial. Serta

temuan dari penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi pengambil kebijakan di tingkat sekolah untuk merumuskan kebijakan yang mendukung pengembangan layanan bimbingan yang lebih baik.

b. Bagi guru

Penelitian ini dapat memberikan panduan bagi guru dan konselor dalam mengimplementasikan layanan bimbingan klasikal yang efektif, sehingga siswa dapat meningkatkan keterampilan intrapersonal siswa yang penting dalam kehidupan sosial sehari-hari.

c. Bagi siswa

Dengan penerapan *Social and Emotional Learning* (SEL), diharapkan siswa menjadi lebih sadar akan emosi diri dan orang lain, yang dapat berkontribusi pada lingkungan sekolah yang lebih harmonis dan mendukung.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Bimbingan Klasikal

1. Pengertian Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal merupakan bagian yang memiliki porsi terbesar dalam layanan Bimbingan dan Konseling, serta merupakan layanan yang efisien, terutama dalam menangani masalah rasio jumlah konseli dan konselor. Ruang lingkup layanan bimbingan klasikal dapat meliputi belajar, pribadi, sosial, dan karir.

Bimbingan klasikal merupakan salah satu inti dari program konseling sekolah komprehensif yang memberikan kontribusi pengembangan akademik, emosional dan sosial siswa. Bimbingan klasikal merupakan cara yang efektif bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam memberikan informasi dan atau orientasi kepada siswa tentang program layanan yang ada di sekolah, program pendidikan lanjutan, keterampilan belajar, selain itu layanan bimbingan klasikal dapat digunakan sebagai layanan preventif.

Menurut (Jill A. Geltner, dan Mary Ann Clark, 2015) Bimbingan Klasikal (*classroom guidance*) merupakan bagian yang penting diberikan dalam kurikulum bimbingan, yaitu sekitar 25% sampai dengan 35%. Layanan bimbingan klasikal merupakan cara yang paling efektif dalam mengidentifikasi siswa yang membutuhkan perhatian ekstra. Bimbingan Klasikal berdasarkan Panduan Operasional BK SMP Ditjen GTKI 2016 merupakan kegiatan layanan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik atau konseli dalam satu rombongan belajar dan dilaksanakan di kelas dalam bentuk tatapan muka antara guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan peserta didik atau konseli.

Metode bimbingan klasikal diantaranya yaitu diskusi, bermain peran, dan ekpositori. Bimbingan klasikal merupakan salah satu strategi layanan dasar serta layanan peminatan dan perencanaan individual pada komponen program bimbingan dan konseling. Bimbingan klasikal diberikan kepada semua peserta didik atau konseli dan bersifat pengembangan, pencegahan dan pemeliharaan.

Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional mengemukakan bahwa layanan bimbingan klasikal adalah salah satu layanan dasar dalam bimbingan konseling yang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan siswa secara terjadwal, berupa kegiatan diskusi kelas, tanya jawab, dan praktik langsung yang dapat membuat siswa aktif dan kreatif dalam mengikuti kegiatan yang dilakukan (Ainur Rosdah, 2014). Bimbingan klasikal menurut (Yusuf, 2019) merupakan proses pemberian bantuan bagi peserta didik atau siswa melalui kegiatan-kegiatan secara klasikal yang disajikan secara sistematis dalam rangka membantu siswa mengembangkan potensinya secara optimal. dan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal, guru bimbingan dan konseling atau konselor perlu untuk menyusun rencana pelaksanaan layanan (RPL). Adapun tujuan layanan Bimbingan Klasikal diantaranya :

- a. Upaya untuk membantu siswa untuk memiliki kesadaran (pemahaman) tentang diri dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, sosial-budaya, dan agama)
- b. Mampu mengembangkan keterampilan untuk mengidentifikasi tanggung jawab atau seperangkat tingkah laku tepat bagi penyesuaian dirinya dengan lingkungannya;
- c. Mampu menangani atau memenuhi kebutuhan dan masalahnya; dan
- d. Mampu mengembangkan diri.

Layanan bimbingan klasikal merupakan salah satu bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang terstruktur dan terjadwal di dalam kelas. Bimbingan klasikal merupakan proses pemberian bantuan dalam

bentuk bimbingan pada seluruh peserta didik dalam satu kelas (Budiman & Arif, 2017). Bimbingan klasikal dapat digunakan sebagai layanan preventif atau pencegahan masalah (Mukhtar et al., 2016). Dengan pemberian layanan bimbingan klasikal dapat memberikan bantuan kepada siswa secara merata di dalam kelas, tidak hanya untuk siswa yang bermasalah saja tetapi juga untuk mencegah agar siswa yang tidak bermasalah dapat memahami terkait permasalahan tanggung jawab akademik. Layanan ini juga memiliki beberapa ketentuan dalam pelaksanaannya. Adapun perbedaannya antara mengajar dan membimbing

- a. Layanan bimbingan klasikal bukanlah suatu kegiatan mengajar atau menyampaikan materi pelajaran sebagaimana mata pelajaran yang dirancang dalam kurikulum pendidikan disekolah, melainkan menyampaikan informasi yang dapat berpengaruh terhadap tercapainya perkembangan yang optimal seluruh aspek perkembangan dan tercapainya kemandirian peserta didik atau konseli.
- b. Materi bimbingan klasikal berkaitan erat dengan domain bimbingan dan konseling yaitu bimbingan belajar, pribadi, sosial dan karir, serta aspek-aspek perkembangan peserta didik.
- c. Guru mata pelajaran dalam melaksanakan tugasnya adalah menyelenggarakan pembelajaran yang mendidik, dan tugas guru bimbingan dan konseling atau konselor adalah menyelenggarakan layanan bimbingan konseling yang memandirikan peserta didik atau konseling.

Berikut tahapan yang perlu diperhatikan menurut Ketut (2018) sebagai berikut :

- a. Melakukan pemahaman peserta didik (menentukan kelas layanan, menyiapkan instrument pemahaman peserta didik, pengumpulan data, analisis data, dan merumuskan pemahaman).
- b. Menentukan kecenderungan kebutuhan layanan bimbingan klasikal bagi peserta didik/konseli atas dasar hasil pemahaman peserta didik.
- c. Memilih metode dan teknik yang sesuai untuk pemberian layanan bimbingan klasikal (ceramah-diskusi; atau ceramah-simulasi-diskusi, atau ceramah-tugasdiskusi).
- d. Persiapan pemberian layanan bimbingan klasikal dapat disiapkan secara tertulis merupakan suatu bukti administrasi kegiatan, dengan demikian materi layanannya disajikan secara terencana dengan harapan

- mencapai hasil yang optimal, sebab disusun atas dasar kebutuhan dan literature yang relevan
- e. Memilih sistematika persiapan yang dapat disusun oleh Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor, dengan catatan telah mencerminkan adanya kesiapan layanan bimbingan klasikal dan persiapan diketahui oleh Koordinator Bimbingan dan Konseling dan atau Kepala sekolah.
 - f. Mempersiapkan alat bantu untuk melaksanakan pemberian layanan bimbingan klasikal sesuai dengan kebutuhan layanan
 - g. Evaluasi pemberian layanan bimbingan klasikal perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana proses, tepat tidaknya layanan yang diberikan atau perkembangan sikap dan prilaku atau tingkat ketercapaian tugas-tugas perkembangan. Secara umum aspek yang dievaluasi meliputi : kesesuaian program dalam pelaksanaan, keterlaksanaan program, hambatan hambatan yang dijumpai, dampak terhadap kegiatan belajar mengajar, dan respon peserta didik personal sekolah, dan orang tua serta perubahan perkembangan peserta didik (tugas-tugas perkembangan) atau perkembangan belajar, pribadi, sosial, dan karirnya

Bimbingan klasikal merupakan bagian yang memiliki pengaruh besar dalam layanan bimbingan dan konseling, serta merupakan layanan yang efisien, terutama dalam menangani masalah rasio jumlah konseli dan konselor. Konsep Dasar Layanan Bimbingan Klasikal mengacu pada bentuk layanan bimbingan dan konseling yang diberikan secara kelompok dalam setting kelas. Tujuan utamanya adalah untuk membantu siswa dalam pengembangan diri, baik dalam aspek akademik, personal, sosial, maupun karier. Layanan ini diselenggarakan secara terstruktur dengan materi yang dirancang untuk seluruh siswa dalam satu kelas, sehingga bimbingan klasikal mencakup seluruh peserta didik, bukan hanya siswa yang mengalami masalah khusus. Konsep layanan bimbingan klasikal ini penting dalam membangun suasana kelas yang mendukung perkembangan seluruh siswa secara menyeluruh.

2. Hal-Hal yang harus diperhatikan dalam Pelaksanaan Bimbingan Klasikal

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan seorang konselor didalam

melaksanakan bimbingan klasikal agar bimbingan klasikal yang diberikan dapat berlangsung dengan efektif dan dapat menghasilkan tujuan yang hendak dicapai oleh konselor setelah pelaksanaan pelayanan bimbingan secara klasikal dilaksanakan. Berikut adalah hal-hal yang perlu dipertimbangkan menurut Sink (2017) sebagai berikut:

a. Menentukan Kebutuhan Siswa

1) Kesiapan

Kesiapan adalah "tingkat pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan terkini yang dimiliki seorang siswa terkait dengan urutan pembelajaran tertentu". Tingkat kesiapan ditentukan oleh penilaian awal atas pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan siswa dalam topik yang diberikan. Pra-penilaian bisa formal (mis. kuesioner, skala penilaian, tes standar) atau kurang formal (mis. pengamatan guru). Setelah menentukan tingkat kesiapan siswa, instruksi dapat dirancang sesuai. Siswa belajar dengan baik ketika mereka ditantang di luar pemahaman mereka saat ini atau tingkat perkembangan. Jika mereka tidak tertantang, siswa tidak akan terlibat dan sedikit atau tidak ada pembelajaran akan terjadi. Namun, jika informasi dan tugas terlalu maju untuk siswa, frustrasi, bukannya pembelajaran, hasilnya.

2) Minat

Motivasi untuk belajar meningkat ketika siswa memiliki minat atau hasrat untuk apa yang mereka coba pelajari. Konten yang dipelajari siswa dan proses yang digunakan untuk mempelajari dan menunjukkan pengetahuan baru harus dikaitkan dengan minat siswa. Memberi siswa pilihan tentang apa yang mereka pelajari memberi mereka kepemilikan lebih dan investasi dalam proses pembelajaran. Tugas yang dibedakan harus "sama-sama menarik, sama pentingnya, dan juga sama menariknya.

3) Profil Pembelajaran

Profil belajar siswa terdiri dari gaya belajarnya, preferensi kecerdasan, jenis kelamin, dan budaya. Konselor sekolah tidak perlu memenuhi profil pembelajaran masing-masing individu, tetapi mereka harus memasukkan berbagai metode penyampaian bahan saat presentasi dan menawarkan beragam pilihan tugas dan evaluasi untuk mengakomodasi beragam profil pembelajaran. Contohnya dengan menggunakan video, bermain peran, diskusi, sentuhan dll. Kolaborasi dengan guru kelas dapat memberikan arahan yang sangat berharga saat bergabung profil pembelajaran dalam proses perencanaan.

- b. Metode untuk deferensiasi Setelah menentukan kebutuhan siswa, konselor sekolah kemudian dapat membedakan rencana bimbingan kelas berdasarkan konten, proses, atau produk unit.

1) Konten

Konten adalah apa yang siswa perlu pelajari. Diferensiasi konten berarti bahwa siswa diberi banyak pilihan tentang cara menerima informasi. Beberapa strategi untuk membedakan konten termasuk penggunaan pertanyaan siswa dan minat yang diungkapkan untuk membantu membimbing instruksi; berbagai tingkat teks dan materi; instruksi kelompok kecil untuk remediasi, eksplorasi, dan / atau perpanjangan; ketersediaan bahan dalam format audio dan video; penyediaan grafik organisator untuk pemberitahuan; dan teman belajar siswa.

2) Proses

Cara siswa tiba di konten disebut sebagai proses. Istilah proses sering digunakan sebagai ganti kegiatan dan mengacu pada kegiatan para siswa mengambil bagian dalam untuk mendapatkan pemahaman, atau memahami konten. Konselor dapat mengembangkan berbagai strategi untuk membantu siswa mempelajari informasi baru termasuk permainan peran, tugas berjenjang, kontrak pembelajaran, dan pusat

pembelajaran. Ketika proses dibedakan, siswa memiliki banyak pilihan untuk memahami pengetahuan baru. Ketika membedakan untuk proses, konselor memberi siswa berbagai kesempatan belajar yang dirancang untuk membantu mereka mendapatkan pemahaman tentang konten dan menanggapi beragam minat, profil pembelajaran, dan kesiapan mereka

3) Produk

Produk mengacu pada sarana di mana puncak pemahaman terhadap konten diekspresikan oleh siswa. Memahami konten yang sama dapat diperagakan dalam berbagai bentuk termasuk pertunjukan, laporan, diagram, atau presentasi berbasis komputer.

3. Langkah-langkah layanan bimbingan klasikal

Langkah langkah dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling klasikal dapat dilakukan dengan baik dengan menurut Untuk dapat melaksanakan layanan bimbingan dan konseling klasikal secara baik, Linda D Webb dan Greg A Brigman (2017), berpendapat bahwa terdapat beberapa langkah yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling klasikal diantaranya sebagai berikut :

- a. Melaksanakan pemahaman siswa untuk dapat menentukan kelas layanan, membuat instrumen pemahaman siswa, mengumpulkan data, menganalisis data, dan merumuskan pemahaman.
- b. Menentukan kebutuhan layanan bimbingan klasikal untuk peserta didik berdasarkan pada hasil pemahaman peserta didik.
- c. Memilih metode dan teknik yang sesuai untuk digunakan dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal diantaranya dengan teknik (ceramah diskusi, ceramah simulasi-diskusi, dan ceramah-tugas-diskusi).
- d. Pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal dapat disiapkan secara tertulis untuk dijadikan bukti administrasi kegiatan, dengan demikian materi layanan yang akan diberikan pada siswa sudah terencana

dengan harapan mencapai hasil yang optimal, sebab disusun atas dasar kebutuhan dan literature yang relevan.

- e. Pada persiapan bimbingan dan konseling klasikal dapat dilakukan oleh Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor jika mereka telah menunjukkan kesiapan untuk dapat melakukan kegiatan yang diketahui oleh koordinator bimbingan dan konseling dan kepala sekolah.
- f. Mempersiapkan alat bantu untuk melaksanakan pemberian layanan bimbingan dan konseling klasikal sesuai dengan kebutuhan layanan.
- g. Evaluasi pada pelaksanaan bimbingan dan konseling klasikal penting dilakukan untuk menilai kegiatan yang telah terlaksana untuk menentukan bagaimana proses bekerja, apakah layanan yang diberikan telah sesuai, perkembangan sikap dan perilaku, dan tingkat pencapaian tugas perkembangan. Secara umum program yang sedang dilaksanakan, kesulitan yang dihadapi, pengaruh terhadap kegiatan belajar mengajar, dan respon siswa, serta perubahan siswa (tugas perkembangan) atau pertumbuhan belajar, pribadi, sosial, dan percakapan.

Adapun Tahap-tahap dalam pelaksanaan bimbingan klasikal menurut Tohirin (2016) yakni sebagai berikut :

a. Pendahuluan

Sebelum melaksanakan kegiatan layanan guru bimbingan dan konseling harus dapat mengenali kondisi terlebih dahulu. Hal ini dilakukan agar bimbingan klasikal dapat berjalan sesuai dengan tujuannya. Pada suasana ini guru bimbingan dan konseling dapat mencairkan suasana dengan cara menyapa peserta didik atau mengadakan *pretest*.

b. Inti

Pada tahap inti guru bimbingan dan konseling menjelaskan materi yang diberikan pada peserta didik. Materi yang diberikan secara runtut, sehingga guru diwajibkan untuk mengetahui dan menguasai kemampuan serta keterampilan dalam memberikan layanan bimbingan klasikal.

c. Penutup

Sebelum kegiatan bimbingan klasikal ditutup oleh guru bimbingan dan konseling melaksanakan sesi Tanya jawab kepada peserta didik. Tanya jawab yang diberikan bertujuan melihat tingkat peserta didik dalam menangkap materi yang telah dijelaskan oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah. Kemudian evaluasi kegiatan lanjutan dan yang terakhir menutup kegiatan layanan.

Dalam Panduan Operasional Program (POP) BK tahap pelaksanaan bimbingan dikelompokkan menjadi 3 tahapan, yaitu sebagai berikut :

a. Tahap Persiapan

- 1) Guru bimbingan konseling mengusulkan jadwal masuk kelas 2 jam per minggunya sesuai dengan kalender akademik
- 2) Guru bimbingan konseling menyiapkan materi sesuai dengan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD)
- 3) Guru bimbingan dan konseling menyusun rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal sesuai dengan format Rencana Program Layanan (RPL)
- 4) Guru bimbingan dan konseling mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan yang akan dilakukan

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Guru bimbingan dan konseling melaksanakan program layanan sesuai dengan jadwal
- 2) Guru bimbingan dan konseling mendokumentasikan pelaksanaan layanan bimbingan klasikal
- 3) Guru bimbingan dan konseling mencatat sesuatu yang membutuhkan tindak lanjut setelah layanan bimbingan klasikal dilakukan

c. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

- 1) Guru bimbingan dan konseling memberikan evaluasi mengenai pelaksanaan layanan yang sudah dilakukan
- 2) Guru bimbingan dan konseling melaksanakan evaluasi tentang hasil program layanan yang sudah diberikan

4. Karakteristik Layanan Bimbingan Klasikal

Layanan ini diberikan dalam ruang kelas kepada seluruh siswa secara terjadwal. Konselor atau guru BK (Bimbingan dan Konseling) hadir untuk memberikan materi bimbingan yang relevan dengan perkembangan siswa dan kebutuhan mereka. Bimbingan klasikal berfungsi untuk mencegah masalah yang mungkin timbul serta untuk mengembangkan potensi siswa. Pendekatan ini membantu mengatasi potensi kesulitan yang dialami siswa sebelum masalah tersebut berkembang lebih jauh. Materi dan tujuan layanan disusun secara sistematis berdasarkan kebutuhan perkembangan siswa dan masalah-masalah umum yang sering mereka hadapi. Biasanya, layanan ini mengikuti kurikulum bimbingan dan konseling yang telah disusun sekolah.

Dalam bimbingan klasikal, siswa diajak untuk berpartisipasi aktif melalui diskusi, tanya jawab, simulasi, atau permainan peran yang bertujuan untuk memperdalam pemahaman mereka tentang materi bimbingan. Ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk berbagi pengalaman dan belajar dari satu sama lain. Layanan bimbingan klasikal tidak hanya berfokus pada satu aspek saja (misalnya akademik), tetapi mencakup seluruh aspek perkembangan siswa, baik intrapersonal (kesadaran diri, motivasi) maupun interpersonal (hubungan sosial, komunikasi).

B. Social And Emotional Learning (SEL)

1. Definisi *Social And Emotional Learning (SEL)*

Pada mulanya, istilah social-emotional learning digunakan dalam menyebut dua keterampilan berbeda yang diperlukan oleh peserta didik pada era ini, yaitu keterampilan akademik dan keterampilan nonakademik. Seperti

yang dikemukakan pada *The American Enterprise Institute and The Broking Institution* yang merekomendasikan sebuah pendekatan holistik untuk pendidikan, dengan mempromosikan keterampilan akademik dan keterampilan lain seperti bekerja sama yang baik dengan orang lain, manajemen diri, dan bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambil, yang kemudian lumrah disebut dengan SEL. Konsep *social emotional learning* (SEL) dikemukakan pertama kali oleh Daniel Goleman pada 1995. Goleman berpendapat bahwa seorang guru harus memberikan perhatian lebih pada pembelajaran sosial-emosional bagi para siswanya. Ide SEL tersebut merupakan elaborasi dari konsep emotional intelligence atau kecerdasan emosional. Kecerdasan ini merupakan kemampuan dalam mengatur dan mengidentifikasi emosi seseorang dalam menentukan cara yang tepat untuk bertindak terhadap orang lain.

Dalam beberapa tahun terakhir ini, istilah SEL sudah semakin meluas dan menunjukkan tren peningkatan dalam penggunaannya. Sebuah hasil studi menunjukkan bahwa ada sekitar 107 media yang menyebut istilah SEL pada tahun 2010 yang kemudian meningkat menjadi 1.500 pada tahun 2017 (Comer, 2018). Ketiga kata (*social, emotional, learning*) yang terlihat sederhana tersebut justru mewakili sejumlah kompetensi penting yang harus dipelajari oleh anak-anak dan remaja dalam mewujudkan cita-citanya kelak. *Social-emotional learning* sering juga disebut dengan istilah *the missing piece* oleh para ahli pendidikan. Artinya, SEL merupakan dimensi penting dalam membangun pendidikan anak-anak, tetapi masih dipandang sebelah mata. *Frasa the missing piece* tersebut merujuk pula maknanya pada situasi saat ini yang menyebut bahwa SEL merupakan bagian dari pendidikan yang berkontribusi dalam kesuksesan sekolah, tetapi belum secara eksplisit dinyatakan atau diberi perhatian yang lebih hingga saat ini.

American Association Psychology mendefinisikan social emotional learning (SEL) adalah salah satu metode pembelajaran yang memberikan

pengalaman dalam hal menjaga hubungan kerja sama, membuat keputusan yang bertanggung jawab, mengelola emosi, memecahkan masalah dan membangun empati kepada orang lain. Masih dilansir dari laman APA (2020) dikatakan bahwa SEL merupakan metode pengajaran yang menitikberatkan pada kolaborasi antara guru, siswa dan orangtua. Lebih dulu, CASEL atau *Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning* mendefinisikan SEL sebagai salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengaplikasikan pengetahuan, mengembangkan keterampilan sosial dan emosional guna membangun interaksi yang lebih positif dan menumbuhkan empati dalam diri anak. Tidak jauh dari definisi sebelumnya, Usakli (2018) juga memaparkan bahwa SEL adalah metode yang memungkinkan anak dalam mengasah keterampilan, kepercayaan dan kemampuan pengelolaan emosinya.

SEL juga diartikan sebagai instruksi yang terfokus pada pengembangan terhadap perilaku siswa yang dapat diterima secara sosial serta pemahaman dan peregulasian emosi (Peterson, 2018). Sederhananya, SEL merupakan kombinasi kemampuan akademik dan keterampilan sosial emosional yang dipadukan dalam sebuah program pembelajaran di sekolah (Martinson, 2016). Grant, Hamilton, Wrabel, Gomez, & Whitaker (2017) menyebut bahwa SEL merupakan sebuah upaya dalam menanamkan berbagai kompetensi yang telah dinyatakan oleh berbagai riset yang sangat penting bagi masa depan peserta didik. Lebih lanjut, Grant mengistilahkan berbagai keterampilan tersebut dengan istilah karakter atau keterampilan non-cognitive. Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa SEL adalah metode pengajaran yang berfokus pada pengembangan diri individu baik secara emosional maupun sosial.

2. Manfaat SEL bagi Siswa

Apa sebenarnya manfaat dari pembelajaran sosial emosional tersebut? SEL menawarkan kepada pendidik, orang tua (keluarga), dan masyarakat

sebuah strategi dan praktik yang relevan dalam mempersiapkan anak-anak menuju ke arah yang lebih baik. Bahkan, sebuah ungkapan menyatakan bahwa SEL merupakan proses bagi anak-anak untuk bersiap dalam ujian kehidupan, bukan dalam konteks kehidupan tes atau *the tests of life not a life of tests*. Sebuah riset yang dilakukan oleh Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor, & Schellinger (2011) dinyatakan bahwa SEL terbukti meningkatkan *academic outcomes* bagi siswa, seperti: (1) 23% meningkatkan keterampilan, (2) 9% meningkatkan sikap untuk diri sendiri, orang lain, dan sekolah, (3) 9% meningkatkan sikap dan perilaku prososial, (4) 9% mengurangi atau mereduksi permasalahan dalam berperilaku, (4) 10% mengurangi tekanan emosional, dan (5) 11% meningkatkan standar pencapaian skor dalam tes.

Orang yang memiliki keterampilan sosial emosional akan memiliki aspekpek berbeda. Dengan kata lain, orang yang berkompetensi sosial-emosional biasanya cenderung memiliki kelebihan, seperti: (1) memiliki rasa bahagia terhadap hidupnya sendiri, (2) bertindak sebagai kontributor dalam komunitasnya, (3) memiliki hubungan yang bermakna, (4) merasakan kebahagiaan di lingkungan kerjanya, (5) merasa lebih optimis menatap masa depan, dan (6) menunjukkan kasih sayang terhadap orang lain. Berbagai variasi program dalam mengembangkan socialemotional learning telah dicanangkan pada berbagai negara di seluruh dunia. Pengembangan SEL sangat berperan dalam menciptakan iklim pembelajaran yang lebih kondusif. Dengan pengembangan keterampilan sosial-emosional, hubungan dan kolaborasi antara siswa dan guru dapat diperkuat. Hal lain yang merupakan dampak positif dari keterampilan sosial-emosional adalah: (1) menstimulasi motivasi belajar bagi siswa, (2) memfasilitasi keterikatan siswa dengan sekolah, (3) meningkatkan kemampuan siswa dalam mendengarkan, memperhatikan, dan mengatur emosi dalam berkolaborasi, dan (4) membantu siswa berperilaku baik dan belajar dengan efektif (Martinsone, 2016).

Pengembangan sosial emosional bagi peserta didik memang sangat krusial peranannya. Menurut Carter (2016), pengembangan sosial emosional bagi peserta didik mencakup beberapa hal, yaitu: (1) membentuk hubungan yang aman dengan rekan-rekan sejawatnya, (2) mengalami, mengelola, dan mengekspresikan berbagai macam emosi, dan (3) menjelajahi semua lingkungan belajar, baik lingkungan keluarga, komunitas, maupun budaya. Peserta didik yang tidak memiliki keterampilan sosial emosional yang kuat akan cenderung bersikap menantang, seperti melakukan agresi, mengamuk, dan menghancurkan sesuatu benda. Kondisi ini sering diidentifikasi oleh pendidik sebagai kondisi yang tidak siap dalam belajar atau *not ready to learn*.

3. Keterampilan dalam SEL

Pada hakikatnya, seorang pendidik tidak hanya dipengaruhi tentang apa dan bagaimana mereka mengajar, tetapi juga bagaimana mereka berelasi, mengatur kelas, dan mengajarkan kompetensi sosial emosional (Jeenings dan Greenberg dikutip Ee, Zhou, & Wong, 2014). Menurut CASEL, ada 5 (lima) komponen utama dalam social emotional learning, yaitu *self-awareness*, *social-awareness*, *self-management*, *relationship skill*, dan *responsible decision-making*.

Adapun komponen tersebut di atas dapat penulis jelaskan sebagai berikut:

a. *Self-awareness*

Yang dimaksud dengan *Self-awareness* merupakan kemampuan seseorang dalam mengidentifikasi perasaan, pikiran, dan dampak perilaku secara pasti. Kompetensi ini juga dapat diartikan sebagai kemampuan dalam menilai perasaan, minat, nilai, dan kekuatan seseorang secara akurat. Contohnya, kemampuan dalam mempertahankan rasa percaya diri dengan berlandaskan pada alasan.

b. *Self-management*

Secara umum istilah *Self-management* merupakan sebuah kemampuan seseorang dalam mengatur perasaan, pikiran, dan perilaku secara efektif dalam situasi yang berbeda. Secara spesifik, kompetensi ini lebih ditujukan pada kemampuan seseorang dalam menangani stres, mengendalikan impuls, dan mengekspresikan emosi secara tepat.

c. *Social-Awarness*

Dalam konteks keterampilan dalam SEL, Social awarness diartikan sebagai kemampuan dalam mengambil perspektif orang lain dan berempati pada mereka sehingga dapat memahami norma-norma perilaku sosial dan mampu mendefinisikan kondisi keluarga, sekolah, dan masyarakat.

d. *Relationship skill*

Komponen berikutnya dalam keterampilan SEL adalah Relation skill yaitu kemampuan dalam mengatur dan menentukan hubungan yang sehat dan bernilai. Artinya, kompetensi ini mengatur sikap dan perilaku individu dalam membangun dan membina hubungan secara kooperatif dan berupaya untuk menyelesaikan konflik pribadi yang terjadi dengan baik.

e. *Responsible decision-making*

Komponen terakhir yang perlu dipahami adalah *Responsible decision-making*. Keterampilan ini merupakan kemampuan dalam membuat pilihan yang konstruktif dan respektif yang berkaitan dengan interaksi perilaku individu dan sosial. Dengan kata lain, kompetensi ini merupakan kemampuan individu untuk membuat keputusan yang tepat berdasarkan pada: (a) standar etika, (b) masalah keselamatan, (c) norma sosial, (d) menghormati orang lain, (e) kemungkinan konsekuensi yang terjadi terhadap keputusan yang diambil tersebut, dan (f) melaksanakan keputusan yang diambil tersebut.

Keseluruhan komponen ini saling berkaitan dan penting untuk

mendukung pengembangan siswa dalam berbagai aspek kehidupan mereka, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Implementasi yang efektif dari pembelajaran sosial dan emosional dapat meningkatkan kinerja akademik dan keterampilan interpersonal siswa.

4. Strategi dalam Pembelajaran SEL

Secara sederhana, Elias (2014) mengemukakan bahwa *social-emotional skills* merupakan integrasi antara prestasi akademik dan keterampilan sosial-emosional. Kedua keterampilan tersebut dipadukan untuk diajarkan pada peserta didik. Beberapa keterampilan tersebut antara lain: (1) mengenali diri sendiri dan orang lain, (2) membuat keputusan yang bertanggung jawab, (3) memupuk rasa peduli terhadap sesama, dan (4) mengetahui tindakan yang seharusnya.

Sebagai organisasi yang khusus menangani masalah pembelajaran sosial emosional, CASEL (*Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*) juga menawarkan beberapa pendekatan yang dapat digunakan dalam implementasi SEL di sekolah. Pendekatan-pendekatan tersebut adalah: (1) menanamkan SEL dalam praktik pembelajaran untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung SEL, (2) menanamkan instruksi SEL ke dalam kurikulum akademik, (3) membuat kebijakan dan struktur organisasi yang mendukung pengembangan sosial emosional siswa, dan (4) membelajarkan SEL secara langsung dalam satu mata pelajaran yang berdiri sendiri (CASEL, 2015). Strategi pengembangan social-emotional learning (SEL) juga dikemukakan dalam laporan Hanover Research yang disiapkan untuk *WASA School Information and Research Service* pada tahun 2017. Setiap daerah atau *district* dapat menuangkan SEL ke dalam berbagai bentuk, yaitu: (1) pembelajaran di kelas dengan mengintegrasikan SEL secara eksplisit seperti *coaching, modeling, dan practicing skill*, (2) praktik pembelajaran dalam memperkenalkan SEL seperti pembelajaran berbasis proyek dan pembelajaran kooperatif, dan (3)

organisasi yang diinisiatif untuk meningkatkan iklim dan budaya sekolah.

Selanjutnya, ada berbagai pendekatan yang digunakan dalam program SEL. Menurut Doughan (2015), ada beberapa pendekatan yang dapat digunakan dalam mengimplementasikan SEL di sekolah, yaitu: (1) menciptakan lingkungan belajar yang hangat, aman, dan mendukung, (2) membangun hubungan yang sehat dengan peserta didik, seperti menunjukkan kepedulian dan kepercayaan diri, (3) memberi peluang untuk refleksi dan evaluasi diri, (4) menciptakan peluang pembelajaran yang kooperatif, menjalin komunikasi, dan membangun hubungan, (5) membangun dialog interaktif yang tidak hanya satu arah, (6) memasukkan minat, pengalaman, dan warisan budaya siswa ke dalam kurikulum, (7) menyesuaikan metode mengajar didasarkan pada variasi gaya belajar siswa, (8) memberikan pilihan bagi siswa sehingga menimbulkan rasa memiliki dalam proses pembelajaran, (9) mengembangkan keseimbangan antara belajar individu dan kolaboratif, dan (10) mencari cara dalam menambah kekayaan emosional ke dalam kelas.

Ada lima konsep model dalam menanamkan pembelajaran sosial emosional di kelas, yaitu:

- a. The ABCD Model (*Affective-Behavioural-Cognitive-Dynamic*). Model ini terfokus pada dukungan pengembangan secara optimal untuk setiap pertumbuhan siswa;
- b. *An Eco-behavioural System Orientation* (Sistem Orientasi Eco-behavioural). Sebuah konsep model penanaman SEL dengan menekankan pada cara guru menggunakan kurikulum dan generalisasi keterampilan untuk membangun suasana kelas yang sehat;
- c. Konsep model berikutnya melibatkan domain neurobiologi dan strukturalisasi otak yang membahas emosi, proses, dan tindakan berpikir;
- d. Model berikutnya merupakan model yang melibatkan teori psikoanalitik di mana guru adalah teladan yang kuat dalam mengaitkan dan memberikan nilai-nilai prososial kepada siswa di kelas;
- e. Model terakhir merupakan model yang menggabungkan isu-isu psikologi dengan kecerdasan emosional (Ee, dkk., 2014)

Di samping kelima model di atas, Ee, dkk. (2014) juga menawarkan

sebuah model yang bersifat integratif dan komprehensif. Konsep model tersebut diistilahkan dengan *prosocial classroom model*. Model jenis ini memberikan pendekatan dengan menggambarkan cara menanamkan SEL melalui: (1) kualitas hubungan guru dan siswa, (2) manajemen kelas dan siswa, dan (3) program SEL yang efektif dengan mengingat faktor siswa.

Di samping beberapa model pembelajaran SEL tersebut, CASEL (2003) juga memaparkan beberapa program yang dapat diterapkan di sekolah. Berbagai program tersebut, antara lain: (1) *promoting alternatives thinking strategy* (PATH), (2) *the responsive classroom approach*, dan (3) *the reading, writing, respect, and resolution* (4Rs) program.

Adapun program tersebut di atas dapat penulis jelaskan sebagai berikut

- a. *Promoting alternatives thinking strategy* (PATH). Program SEL dengan istilah PATH ini diperuntukkan bagi anak-anak prasekolah dan sekolah dasar. Program ini bertujuan untuk mengembangkan kompetensi sosial emosional anak-anak, menghindari kekerasan, agresi, dan berbagai permasalahan anak lainnya. Program PATH dikembangkan dari model ABCD (*AffectiveBehavioural-Cognitive-Dynamic*) yang beranggapan bahwa kompetensi sosial dapat dicapai apabila antara kemampuan afektif, sikap, dan kognitif siswa saling bekerja sama.
- b. *The responsive classroom-approach* (RC Program). Program RC ini merupakan salah satu program SEL yang berupaya mengintegrasikan antara kebutuhan sosial, emosional, dan akademik bagi peserta didik. Program ini dikembangkan dengan berupaya menyeimbangkan antara pembelajaran yang optimal dan menciptakan kelas yang aman, menantang, dan menyenangkan. Berbagai aktivitas yang dapat dilakukan dalam program RC ini adalah: (a) melaksanakan morning meeting dengan mengagendakan pertemuan antara guru dan siswa, saling berbagi informasi dan berita, merancang persiapan untuk hari berikutnya, dan (b) menggunakan strategi pemecahan masalah secara kolaboratif, seperti

bermain peran dan konferensi.

- c. *The Reading, Writing, Respect, and Resolution Program (4Rs)*. Program berikutnya dalam pembelajaran SEL adalah 4Rs yang merupakan program dalam melatih guru dalam menggunakan kurikulum berbasis literasi. Program ini merupakan integrasi SEL dalam pembelajaran di kelas seperti pembelajaran dalam menyelesaikan masalah, perbedaan budaya, dan koopertif atau kerja sama.
- d. *The RULER-approach*. Program ini merupakan program SEL yang disandarkan pada model pencapaian literasi emosional. Literasi jenis ini merupakan kemampuan seseorang atau siswa dalam mengenali, memahami, menandai (melabeli), dan mengatur emosinya.

Implementasi program-program ini dapat membantu sekolah dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa, yang pada gilirannya dapat meningkatkan hasil belajar dan interaksi sosial di dalam kelas.

C. Intrapersonal

1. Konsep Aspek Belajar Intrapersonal

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi yang berlangsung dalam diri kita, ia meliputi kegiatan berbicara kepada diri sendiri dan kegiatan - kegiatan mengamati dan memberikan makna (intelektual dan emosional) kepada lingkungan kita. Perlu digaris bawahi, pengertian komunikasi intrapersonal yang berkaitan dengan penelitian ini adalah pemberian makna seseorang terhadap sesuatu atau peristiwa yang terjadi dihadapannya dan dilingkungannya. Jika disederhanakan adalah bagaimana seseorang memahami dan memaknai sesuatu.

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi yang terjadi dengan diri sendiri. Ini merupakan dialog internal dan bahkan dapat terjadi saat bersama dengan orang lain sekalipun. Sebagai contoh : ketika anda bersama

seseorang, apa yang anda pikirkan termasuk dengan komunikasi intrapersonal. Pada komunikasi intrapersonal seringkali mempelajari peran kognisi dalam perilaku manusia. Dalam konteks ini biasanya dilakukan berulang-ulang daripada dengan komunikasi lainnya. Unikny lagi, komunikasi intrapersonal mencakup dimana kita bisa membayangkan, melamun, mempersepsikan dan memecahkan masalah dalam pikiran kita.

Komunikasi intrapersonal dapat menjadi pemicu bentuk komunikasi yang lainnya. Pengetahuan mengenai diri pribadi melalui proses-proses psikologis seperti persepsi dan kesadaran (*awareness*) terjadi saat berlangsungnya komunikasi intrapribadi oleh komunikator. Untuk memahami apa yang terjadi ketika orang saling berkomunikasi, maka seseorang perlu untuk mengenal diri mereka sendiri dan orang lain.

Intrapersonal merupakan salah satu aspek kecerdasan yang berkaitan dengan pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri. Howard Gardner (1983) dalam teorinya tentang *Multiple Intelligences*, menyatakan bahwa kecerdasan intrapersonal mencakup kemampuan seseorang untuk mengenali emosi, motivasi, dan tujuan pribadi. Individu dengan kecerdasan intrapersonal yang baik mampu mengelola perasaan mereka, memahami kekuatan dan kelemahan pribadi, serta menentukan arah hidup dan pencapaian tujuan dengan lebih efektif.

Dalam konteks pendidikan, kecerdasan intrapersonal sangat penting karena berkaitan langsung dengan proses belajar siswa. Siswa yang memiliki kecerdasan intrapersonal yang baik lebih mampu mengidentifikasi gaya belajar mereka, mengatur waktu dengan lebih baik, serta menetapkan tujuan yang realistis. Mereka juga lebih mampu mengatasi stres dan tetap termotivasi meskipun mengalami kesulitan akademik.

Selain itu, kecerdasan intrapersonal juga berperan penting dalam pengambilan keputusan yang berhubungan dengan pilihan karir dan kehidupan sosial. Siswa yang mampu mengenali potensi dan minat pribadi

akan lebih mudah menentukan arah karir dan bidang studi yang sesuai dengan dirinya.

Social-Emotional Learning (SEL) adalah pendekatan pendidikan yang dirancang untuk mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, termasuk kecerdasan intrapersonal. Menurut *CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning)*, SEL mengajarkan keterampilan dalam lima domain utama, salah satunya adalah kesadaran diri (*self-awareness*) yang sangat terkait dengan kecerdasan intrapersonal. Dalam program-program SEL, siswa diajarkan untuk : Mengembangkan kesadaran emosi dan perasaan, mengenali kekuatan dan kelemahan diri, menetapkan tujuan pribadi yang bermakna dan melakukan refleksi diri secara terus-menerus.

Kecerdasan intrapersonal juga dikaitkan erat dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Individu yang memahami dirinya sendiri cenderung lebih mampu mengatasi tekanan psikologis, memiliki rasa harga diri yang tinggi, dan mampu menjalani hidup dengan lebih bermakna. Menurut teori kesejahteraan psikologis dari Carol Ryff (2005), salah satu aspek penting dari kesejahteraan adalah *self-acceptance* atau penerimaan diri, yang merupakan bagian integral dari kecerdasan intrapersonal.

Dalam konteks bimbingan konseling di sekolah, pengembangan kecerdasan intrapersonal sangat penting. Guru bimbingan konseling berperan dalam membantu siswa untuk lebih memahami diri mereka sendiri, mengelola emosi, serta mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan pribadi. Pendekatan yang digunakan biasanya melalui konseling individu, di mana siswa diajak untuk merefleksikan perasaan dan situasi yang sedang mereka alami, serta diarahkan untuk menemukan solusi secara mandiri.

Kecerdasan intrapersonal adalah keterampilan penting yang berhubungan dengan pemahaman diri, regulasi emosi, dan motivasi pribadi. Dalam dunia pendidikan, pengembangan kecerdasan ini sangat penting

untuk membantu siswa memahami gaya belajar mereka, menetapkan tujuan hidup, dan mengatasi tantangan akademik maupun sosial. Implementasi kecerdasan intrapersonal dapat didukung melalui program SEL, bimbingan konseling, serta pelatihan reflektif di sekolah.

Menurut Rakhmat (2017) komunikasi intrapersonal adalah proses pengolahan informasi. Proses ini melewati empat tahap: sensasi, persepsi, memori, dan berpikir. Dan tahap komunikasi intrapersonal yaitu:

a. Sensasi

Sensasi, yang berasal dari kata *sense*, berarti kemampuan yang dimiliki manusia untuk menyerap segala hal yang diinformasikan oleh pancaindera. Informasi yang diserap oleh pancaindera disebut stimuli yang kemudian melahirkan proses sensasi. Dengan demikian sensasi adalah proses menangkap stimuli.

b. Persepsi

Persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Secara sederhana persepsi adalah memberikan makna pada hasil serapan panca indera. Selain dipengaruhi oleh sensasi yang merupakan hasil serapan panca indera, persepsi dipengaruhi juga oleh perhatian (*attention*), harapan (*expectation*), motivasi dan ingatan. Secara umum tiga hal yang disebut pertama terbagi menjadi dua faktor personal dan faktor situasional. Penarik perhatian yang bersifat situasional merupakan penarik perhatian yang ada di luar diri seseorang (eksternal), seperti intensitas stimuli, kebaruan, dan perulangan. Secara internal, ada yang dinamakan perhatian selektif (*selective attention*) yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor biologis, sosiopsikologis, dan sosiogenis.

c. Memori

Dalam komunikasi intrapersonal, memori memegang peranan

penting dalam mempengaruhi baik persepsi (dengan menyediakan kerangka rujukan) maupun berfikir. Memori adalah sistem yang sangat terstruktur, yang menyebabkan organisme sanggup merekam fakta tentang dunia dan menggunakan pengetahuannya untuk membimbing perilakunya. Setiap stimuli datang, stimuli itu direkam sadar atau tidak. Kapasitas memori manusia, diciptakan sangat besar namun hanya sedikit orang yang mampu menggunakan memorinya sepenuhnya, bahkan Einstein yang tercatat manusia paling genius baru mengoperasikan 15% dari memorinya. Kerja Memori melalui tiga proses :

- 1) Perekaman (*encoding*), pencatatan informasi melalui reseptor indera dan saraf internal baik disengaja maupun tidak disengaja.
- 2) Penyimpanan (*storage*), Dalam fungsi ini, hasil dari persepsi/learning akan disimpan untuk ditimbulkan kembali suatu saat. Dalam proses belajar akan meninggalkan jejak-jejak (*traces*) dalam jiwa seseorang dan suatu saat akan ditimbulkan kembali (*memory traces*). Memory dapat hilang (peristiwa kelupaan) dan dapat pula berubah tidak seperti semula.
- 3) Pemanggilan (*retrieval*), mengingat lagi, menggunakan informasi yang disimpan. Dalam hal ini bisa ditempuh melalui dua cara yaitu *to recall* (mengingat kembali) dan *to recognize* (mengenal kembali).

d. Berfikir

Dan suatu proses yang mempengaruhi penafsiran kita terhadap stimuli adalah berfikir. Dalam berfikir kita akan melibatkan semua proses yang kita sebut diatas, yaitu: sensasi, berfikir, dan memori. Saat berfikir maka memerlukan penggunaan lambang, visual atau grafis. Tetapi untuk apa orang berfikir? Berfikir dilakukan untuk memahami realitas dalam rangka mengambil keputusan, memecahkan persoalan, dan menghasilkan yang baru

Adalah mengolah dan memanipulasikan informasi untuk memenuhi

kebutuhan atau memberikan respons. Secara garis besar ada dua macam berfikir, *autistic* dan *realistic*. Dengan berfikir *autistic* orang melarikan diri dari kenyataan dan melihat hidup sebagai gambar-gambar fantasi. Terbalik dengan berfikir secara *realistic* yang bertujuan untuk menyesuaikan diri dengan dunia nyata. Berfikir *realistic* di bagi menjadi tiga macam, yaitu deduktif, induktif dan evaluatif.

Jadi komunikasi intrapersonal merupakan keterlibatan internal secara aktif dari individu dalam pemrosesan simbolik dari pesan-pesan. Seorang individu menjadi pengirim sekaligus penerima pesan, memberikan umpan balik bagi dirinya sendiri dalam proses internal yang berkelanjutan. Komunikasi intrapersonal dapat menjadi pemicu bentuk komunikasi yang lainnya. Pengetahuan mengenai diri pribadi melalui proses-proses psikologis seperti persepsi dan kesadaran (*awareness*) terjadi saat berlangsungnya komunikasi intrapribadi oleh komunikator. Untuk memahami apa yang terjadi ketika orang saling berkomunikasi, maka seseorang perlu untuk mengenal diri mereka sendiri dan orang lain. Karena pemahaman ini diperoleh melalui proses persepsi. Maka pada dasarnya letak persepsi adalah pada orang yang mempersepsikan, bukan pada suatu ungkapan ataupun obyek.

Aktivitas dari komunikasi intrapribadi yang kita lakukan sehari-hari dalam upaya memahami diri pribadi diantaranya adalah; berdo'a, bersyukur, introspeksi diri dengan meninjau perbuatan kita dan reaksi hati nurani kita, mendayagunakan kehendak bebas, dan berimajinasi secara kreatif.

Pemahaman diri pribadi ini berkembang sejalan dengan perubahan perubahan yang terjadi dalam hidup kita. Kita tidak terlahir dengan pemahaman akan siapa diri kita, tetapi perilaku kita selama ini memainkan peranan penting bagaimana kita membangun pemahaman diri pribadi ini. Dalam penelitian ini, peneliti hanya memfokuskan pada kajian yang

menyangkut persepsi. Karena menurut peneliti persepsi merupakan inti dari komunikasi, sedangkan penafsiran adalah inti dari persepsi, yang identik dengan penyandian balik (*decoding*) dalam proses komunikasi

Ketika anda ingin membeli sebuah ice cream di sebuah toko, Anda melihat ada banyak pilihan rasa ice cream di toko tersebut. Kemudian anda berfikir untuk memutuskan rasa seperti apa yang anda inginkan, apakah anda ingin mencoba rasa baru atau membeli rasa favorit anda. Mampu berdialog dengan diri sendiri, menunjukkan bahwa kita mampu mengenali dan memahami diri kita. Dengan begitu kita dapat belajar bagaimana kita bisa mengamati dan memberikan makna (intelektual dan emosional) kepada lingkungan

Komunikasi intrapersonal adalah proses komunikasi yang terjadi di dalam diri individu, sering disebut juga sebagai "*self-talk*" atau percakapan batin.

Berikut adalah beberapa contoh komunikasi intrapersonal yang akan saya sajikan sebagai berikut:

a. Refleksi Diri Saat Menghadapi Masalah

Saat kita dihadapkan pada berbagai tantangan dan masalah, penting untuk melakukan evaluasi diri yang mendalam guna memahami respon dan perilaku kita. Refleksi Diri Saat Menghadapi Masalah menjadi kunci dalam mengembangkan kemampuan untuk belajar dari pengalaman dan meningkatkan keterampilan dalam menghadapi situasi sulit Misalnya, seorang siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi pelajaran matematika. Dalam pikirannya, ia berbicara kepada dirinya sendiri, "Kenapa aku sulit sekali memahami ini? Apa yang bisa aku lakukan untuk memperbaikinya? Mungkin aku perlu belajar lebih banyak atau meminta bantuan guru."

b. Motivasi Diri Sebelum Ujian

Menjelang ujian, banyak siswa merasa cemas dan tertekan. Oleh

karena itu, penting untuk membangun Motivasi Diri Sebelum Ujian sebagai langkah awal untuk mempersiapkan mental dan emosi, sehingga dapat menghadapi tantangan tersebut dengan lebih percaya diri dan fokus. Sebelum mengikuti ujian, seorang siswa berbicara pada dirinya sendiri, "Aku sudah belajar dengan keras, aku bisa mengerjakan ini. Aku hanya perlu tetap tenang dan percaya diri. Semua akan baik-baik saja."

c. Pertimbangan untuk Mengambil Keputusan

Setiap keputusan yang diambil, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam konteks yang lebih formal, memerlukan analisis yang matang. Oleh karena itu, penting untuk memahami Pertimbangan untuk Mengambil Keputusan, agar kita dapat memilih opsi terbaik yang sejalan dengan nilai dan tujuan kita. Seorang guru yang ditawarkan posisi baru merenung, "Apakah aku siap untuk tanggung jawab yang lebih besar ini? Posisi ini menantang, tapi juga bisa menjadi peluang besar untuk berkembang. Apa keuntungan dan kerugiannya?"

d. Mengatasi Rasa Cemas atau Stres

Dalam kehidupan sehari-hari, banyak orang menghadapi momen-momen yang penuh tekanan yang dapat memicu rasa cemas atau stres. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui berbagai strategi dan teknik yang efektif dalam Mengatasi Rasa Cemas atau Stres, sehingga kita dapat menjaga kesehatan mental dan emosional saat menghadapi tantangan. Saat merasa cemas, seseorang bisa berkata kepada dirinya sendiri, "Tenang, semuanya akan baik-baik saja. Aku hanya perlu menarik napas dalam-dalam dan fokus. Aku sudah menghadapi situasi sulit sebelumnya, dan aku bisa melaluinya lagi."

e. Perencanaan Tugas atau Aktivitas

Untuk mencapai tujuan secara efektif, penting bagi kita untuk memiliki rencana yang terstruktur dan jelas. Oleh karena itu, Perencanaan Tugas atau Aktivitas menjadi langkah krusial yang membantu kita

mengorganisir waktu dan sumber daya dengan baik, sehingga dapat menyelesaikan setiap tugas dengan efisien. Saat merencanakan tugas, seseorang mungkin berpikir, "Besok aku harus menyelesaikan tugas ini. Pertama, aku akan mengumpulkan data, lalu membuat kerangka laporan, dan akhirnya menulis laporannya."

f. **Evaluasi Diri Setelah Presentasi**

Setelah menyelesaikan presentasi, penting bagi setiap individu untuk melakukan introspeksi guna memahami kekuatan dan area yang perlu diperbaiki. Evaluasi Diri Setelah Presentasi adalah langkah kunci dalam proses belajar, yang memungkinkan kita untuk mengidentifikasi apa yang telah berjalan baik dan apa yang dapat ditingkatkan untuk penampilan di masa depan. Setelah memberikan presentasi, seorang siswa atau guru mungkin merenungkan kinerjanya, "Aku rasa tadi aku sudah cukup baik, tapi ada beberapa bagian yang bisa lebih jelas. Aku perlu memperbaiki cara menjelaskan bagian yang sulit di masa depan."

Komunikasi intrapersonal adalah bahwa proses ini melibatkan dialog internal yang terjadi di dalam diri individu, yang sering kali dikenal sebagai "*self-talk*" atau percakapan batin. Komunikasi intrapersonal ini berperan penting dalam membentuk pemahaman diri, mengatasi perasaan, dan mempengaruhi keputusan yang diambil. Melalui proses ini, individu dapat mengevaluasi pengalaman, merumuskan tujuan, dan mengembangkan strategi untuk menghadapi tantangan. Beberapa contoh komunikasi intrapersonal dapat mencakup refleksi atas pengalaman masa lalu, pengaturan tujuan pribadi, atau pemikiran positif yang memotivasi diri. Dengan memahami dan mengelola komunikasi intrapersonal, individu dapat meningkatkan kesehatan mental dan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain.

2. Karakteristik Komunikasi Intrapersonal

Karakteristik komunikasi intrapersonal merujuk pada sifat-sifat khas

yang mendefinisikan proses komunikasi yang terjadi di dalam diri individu. Komunikasi intrapersonal adalah bentuk komunikasi yang berlangsung secara internal, di mana individu melakukan dialog dengan diri sendiri. Karakteristik komunikasi intrapersonal mencakup beberapa aspek penting yang menjelaskan bagaimana proses komunikasi terjadi dalam diri individu. Karakteristik komunikasi Intrapersonal menurut Devito (2016), terdiri dari :

- a. Berfokus pengolahan informasi yang didapat seseorang dari peristiwa - peristiwa yang terjadi.
- b. Terjadi ketika seorang individu sedang dalam keadaan ragu, bingung.
- c. Melibatkan alat indera, karena didalam komunikasi intra personal akan terjadi proses penyimpanan informasi dan pemberian makna terhadap apa yang terjadi dalam diri seseorang.
- d. Dapat memberikan perubahan didalam diri seseorang baik yang bersifat positif maupun negatif. sumber

Karakteristik ini penting untuk dipahami karena komunikasi intrapersonal berkontribusi pada pengembangan diri, pengambilan keputusan, dan kemampuan untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memahami karakteristik ini, individu dapat lebih efektif dalam menggunakan komunikasi intrapersonal untuk pengembangan diri dan pengambilan keputusan.

Sebelum mengetahui karakteristik komunikasi intrapersonal, penting untuk memahami bahwa tujuan dari komunikasi intrapersonal sangat beragam dan mencakup berbagai aspek pengembangan diri. Komunikasi intrapersonal tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk mengolah informasi dan membuat keputusan, tetapi juga berperan dalam meningkatkan kesadaran diri dan memperbaiki hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, komunikasi intrapersonal menjadi kunci dalam menciptakan pemahaman yang lebih baik tentang diri kita dan situasi yang kita hadapi. Adapun tujuan dari komunikasi intrapersonal adalah sebagai berikut:

- a. Menyampaikan informasi Ketika berkomunikasi dengan orang lain, tentu saja seseorang memiliki berbagai macam tujuan dan harapan. Salah satu diantaranya adalah untuk menyampaikan informasi kepada orang lain agar orang lain tersebut dapat mengetahui informasi tersebut.
- b. Berbagi pengalaman Dengan komunikasi antarpribadi juga memiliki fungsi atau tujuan untuk berbagi pengalaman baik itu pengalaman yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan.
- c. Melakukan kerja sama Tujuan komunikasi antar pribadi yang lainnya adalah untuk melakukan kerjasama antara seseorang dengan orang lain untuk mencapai tujuan tertentu atau untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi kedua belah pihak.
- d. Menceritakan kekecewaan atau kekesalan Komunikasi antar pribadi juga dapat digunakan seseorang untuk menceritakan rasa kecewa atau kekesalan pada orang lain. Dengan pengungkapan rasa hati itu, sedikit banyak akan mengurangi beban pikiran. Kadang disebut dengan plong ketika telah bercerita apa yang selama ini dipendam.
- e. Menumbuhkan motivasi Melalui komunikasi antarpribadi, seseorang dapat memotivasi orang lain untuk melakukan sesuatu yang baik dan positif. Motivasi adalah dorongan keluar dari dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu. Pada dasarnya, seseorang cenderung untuk melakukan sesuatu karena dimotivasi orang lain dengan cara-cara seperti pemberian insentif yang bersifat finansial maupun non finansial, memberikan pengakuan atas kinerjanya ataupun memberikan penghargaan kepada karyawan yang berprestasi.
- f. Sebagai sarana pembelajaran. Melalui komunikasi antarpribadi kita belajar untuk lebih memahami dunia luar atau peristiwa-peristiwa yang terjadi di dunia ini. Walaupun sebagian besar informasi tersebut kita dapatkan melalui media massa, informasi tersebut dapat kita bicarakan melalui komunikasi antarpribadi.

- g. Mengetahui diri sendiri dan orang lain. Melalui komunikasi antarpribadi kita dapat mengetahui diri kita sendiri. Dengan membicarakan tentang diri kita sendiri pada orang lain, kita akan mendapatkan perspektif baru tentang diri kita sendiri dan memahami lebih mendalam tentang sikap dan perilaku kita. Persepsi diri kita sebagian besar merupakan hasil interaksi kita dengan orang lain.
- h. Komunikasi antarpribadi membantu kita dalam membentuk suatu relasi (*person to person*). Karena manusia adalah makhluk sosial, maka kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain merupakan kebutuhan yang paling besar.
- i. Melalui komunikasi antar pribadi kita dapat mempengaruhi individu untuk melakukan sesuatu sesuai dengan yang kita inginkan.
- j. Melalui komunikasi antarpribadi kita dapat mengakrabkan diri kita dengan orang lain. Bermain dan mencari hiburan. Dalam berkomunikasi tidak selamanya kita selalu berusaha mempengaruhi orang lain. Kita berkomunikasi juga untuk memperoleh kesenangan. Bercerita tentang film yang kita tonton, melontarkan lelucon, membicarakan hobi merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh hiburan.
- k. Mengetahui dunia luar Komunikasi antar pribadi memungkinkan kita untuk memahami lingkungan kita baik objek, kejadian dan orang lain. Nilai, sikap keyakinan dan perilaku kita banyak dipengaruhi oleh komunikasi antar pribadi
- l. Menciptakan dan memelihara hubungan menjadi bermakna Komunikasi antar pribadi yang kita lakukan banyak bertujuan untuk menciptakan dan memelihara hubungan yang baik dengan orang lain. Hubungan tersebut membantu mengurangi kesepian dan ketegangan serta membuat kita lebih positif tentang diri kita sendiri.
- m. Mengubah sikap dan perilaku Banyak waktu yang kita gunakan untuk mengubah/ mempersuasi orang lain melalui Komunikasi antar pribadi

n. Membantu orang lain Psikiater, psikologi klinik dan ahli terapi adalah contoh-contoh profesi yang menggunakan KAP untuk menolong orang lain. Memberikan nasihat dan saran kepada teman juga merupakan contoh tujuan proses KAP untuk membantu orang lain. Komunikasi Interpersonal: Individu dan Lingkungan Sosial, Konflik, dan Karir

Melihat penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi intrapersonal adalah proses komunikasi yang terjadi dalam diri seseorang, di mana individu berbicara, berpikir, atau berinteraksi dengan dirinya sendiri. Bentuk komunikasi ini melibatkan dialog batin atau *self-talk*, perenungan, evaluasi diri, dan pemahaman tentang perasaan serta pikiran pribadi. Dalam konteks belajar atau kepemimpinan, komunikasi intrapersonal bisa mendukung seseorang untuk mengevaluasi kinerja, memotivasi diri, dan menetapkan tujuan yang jelas.

D. Aspek Belajar

1. Pengertian Belajar

Pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku. Pengertian belajar dapat didefinisikan yaitu suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010: 2). Beberapa pakar pendidikan (Suprijono, 2011: 2-3) mendefinisikan belajar sebagai berikut:

a. Gagne

Belajar adalah perubahan disposisi atau kemampuan yang dicapai seseorang melalui aktivitas.

b. Travers

Belajar adalah proses menghasilkan penyesuaian tingkah laku.

c. *Cronbach*

Learning is shown by a change in behaviour as a result of experience (Belajar adalah perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman).

d. *Morgan*

Learning is any relatively permanent change in behaviour that is a result of past experience. (Belajar adalah perubahan perilaku yang bersifat permanen sebagai hasil dari pengalaman).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah proses perubahan yang terjadi pada seseorang. Hal ini diakibatkan karena berinteraksi dengan lingkungan sebagai hasil dari pengalaman.

2. Prinsip-Prinsip Belajar

Menurut Suprijono (2011: 4), prinsip-prinsip belajar yaitu: 1. Prinsip belajar adalah perubahan perilaku. 2. Belajar merupakan proses. Belajar terjadi karena didorong kebutuhan dan tujuan yang ingin dicapai. 3. Belajar merupakan bentuk pengalaman. Pengalaman pada dasarnya adalah hasil dari interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya.

Prinsip-prinsip belajar adalah dasar-dasar yang menjelaskan bagaimana proses belajar dapat terjadi secara efektif dan efisien. Prinsip-prinsip ini membantu guru dalam merancang dan mengelola proses pembelajaran agar lebih bermakna bagi siswa. Berikut adalah beberapa prinsip belajar yang umum:

1. Motivasi

Belajar akan lebih efektif jika siswa memiliki motivasi. Motivasi dapat bersifat intrinsik (dorongan dari dalam diri siswa) atau ekstrinsik (dorongan dari luar, seperti pujian atau hadiah). Guru perlu membangkitkan motivasi dengan menciptakan suasana belajar yang menarik dan relevan dengan kebutuhan siswa.

2. Keterlibatan Aktif

Belajar paling efektif ketika siswa aktif terlibat dalam proses pembelajaran, seperti melalui diskusi, eksperimen, proyek, atau aktivitas

kolaboratif. Prinsip ini menekankan pembelajaran yang tidak hanya mendengarkan, tetapi juga mengerjakan atau berinteraksi secara langsung dengan materi pelajaran.

3. Pengulangan (*Repetisi*)

Pengulangan membantu memperkuat ingatan dan pemahaman terhadap materi yang dipelajari. Informasi yang sering diulang atau dipraktikkan akan lebih mudah diingat oleh siswa. Ini bisa dilakukan melalui latihan, review, atau ujian berkala.

4. Keterkaitan dan Konteks

Belajar akan lebih bermakna jika siswa dapat mengaitkan materi yang dipelajari dengan pengalaman pribadi atau dengan konsep lain yang sudah mereka pahami. Pembelajaran berbasis konteks (*contextual learning*) mendorong siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan dalam situasi nyata.

5. Individualisasi

Setiap siswa memiliki gaya belajar dan kecepatan belajar yang berbeda. Prinsip ini menekankan pentingnya memberikan fleksibilitas dalam metode dan pendekatan pembelajaran agar sesuai dengan kebutuhan dan potensi masing-masing siswa.

6. Pemberian Umpan Balik (*Feedback*)

Siswa perlu menerima umpan balik yang cepat dan konstruktif terkait kinerja mereka. Umpan balik membantu siswa memahami di mana mereka berhasil dan di mana mereka perlu memperbaiki diri.

7. *Transfer of Learning*

Pembelajaran harus memungkinkan siswa untuk mentransfer apa yang telah mereka pelajari ke situasi lain, baik di dalam maupun di luar kelas. Hal ini bisa dicapai dengan memberikan berbagai jenis tugas yang relevan dan mendorong siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan di konteks yang berbeda.

8. Belajar Melalui Pengalaman

Prinsip ini didasarkan pada gagasan bahwa belajar lebih efektif jika siswa belajar melalui pengalaman langsung. Melalui metode seperti pembelajaran berbasis proyek, simulasi, dan eksperimen, siswa dapat memperoleh pemahaman yang lebih dalam.

9. Kesiapan Belajar (*Readiness*)

Siswa harus siap secara fisik, mental, dan emosional untuk belajar. Guru perlu mengidentifikasi apakah siswa sudah memiliki prasyarat atau kesiapan untuk mempelajari materi baru sebelum memulai pembelajaran. memberikan penjelasan mendalam agar siswa memahami pentingnya materi.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi proses belajar. Berikut adalah beberapa faktor yang diidentifikasi oleh para ahli:

a. Faktor Kognitif

Menurut Schunk (2020), kemampuan kognitif individu, seperti pemahaman, pemecahan masalah, dan berpikir kritis, memainkan peran penting dalam proses belajar. Keterampilan ini membantu siswa dalam mengolah informasi dan menerapkannya dalam konteks yang berbeda.

b. Faktor Emosional

Faktor Emosional menekankan bahwa emosi siswa, termasuk motivasi dan kecemasan, dapat mempengaruhi pembelajaran mereka. Ketika siswa merasa termotivasi, mereka lebih cenderung untuk terlibat dan berprestasi, sedangkan kecemasan dapat menghambat kemampuan belajar (Pekrun, 2017)

c. Faktor Sosial

Menurut Bandura (2018) mengemukakan bahwa interaksi sosial dan dukungan dari teman sebaya serta guru sangat mempengaruhi proses

belajar. Teori pembelajaran sosial menekankan pentingnya observasi dan peniruan dalam konteks belajar.

d. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan menyatakan bahwa lingkungan fisik dan sosial tempat belajar dapat memengaruhi hasil belajar. Ruang kelas yang mendukung dan lingkungan yang kondusif dapat meningkatkan konsentrasi dan motivasi siswa (Kuhl 2020)

e. Faktor Teknologi

Seiring dengan perkembangan teknologi, Hattie dan Donoghue (2016) mengidentifikasi penggunaan teknologi sebagai faktor penting dalam pendidikan modern. Integrasi teknologi dalam pembelajaran dapat meningkatkan akses informasi dan interaksi antara siswa dan materi.

Menurut Pekrun (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi belajar yaitu:

1. Faktor Intern a. Faktor Jasmaniah 1) Kesehatan Kesehatan adalah keadaan atau hal sehat. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu. 2) Cacat tubuh Cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh/ badan. b. Faktor Psikologis 1) Inteligensi Inteligensi adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan ke dalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui/ menggunakan konsep-konsep yang abstrak secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat. 2) Perhatian Menurut Ghazali (2017: 56), perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itu pun semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda/hal) atau sekumpulan objek. 3) Minat Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. 4) Bakat Bakat atau aptitude menurut Hilgard adalah: “ *the capacity to learn* “. Dengan perkataan lain bakat adalah kemampuan untuk

belajar. 5) Motif erat sekali hubungannya dengan tujuan yang akan dicapai. 6) Kematangan adalah suatu tingkat/fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru. 7) Kesiapan adalah kesediaan untuk memberi respon atau bereaksi. c. Faktor Kelelahan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

1) Kelelahan Jasmani Kelelahan terlihat dengan lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh. 2) Kelelahan Rohani Kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang. 2. Faktor Ekstern a. Faktor dari keluarga, meliputi cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, dan latar belakang kebudayaan. b. Faktor dari lingkungan sekolah, yaitu metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran di atas ukuran, keadaan gedung, metode belajar, dan tugas rumah. 3. Faktor Masyarakat a. keadaan siswa dalam masyarakat. b. mass media. c. teman bergaul. d. bentuk kehidupan masyarakat.

4. Hasil Belajar

Menurut Suprijono (2011: 5), hasil belajar adalah pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi dan keterampilan. Merujuk pemikiran Gagne (Suprijono, 2011: 5) hasil belajar berupa: 1) Informasi verbal 2) Keterampilan intelektual 3) Strategi kognitif 4) Keterampilan motorik 5) Sikap

Menurut Bloom (Suprijono, 2011: 6), hasil belajar mencakup kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik. Domain kognitif meliputi: *knowledge* (pengetahuan), *comprehension* (pemahaman), *application* (penerapan), *analysis* (analisis), *synthesis* (mengorganisasikan), dan

evaluation (menilai). Domain afektif meliputi: *receiving* (sikap menerima), *responding* (memberikan respon), *valuing* (nilai), *organization* (organisasi), dan *characterization* (karakterisasi). Domain psikomotorik meliputi *Initiatory*, *Pre-routine*, dan *Routinized*. Menurut Sudjana (2019: 22), hasil belajar adalah kemampuan – kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Klasifikasi hasil belajar dari *Benyamin Bloom* secara garis besar membagi menjadi 3 ranah yakni:

- a. Ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek, yaitu: pengetahuan (*knowledge*), pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.
- b. Ranah Afektif berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek, yaitu penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi atau karakteristik nilai.
- c. Ranah Psikomotoris berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak. Ada enam aspek ranah psikomotoris, yakni gerakan refleks, keterampilan gerakan dasar, kemampuan perseptual, kemampuan di bidang fisik, gerakan-gerakan skill, gerakan ekspresif dan interpretatif.

Hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan bukan hanya salah satu aspek kompetensi kemanusiaan saja. Hasil belajar yang diharapkan dicapai siswa pada ranah kognitif yaitu siswa dapat mengetahui atau menyebutkan konsep dari menghitung luas dan menggunakannya dalam masalah yang berkaitan dengan luas trapesium dan layang-layang. Pada ranah afektif yaitu siswa dapat mengembangkan karakter yang diharapkan (tekun, kerjasama, dan tanggung jawab), siswa juga dapat berpikir kreatif dan berlatih berkomunikasi. Pada ranah psikomotor yaitu siswa mampu menggunakan alat peraga dan memecahkan aktivitas pemecahan masalah menggunakan alat peraga.

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa hasil belajar adalah pola-pola perbuatan atau kemampuan siswa (kognitif, afektif dan psikomotor) yang dimiliki setelah menerima pengalaman belajar. Untuk memperoleh hasil belajar siswa, maka dilaksanakan evaluasi atau penilaian

untuk mengukur sejauh mana siswa memahami atau menguasai materi sedangkan untuk melaksanakan evaluasi atau penilaian tidak hanya menilai konsep atau materi tetapi bakat yang dimiliki pun dan keterampilan motorik harus dinilai.

Evaluasi hasil belajar merupakan proses untuk menentukan nilai belajar siswa melalui kegiatan penilaian atau pengukuran hasil belajar. Evaluasi hasil belajar merupakan proses sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan data mengenai kinerja siswa dalam pembelajaran. Tujuan dari evaluasi hasil belajar adalah untuk menentukan sejauh mana siswa telah mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui tingkat keberhasilan yang dicapai oleh siswa setelah mengikuti suatu kegiatan pembelajaran, tingkat keberhasilan tersebut kemudian ditandai dengan skala nilai berupa huruf atau kata atau simbol (Dimiyati, 2014).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Hasil Belajar adalah suatu hasil nyata yang dicapai oleh siswa dalam usaha menguasai kecakapan jasmani dan rohani di sekolah. Dan hasil belajar dapat dikatakan sebagai prestasi belajar yang dicapai siswa dalam proses kegiatan belajar mengajar dengan membawa suatu perubahan dan pembentukan tingkah laku seseorang.

E. Penelitian yang Relevan

Penelitian Relevan merupakan kumpulan hasil-hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu dan mempunyai kaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Hasil penelitian terdahulu yang mendukung dilakukannya penelitian ini dimaksudkan agar dapat membandingkan dengan penelitian lain yang berjudul :

1. Penelitian oleh Dewi Susanti (2019) yang berjudul: "Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal terhadap Peningkatan Keterampilan Intrapersonal Siswa

- di SMP Negeri 5 Bandung" Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal terhadap keterampilan intrapersonal siswa, seperti pengelolaan emosi, kesadaran diri, dan rasa percaya diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal berpengaruh positif dan signifikan terhadap keterampilan intrapersonal siswa dengan nilai korelasi sebesar 0,702 dan R_square sebesar 0,492, yang berarti 49,2% dari variasi keterampilan intrapersonal siswa dipengaruhi oleh layanan bimbingan klasikal, sementara 50,8% dipengaruhi oleh faktor lain.
2. Penelitian oleh Andi Prasetyo (2021) dengan Judul: "Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa di SMA Negeri 1 Malang" Penelitian ini meneliti efektivitas layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan kecerdasan emosional yang termasuk dalam aspek intrapersonal siswa, seperti kesadaran diri dan regulasi emosi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal mampu meningkatkan kecerdasan emosional siswa dengan koefisien korelasi sebesar 0,685 dan R_square sebesar 0,470, artinya 47% dari peningkatan kecerdasan emosional siswa dipengaruhi oleh layanan tersebut, sedangkan 53% dipengaruhi oleh faktor lain.
 3. Penelitian oleh Siti Rahmawati (2020) yang berjudul: "Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis *Self-Regulation* untuk Meningkatkan Keterampilan Intrapersonal Siswa di SMK Negeri 2 Yogyakarta" Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh layanan bimbingan klasikal berbasis pengaturan diri (*self-regulation*) terhadap keterampilan intrapersonal siswa, seperti kontrol diri dan pengambilan keputusan yang matang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal berbasis *self-regulation* berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan intrapersonal siswa dengan nilai korelasi sebesar 0,710 dan R_square sebesar 0,504, yang berarti 50,4% dari keterampilan intrapersonal siswa dapat dijelaskan oleh layanan tersebut, sementara 49,6% dipengaruhi oleh faktor

- lain.
4. Penelitian oleh Lestari Fitria (2018) dengan judul: "Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal terhadap Peningkatan Kesadaran Diri Siswa di SMA Negeri 1 Klaten" Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan kesadaran diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,734 dan R_{square} sebesar 0,540, yang menunjukkan bahwa 54% variasi dalam kesadaran diri siswa dipengaruhi oleh layanan bimbingan klasikal, sedangkan 46% dipengaruhi oleh faktor lain.
 5. Penelitian oleh Rudi Setiawan (2020) dengan judul: "Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial dan Intrapersonal Siswa di SMP Negeri 4 Surabaya" Penelitian ini mengkaji bagaimana layanan bimbingan klasikal dapat berkontribusi pada peningkatan keterampilan sosial dan intrapersonal siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dengan nilai korelasi sebesar 0,655 dan R_{square} sebesar 0,430, mengindikasikan bahwa 43% variasi keterampilan sosial dan intrapersonal siswa dapat dijelaskan oleh layanan bimbingan klasikal.
 6. Penelitian oleh Aswatun Hasanah (2023) dengan judul: "Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal terhadap Pengembangan Karakter Intrapersonal Siswa di Madrasah Aliyah Al-Fatah Natar Lampung Selatan" Penelitian ini fokus pada pengaruh layanan bimbingan klasikal dalam mengembangkan karakter intrapersonal siswa, seperti tanggung jawab dan empati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal berkontribusi signifikan dengan nilai korelasi sebesar 0,683 dan R_{square} sebesar 0,466, yang menunjukkan bahwa 46,6% dari pengembangan karakter intrapersonal siswa dipengaruhi oleh layanan tersebut.
 7. Penelitian yang dilakukan oleh Ovi Yazinta Sari dengan judul "Hubungan Komunikasi interpersonal Kepala Sekolah dan Guru dengan Kinerja Guru di

SMA 3 Hamong Putera 1 Pakem".⁵⁸ Menunjukkan hasil bahwa ada hubungan positif antara komunikasi interpersonal kepala sekolah dan guru dengan kinerja guru di SMK Hamong Putera 1 Pakem yang ditunjukkan dengan korelasi r_{xy} sebesar 0,572, sedangkan nilai R_{square} (koefisien determinasi) adalah sebesar 0,328 yang menunjukkan bahwa 32,8% dari variansi kinerja guru dipengaruhi oleh komunikasi interpersonal, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini.

F. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Berdasarkan teori-teori yang telah di deskripsikan tersebut, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan sintesis tentang hubungan antar variabel yang diteliti. Sintesis tentang hubungan variabel tersebut selanjutnya digunakan untuk merumuskan hipotesis. Kerangka berpikir sangat penting dalam memberikan arah yang jelas pada penelitian. Menggambarkan alur berpikir logis dari identifikasi masalah hingga langkah-langkah yang akan diambil untuk menyelesaikan masalah tersebut. Kerangka berpikir menjelaskan hubungan antara variabel-variabel yang akan dianalisis dalam penelitian. Kerangka berpikir membantu peneliti dalam merumuskan hipotesis, tujuan penelitian, dan memberikan landasan logis serta sistematis bagi proses penelitian.

Penerapan model layanan bimbingan klasikal yang berfokus pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa adalah pendekatan yang tepat sebagai pedoman bagi guru BK dalam merencanakan layanan yang dapat membantu siswa mencapai tujuan belajar dan dapat menumbuhkan motivasi serta kemampuan intrapersonal belajar siswa. Pada penelitian ini, peneliti menerapkan model dari CASEL (*Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*) yang menekankan pentingnya pendidikan sosial dan

emosional di sekolah serta penelitian terbaru mengenai praktik bimbingan yang efektif. Dalam penelitian dikembangkan model layanan klasikal berbasis *Social And Emotional Learning* (SEL) dengan menggunakan model pengembangan ADDIE, pada 3 tahap yaitu *Analysis*, *Design* dan *Development*.

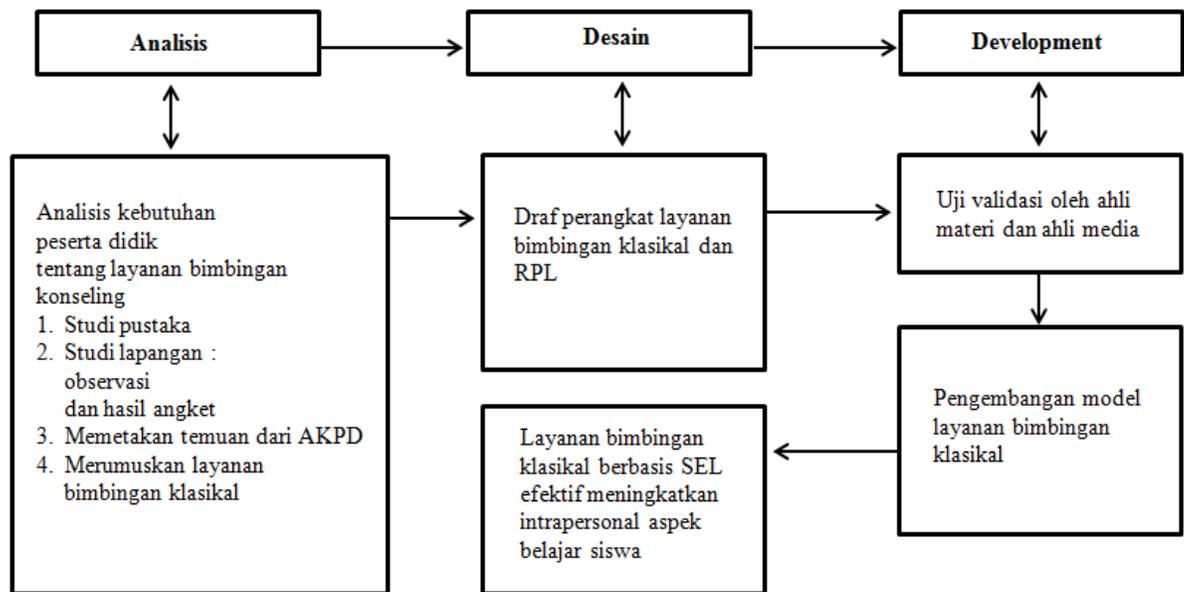
Pada tahap pertama, peneliti melakukan *Analysys* (analisis) melalui dua tahap yaitu analisis kinerja dan analisis kebutuhan peserta didik. Analisis kinerja dilakukan untuk mengetahui dan mengklarifikasi apakah masalah kinerja yang dihadapi memerlukan solusi berupa penyelenggaraan program layanan bimbingan klasikal atau perbaikan manajemen. Analisis kebutuhan dilakukan untuk menentukan kemampuan-kemampuan atau kompetensi yang perlu di pelajari oleh peserta untuk meningkatkan intrapersonal siswa. Hal ini dapat dilakukan apabila program layanan bimbingan klasikal dianggap sebagai solusi dari permasalahan yang dihadapi oleh siswa.

Langkah kedua adalah *Design* (desain). Langkah ini merupakan inti dari langkah analisis layanan bimbingan klasikal yaitu menemukan langkah-langkah layanan bimbingan kemudian menemukan alternatif solusi yang berhasil diidentifikasi melalui langkah analisis kebutuhan peserta didik. Setelah materi tersusun, selanjutnya menyusun perangkat bimbingan klasikal yang dilengkapi dengan model layanan bimbingan klasikal.

Pada langkah ketiga dilakukan *Development* (pengembangan) yang meliputi kegiatan memilih, menentukan metode, media serta strategi layanan bimbingan klasikal yang sesuai untuk digunakan dalam menyampaikan materi atau substansi program. Hasil dari perencanaan layanan bimbingan klasikal diuji kelayakannya kemudian digunakan sebagai pedoman kegiatan layanan bimbingan klasikal dalam tahap pengembangan.

Dalam melakukan langkah pengembangan ada dua tujuan penting yang perlu dicapai, antara lain adalah memproduksi, merevisi bahan yang akan digunakan dalam model layanan bimbingan klasikal. Tujuan kedua adalah memilih model atau mengkombinasi model layanan bimbingan klasial yang akan

digunakan untuk mencapai tujuan penelitian. Kerangka berpikir dalam penelitian ini disajikan dalam bagan berikut ini:



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development* atau *R&D*). R&D merupakan proses pengembangan perangkat pendidikan yang dilaksanakan melalui serangkaian penelitian dengan menggunakan berbagai metode dalam siklus yang mencakup beberapa tahapan. Penelitian dan pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk tertentu serta menguji keefektifan produk tersebut.

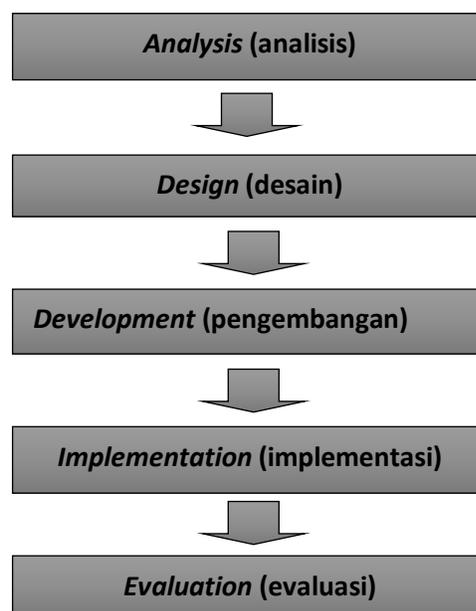
Dalam proses pengembangan produk, model penelitian pengembangan ADDIE dianggap lebih rasional dan lengkap. Menurut Mulyatiningsih (2016), model ini dapat diterapkan dalam berbagai bentuk pengembangan produk untuk kegiatan pembelajaran, seperti pengembangan model, strategi pembelajaran, metode pembelajaran, media, serta bahan ajar.

Dalam penelitian dan pengembangan ini, produk yang dikembangkan adalah instrumen butir pertanyaan layanan bimbingan klasikal berbasis sosial and emotional learning (SEL). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan intrapersonal dan interpersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.

B. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dan pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model prosedural, yang bersifat deskriptif, yaitu menjelaskan langkah-langkah umum yang harus diikuti untuk menghasilkan suatu produk, bahan material, atau rancangan dalam siklus penelitian dan pengembangan. Langkah-langkah penelitian ini mengikuti model penelitian ADDIE yang dikembangkan oleh Dick & Carey.

Peneliti memilih model ADDIE karena model ini mempunyai lima langkah atau tahapan yang sederhana dan terstruktur sehingga mudah dipahami dan diimplementasikan dalam membuat atau mengembangkan sebuah produk pengembangan. Selain itu, melalui model ADDIE peneliti dapat melakukan evaluasi terhadap kegiatan pengembangan pada setiap tahapan, hal ini berdampak positif terhadap kualitas produk pengembangan yang dihasilkan. Prosedur penelitian dan pengembangan model ADDIE terdiri dari lima langkah yaitu; (1) *Analysis* (analisis), (2) *Design* (desain), (3) *Development* (pengembangan), (4) *Implementation* (implementasi) dan (5) *Evaluation* (evaluasi). Adapun prosedur penelitian dan pengembangan model ADDIE jika disajikan dalam bentuk gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3.1 Prosedur Penelitian dan Pengembangan Model ADDIE

Karena keterbatasan waktu penelitian, maka alur penelitian dan pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini hanya pada tiga tahapan,

yaitu (1) *Analysis* (analisis), (2) *Design* (desain), dan (3) *Development*. Adapun uraian dari tahapan tersebut dipaparkan sebagai berikut:

1. *Analysis* (Analisis)

Dalam model penelitian pengembangan tahap pertama adalah menganalisis perlunya pengembangan produk (model) baru dan menganalisis kelayakan serta syarat-syarat pengembangan produk. Pengembangan suatu produk dapat diawali oleh adanya masalah dalam produk yang sudah ada/diterapkan. Masalah dapat muncul dan terjadi karena produk yang ada sekarang atau tersedia sudah tidak relevan dengan kebutuhan sasaran, belajar, teknologi, karakteristik pengguna dan sebagainya.

Selesai menganalisis masalah perlunya pengembangan produk, kita juga perlu menganalisis kelayakan dan syarat pengembangan produk. Proses analisis dapat dilakukan dengan mengajukan beberapa pertanyaan, misalnya: (1) apakah produk baru mampu mengatasi masalah yang dihadapi, (2) apakah produk baru mendapat dukungan fasilitas untuk diterapkan, (3) apakah guru mampu menerapkan produk baru tersebut. Analisis produk baru perlu dilakukan untuk mengetahui kelayakan apabila produk tersebut diterapkan.

Tahap analisis ini dilakukan identifikasi perkiraan kebutuhan, mempelajari literatur dan meneliti dalam skala kecil. Hal yang dilakukan dalam tahap ini adalah penelitian dan pengumpulan data awal, penyusunan proposal penelitian, dan penyusunan hasil penelitian pendahuluan. Kegiatan utama pada tahap ini adalah menganalisis perlunya pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis *sosial and emotional learning* (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal .

Tahap Analisis dilakukan dengan menetapkan beberapa hal sebagai berikut: (1) Tujuan program pengembangan, (2) Produk yang

direncanakan, (3) Karakteristik pihak pengguna, (4) Cara pemanfaatan, (5) Segi pedagogis yang diperhatikan dan (6) Batas waktu yang digunakan. Analisis merupakan kegiatan awal untuk mengetahui kebutuhan dan tujuan produk yang akan dikembangkan. Produk penelitian ini adalah instrumen yang akan digunakan dalam bimbingan klasikal. Untuk membangun objektivitas instrumen ini divalidasi dengan pemodelan *SPSS 25*.

2. *Design (Desain)*

Kegiatan desain dalam model penelitian pengembangan merupakan proses sistematis yang dimulai dari merancang konsep dan konten di dalam produk tersebut. Rancangan ditulis untuk masing-masing konten produk. Petunjuk penerapan desain atau pembuatan produk diupayakan ditulis secara jelas dan rinci. Pada tahap ini rancangan produk masih bersifat konseptual dan akan mendasari proses pengembangan di tahap berikutnya.

Langkah desain ini untuk memverifikasi kemauan model asesmen yang tepat. Dalam penyelesaian dari tahap desain ini harus mampu menyiapkan sebuah set fungsi yang spesifik untuk menutupi batas kekurangan pengetahuan dan pemahaman guru bimbingan konseling. Tahap desain ini menetapkan “garis pantauan” untuk progres tahap ADDIE selanjutnya. Garis Pantauan mengarah pada garis bayangan dari mata kepada persepsi objek.

3. *Development (Pengembangan)*

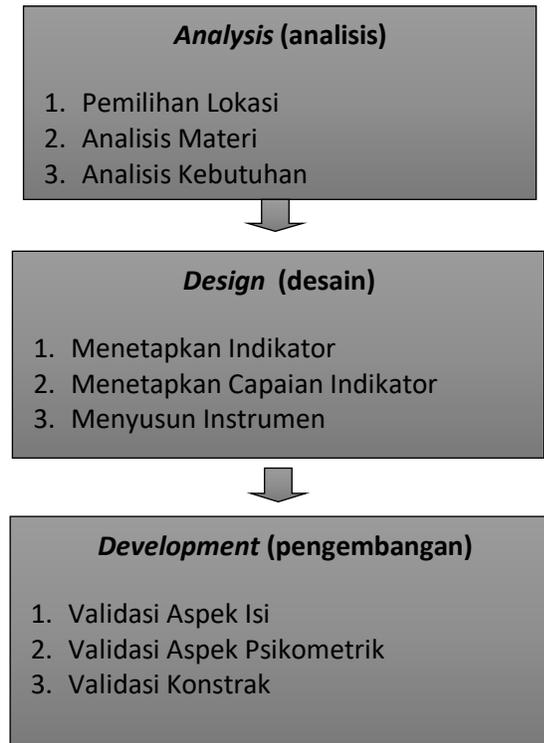
Kegiatan yang dilakukan pada tahap pengembangan ini adalah untuk mewujudkan desain produk ke dalam bentuk fisik (produk jadi). Tahapan pengembangan ini meliputi kegiatan membuat instrumen butir soal asesmen diagnostik non kognitif berdasarkan desain yang telah dibuat sebelum divalidasi oleh para ahli. Dalam pembuatan instrumen asesmen butir soal asesmen diagnostik non kognitif ini, peneliti mengembangkan teori dari yang telah dibuat sesuai dengan *storyboard* yang telah disusun sebelumnya ditata dan diatur sedemikian rupa serta dipublikasi menjadi

instrumen asesmen butir pertanyaan kemudian di sebut dengan layanan bimbingan klasikal berbasis sosial and emotional learning (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal

Validasi terhadap produk adalah proses evaluasi yang dilakukan untuk memastikan bahwa produk yang dihasilkan sesuai dengan kebutuhan, tujuan, dan standar yang telah ditetapkan. Validasi sangat penting untuk memastikan kualitas produk sebelum diluncurkan atau digunakan oleh konsumen. Proses ini dapat dilakukan dalam berbagai industri, seperti manufaktur, teknologi, farmasi, dan pendidikan, dengan tujuan utama untuk menilai apakah produk memenuhi kriteria fungsional, kelayakan, dan efektivitas.

Validasi terhadap produk hasil pengembangan perlu dilakukan sebelum produk tersebut diujicobakan di lapangan. Kegiatan validasi tersebut dilakukan untuk mengumpulkan data atau informasi dari para ahli dibidangnya yaitu dosen Bimbingan Konseling untuk menentukan tingkat kelayakan (layak/tidak) terhadap produk yang telah dikembangkan sebelum produk tersebut diimplementasikan.

Langkah selanjutnya setelah produk divalidasi oleh validator adalah melakukan revisi produk. Revisi produk dilakukan apabila produk masih memiliki kelemahan dan kekurangan. Revisi produk dilakukan sesuai dengan komentar, saran dan masukan dari validator. Selanjutnya produk diperbaiki dan disempurnakan untuk memperoleh produk yang layak diimplementasikan dalam proses pembelajaran.



Gambar 3.2 Bagan Pengembangan Produk

Tahap *Development* (Pengembangan) adalah proses penting di mana semua desain yang telah direncanakan di tahap *Design* (Desain) diwujudkan menjadi produk atau materi pembelajaran yang siap digunakan. Dalam tahap ini, semua elemen pembelajaran seperti konten, media, dan alat evaluasi diproduksi, diuji, dan disempurnakan sebelum implementasi. Tahap ini merupakan bagian proses yang sangat kritis, di mana ide-ide desain dari tahap *Design* (Desain) diwujudkan menjadi produk pembelajaran nyata yang siap diimplementasikan. Tahap ini sangat penting untuk memastikan bahwa produk pembelajaran yang dibuat tidak hanya memenuhi standar kualitas, tetapi juga dapat digunakan secara praktis oleh pengguna akhir

C. Sumber Data dan Subyek Penelitian

1. Sumber Data

Yang dimaksud dengan sumber data dalam penelitian adalah sumber dari mana data dapat diperoleh apabila peneliti menggunakan kuesioner atau wawancara dalam pengumpulan datanya, maka Sumber data disebut responden, yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti baik pertanyaan tertulis maupun lisan.

Data Primer dan data sekunder juga merupakan sumber-sumber data informasi yang dikumpulkan untuk menjadi dasar kesimpulan dari sebuah penelitian. Meskipun pada hakekatnya pengertian keduanya sama-sama merupakan sumber data namun berbeda cara memperolehnya. Untuk itu metode pengumpulan data harus sesuai dengan penelitian yang sedang dilakukan Apakah menggunakan data primer atau sekunder.

Menurut Sugiyono (2017;193) yang dimaksud data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Artinya sumber data penelitian diperoleh secara langsung dari sumber aslinya yang berupa wawancara, jajak pendapat dari individu atau kelompok (orang) maupun hasil observasi dari suatu objek, kejadian atau hasil pengujuan (benda). Dengan kata lain, peneliti membutuhkan pengumpulan data dengan cara menjawab pertanyaan riset (metode survei) atau penelitian benda (metode observasi).

Kelebihan dari data primer adalah data lebih mencerminkan kebenaran berdasarkan dengan apa yang dilihat dan didengar langsung oleh peneliti sehingga unsur-unsur kebohongan dari sumber yang fenomenal dapat dihindari. sedangkan kekurangan dari data primer adalah membutuhkan waktu yang relatif lama serta biaya yang dikeluarkan relatif cukup besar. Sumber data primer dalam penelitian ini berasal dari beberapa para ahli dalam bidang konseling, Guru BK dan siswa.

Sedangkan yang dimaksud data sekunder menurut Sugiyono (2017;193) adalah sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data. Artinya sumber data penelitian diperoleh melalui media perantara atau secara tidak langsung yang berupa buku catatan, bukti yang telah ada atau arsip baik yang dipublikasikan maupun yang tidak dipublikasikan secara umum. Data sekunder didapatkan dari sumber yang dapat mendukung penelitian antara lain dari dokumentasi dan literatur. Dengan kata lain, peneliti membutuhkan pengumpulan data dengan cara berkunjung ke Perpustakaan Pusat Kajian, pusat arsip atau membaca banyak buku yang berhubungan dengan penelitiannya

Kelebihan dari data sekunder adalah waktu dan biaya yang dibutuhkan untuk penelitian untuk mengklasifikasi permasalahan dan mengevaluasi data, relatif lebih sedikit dibandingkan dengan pengumpulan data primer titik sedangkan kekurangan dari data sekunder adalah jika terjadi Sumber data kesalahan, kadaluarsa atau sudah tidak relevan dapat mempengaruhi hasil penelitian.

2. Subyek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang atau benda yang dapat memberikan informasi untuk menjawab rumusan masalah. Subyek penelitian adalah individu, kelompok, objek, atau entitas yang menjadi fokus utama dalam sebuah penelitian. Subyek penelitian merupakan bagian penting karena dari merekalah data atau informasi dikumpulkan dan dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis.

Pemilihan subyek yang tepat sangat penting agar hasil penelitian dapat relevan dan valid. Subyek penelitian ini adalah guru Bimbingan Konseling di Madrasah Aliyah Negeri Kota Tegal. Sampel dalam penelitian ini menggunakan siswa disekolah tersebut. Dimana pengambilan sampel secara acak dari masing-masing kelas yang ada di MAN Kota Tegal.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah kumpulan objek penelitian. Populasi berupa orang, benda, objek, peristiwa, atau apa pun yang menjadi objek dari survei. Populasi ditentukan oleh topik dan tujuan survei. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI MAN Kota Tegal yang berjumlah 482 siswa terdiri dari 213 siswa laki-laki dan 269 siswa perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel adalah bagian dari populasi, merupakan bagian atau sejumlah cuplikan tertentu yang diambil dari suatu populasi dan diteliti secara rinci. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian siswa kelas XI MAN 1 Tegal. Teknik penarikan sampel adalah teknik yang digunakan untuk menyeleksi individu dari populasi yang dapat menghasilkan sampel yang representative.

Ada dua teknik pengambilan sampel yakni secara *probabilitas* dan *non probabilitas*. *Probabilitas* maksudnya adalah pengambilan sampel memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur populasi untuk menjadi sampel, sedangkan secara *nonprobabilitas* adalah sampel tidak melalui teknik *random* (acak). Semua anggota populasi belum tentu memiliki peluang yang sama untuk dipilih menjadi sampel, disebabkan pertimbangan-pertimbangan tertentu oleh peneliti.

Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling *non probabilitas* dengan menggunakan teknik sampling purposif (*Purposive Sampling*). Teknik ini mencakup orang-orang yang diseleksi atas dasar kriteria yang dibuat peneliti berdasarkan tujuan penelitian. Sedangkan

orang-orang yang tidak sesuai dengan kriteria tersebut tidak akan dijadikan sampel.

Untuk menentukan jumlah sampel yang digunakan dari populasi sebanyak 482 siswa, biasanya kita bisa menggunakan beberapa metode, salah satunya adalah rumus Slovin atau menggunakan tabel Krejcie-Morgan. Rumus Slovin digunakan untuk menghitung ukuran sampel dengan mempertimbangkan tingkat kesalahan (error margin) yang diinginkan:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Di mana:

n = Ukuran sampel

N = Jumlah populasi (482 siswa)

e = Tingkat kesalahan atau margin of error (misalnya 5% atau 0,05)

sehingga jika menggunakan tingkat kesalahan 5%, ukuran sampel yang disarankan adalah sekitar 218 siswa.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpul Data

Teknik pengumpulan data dapat dijelaskan sebagai cara atau metode yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan berbagai informasi, data maupun fakta pendukung lainnya yang akan digunakan untuk keperluan penelitian. Ketika peneliti menentukan suatu teknik pengumpulan data atau proses mengumpulkan data, keberadaan instrumen penelitian merupakan suatu bagian integral dari penelitian untuk mengumpulkan, menyelidiki dan menganalisa masalah yang diteliti. Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, sehingga data yang diperoleh menjadi lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Menurut Sugiyono (2012:224) teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan instrumen berupa instrumen pengumpulan data dengan menggunakan butir pertanyaan terkait layanan bimbingan klasikal berbasis sosial and emotional learning (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal, selain itu diperkuat dengan instrumen pengumpul data lain diantaranya :

1. Observasi

Menurut Riyanto (2012:96), observasi merupakan metode pengumpulan data yang menggunakan pengamatan secara langsung maupun tidak langsung. Observasi adalah instrumen yang digunakan untuk mencatat perilaku, interaksi, atau aspek-aspek tertentu yang terjadi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal. Dalam konteks ini, lembar observasi bertujuan untuk mencatat sejauh mana implementasi bimbingan berbasis Social and Emotional Learning (SEL) mempengaruhi intrapersonal aspek belajar siswa. Fungsi observasi diantaranya adalah

Mengukur perubahan perilaku siswa dengan melihat perbedaan intrapersonal siswa sebelum dan sesudah layanan bimbingan diberikan. Menilai efektivitas intervensi dengan mencatat apakah pendekatan SEL dalam layanan bimbingan klasikal mampu meningkatkan aspek intrapersonal siswa, seperti kesadaran diri, pengendalian emosi, dan motivasi. dan mendukung data kualitatif dengan memberikan bukti empiris untuk mendukung temuan yang diperoleh melalui metode lain seperti wawancara atau kuesioner.

2. Lembar Validasi

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan lembar validasi digunakan untuk memastikan bahwa instrumen, materi, atau program yang dikembangkan sesuai dengan standar keilmuan dan relevan dengan tujuan

penelitian Lembar validasi adalah instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi kualitas dan kelayakan suatu produk penelitian, seperti instrumen penelitian, modul, atau program intervensi. Lembar ini diisi oleh para ahli (validator) yang memiliki keahlian di bidang terkait untuk memberikan penilaian dan saran perbaikan. Adapun validator dalam penelitian ini adalah :

- a. Validator isi oleh dua orang ahli yaitu Prof. Dr. Sitti Hartinah, DS. M.M dan Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd. terkait dengan materi dan capaian dalam layanan bimbingan klasikal berbasis sosial and emotional learning (SEL) untuk meningkatkan intrapersonal aspek belajar siswa di MAN Kota Tegal.
- b. Validator psikometrik oleh seorang ahli dalam bidang psikometri yaitu Dr. Tobari, M.Pd. (pengukuran pendidikan) yang berkiatan dengan konstruksi pertanyaan.
- c. Validator konstrak oleh guru Bimbingan Konseling di Sekolah Menengah Atas dan ketua Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia (ABKIN) Kabupaten Brebes yaitu Dewi Ekasari, M.Pd.

3. Angket

Angket atau kuesioner merupakan instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden melalui serangkaian pertanyaan tertulis. Menurut Sugiyono (2019), angket adalah metode pengumpulan data dengan memberikan pertanyaan kepada responden secara tertulis untuk memperoleh informasi yang diinginkan. Arikunto (2018) juga menyatakan bahwa angket merupakan teknik pengumpulan data yang efisien jika peneliti mengetahui dengan pasti variabel yang akan diukur serta dapat mendefinisikan variabel tersebut secara operasional. Berdasarkan bentuk pertanyaannya, Riduwan (2017) mengklasifikasikan angket menjadi tiga jenis, yaitu angket terbuka, tertutup, dan campuran. Agar angket dapat menghasilkan data yang valid dan reliabel, beberapa

karakteristik penting harus diperhatikan, seperti validitas (kemampuan angket mengukur apa yang seharusnya diukur) menurut Azwar (2018), reliabilitas (hasil yang konsisten) menurut Sugiyono (2019), serta kejelasan bahasa agar mudah dipahami responden sebagaimana dijelaskan oleh Arikunto (2018).

4. Wawancara

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan wawancara adalah metode penting yang memungkinkan peneliti untuk menggali informasi mendalam tentang pandangan, pengalaman, dan pendapat terkait efektivitas layanan bimbingan berbasis SEL. Wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui interaksi langsung antara peneliti dan responden untuk mendapatkan informasi verbal secara mendalam. Dalam konteks tesis ini, wawancara bertujuan untuk memperoleh insight dari guru, siswa, dan pihak lain terkait yang berpengalaman dalam penerapan layanan bimbingan berbasis SEL. Dengan wawancara kita dapat memahami bagaimana layanan bimbingan klasikal berbasis SEL memengaruhi intrapersonal aspek belajar siswa secara lebih rinci. Mendapatkan pandangan subyektif dari siswa dan guru mengenai efektivitas program SEL dalam meningkatkan intrapersonal aspek seperti kesadaran diri dan regulasi emosi. Wawancara sebagai metode triangulasi untuk menguatkan data yang diperoleh dari teknik pengumpulan data lain, seperti lembar observasi atau kuesioner.

5. Studi Literatur

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan studi literatur berperan penting dalam memberikan landasan teoritis dan memperkaya kerangka konseptual penelitian. Studi literatur adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan pengumpulan, penelaahan, dan analisis literatur yang relevan dengan topik penelitian. Literasi ini bisa berasal dari buku, artikel jurnal ilmiah, laporan penelitian, makalah, atau sumber terpercaya lainnya

yang mendukung topik dan masalah yang diteliti. Tujuan dari studi literatur adalah membangun landasan teoritis dengan menyediakan dasar ilmiah untuk pengembangan layanan bimbingan klasikal berbasis SEL, termasuk teori dan konsep yang terkait dengan SEL, intrapersonal aspek belajar, dan strategi bimbingan. Mengidentifikasi kesenjangan penelitian dengan membantu peneliti memahami penelitian terdahulu dan menemukan area di mana penelitian baru dapat memberikan kontribusi.

6. Dokumentasi

Menurut Sugiyono (2018:476) dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi atau wawancara akan lebih dapat dipercaya atau mempunyai kredibilitas yang tinggi jika didukung oleh foto-foto atau karya tulisan akademik yang sudah ada. Tetapi tidak semua dokumen memilih tingkat kredibilitas yang tinggi. Sebagai contoh banyak foto yang tidak mencerminkan keadaan aslinya, karena foto bisa saja dibuat untuk kepentingan tertentu.

F. Uji Keabsahan Data

Keabsahan data adalah ukuran yang digunakan untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan dalam suatu penelitian benar-benar menggambarkan fenomena yang diteliti dengan akurat dan sesuai dengan tujuan penelitian. Keabsahan data sangat penting karena menentukan kualitas dan kredibilitas hasil penelitian. Keabsahan data adalah data yang tidak berbeda antara data yang diperoleh oleh peneliti dengan data yang terjadi sesungguhnya pada objek penelitian sehingga keabsahan data yang telah disajikan dapat dipertanggungjawabkan.

Keabsahan data penting karena memastikan bahwa kesimpulan yang diambil dari penelitian berdasarkan data yang akurat dan relevan. Jika data tidak valid atau tidak reliabel, maka hasil penelitian dapat menyesatkan dan tidak dapat digunakan untuk membuat keputusan yang tepat. Dengan data yang valid, peneliti bisa memastikan bahwa temuan mereka mencerminkan kenyataan yang sebenarnya, serta berkontribusi pada pengetahuan ilmiah atau pemecahan masalah dalam konteks praktis.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses untuk mengolah, mengevaluasi, dan menginterpretasikan data yang telah dikumpulkan dalam penelitian guna memperoleh kesimpulan yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan. Teknik ini berbeda-beda tergantung pada jenis data (kuantitatif atau kualitatif) dan tujuan penelitian. Proses analisis data bertujuan untuk mengidentifikasi pola, hubungan, atau informasi penting yang dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Berdasarkan tujuan dari penelitian ini, maka teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari beberapa bagian, yaitu antara lain :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data sangat diperlukan untuk membuktikan apakah variabel dari data yang diperoleh sudah normal apa belum. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistic parametik, maka dalam penelitian ini data pada setiap variable harus terlebih dahulu di uji normalitasnya. Dalam penelitian ini uji normalitas data yang digunakan adalah uji statistisk Kolmogorov-Smirnov Test. Dengan taraf signifikan sebesar 0,05, data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5%. Untuk pengambilan keputusan dengan pedoman:

- a. Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $<0,05$, distribusi data tidak normal.

b. Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $>0,05$, distribusi data adalah normal.

2. Uji Validitas

Validitas data yang ditentukan oleh proses pengukuran yang kuat. Suatu instrumen pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang kuat apabila instrumen tersebut mengukur apa yang sebenarnya diukur. Uji validitas digunakan untuk mengetahui item-item yang ada di dalam kuesioner mampu mengukur pengubah yang didapatkan dalam penelitian ini. Untuk mengetahui valid suatu variabel, dilakukan pengujian dengan menggunakan teknik reliability analysis dengan nilai korelasi diatas 0,30. Metode yang dipakai dalam mendeteksi reliabilitas yang dapat dikaitkan dengan data, dapat dilakukan dengan cara: One shot atau pengukuran sekali saja, disini pengukurannya hanya sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pertanyaan lain atau mengukur reabilitas dengan uji r Tabel.

3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui instrumen penelitian yang dipakai dapat digunakan berkali-kali pada waktu yang berbeda. Pengujian dilakukan dengan menggunakan teknik cronbach alpha. Dimana suatu instrumen dapat dikatakan reliabel bila memiliki koefisien keandalan atau alpha sebesar: (a) $< 0,6$ tidak reliabel, (b) $0,6-0,7$ acceptable, (c) $0,7-0,8$ baik, dan (d) $>0,8$ sangat baik.

4. Uji Parsial (Uji t)

Uji t digunakan untuk menguji atau membandingkan rata nilai sesuatu sampel dengan nilai lainnya. Uji t dilakukan untuk mengetahui apakah variabel independen secara parsial berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Pengujian dilakukan dengan tingkat yang ditentukan adalah 95 % dengan tingkat signifikan sebesar 5 % dan degree of freedom (df) $n - k$ membandingkan t hitung dengan t tabel maka H_0 ditolak dan H_1

diterima. Berarti bahwa variabel independen mempunyai pengaruh bermakna terhadap variabel independen tidak mempunyai pengaruh terhadap variabel dependen.

Menurut (Kuncoro, 2007:123) uji statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh satu variabel penjelas secara individual dalam menerangkan variabel terikat. Menurut (Sugiyono, 2005:264), uji t digunakan untuk menguji sendiri-sendiri secara signifikan hubungan antara variabel independen (variabel X) dengan variabel dependen (variabel Y). Uji t dirumuskan sebagai berikut :

$$t \text{ hitung} = r \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-(r)^2}}$$

dimana:

t = observasi

r = koefisien

n = banyaknya observasi dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0.05$)

syaratnya: 1. Jika t hitung > t tabel, maka variabel independen mempunyai keeratan Phubungan yang signifikan terhadap variabel dependen. 2. Jika t hitung < t tabel, maka variabel independen tidak mempunyai keeratan hubungan yang signifikan terhadap variabel dependen. Pada penelitian ini aplikasi yang digunakan dalam menganalisis aplikasi SPSS 25. Aplikasi ini digunakan karena bersifat *open source* sehingga mudah untuk diakses dan dikembangkan bagi para pemerhati riset tentang pendidikan.