PENGEMBANGAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO INSPIRATIF

Eka Istikomah[1], Arjoni[2], Yeni Afrida[3], Elviana[4]

[1,2,3,4] *Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi*
E-mail : istiazza7@gmail.com[1], arjoni@uinbukittinggi.ac.id[2], yeniafrida@uinbukittinggi.ac.id[3], elviana@uinbukittinggi.ac.id[4]

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kecerdasan emosional siswa kelas XI F.1 SMA Negeri 1 Candung, yang terlihat dari kurangnya kesadaran diri, motivasi diri, dan keterampilan sosial dalam proses pembelajaran. Layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif dapat membantu mengembangkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa. Metode yang digunakan adalah pre-eksperimen dengan desain one group pre-test post-test pada 9 siswa yang dipilih sebagai subjek penelitian. Instrumen penelitian berupa angket kecerdasan emosional dengan format likert sebanyak 31 item. Analisis data menggunakan perhitungan rata-rata skor, N-Gain, dan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kecerdasan emosional siswa meningkat dari 69,44 pada kategori sedang menjadi 126,22 pada kategori tinggi setelah diberikan layanan. Hasil perhitungan N-Gain sebesar 0,66 menunjukkan kategori sedang menuju tinggi. Selanjutnya, hasil uji wilcoxon signed rank test memperoleh nilai signifikansi 0,008 < 0,05, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif efektif dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa.

Kata Kunci : *Kecerdasan Emosional, Bimbingan Kelompok dan Video Inspiratif*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu proses pembinaan yang bertujuan mengembangkan seluruh potensi peserta didik secara menyeluruh, baik dalam aspek intelektual, sosial, emosional, maupun spiritual. Dalam pelaksanaannya, pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik semata, tetapi juga pada pembentukan karakter dan kemampuan peserta didik dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Peserta didik yang memiliki kemampuan akademik tinggi belum tentu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengelola emosi secara baik. Oleh sebab itu, pendidikan modern menempatkan kecerdasan emosional sebagai salah satu komponen penting dalam keberhasilan belajar dan kehidupan sosial peserta didik. Kecerdasan emosional dipandang mampu membantu individu dalam memahami diri sendiri, mengontrol emosi, membangun hubungan sosial, serta mengambil keputusan secara bijaksana dalam berbagai situasi kehidupan (Goleman, 2016).

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, memahami perasaan orang lain, dan membangun hubungan sosial yang harmonis. Menurut Daniel Goleman, kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang besar terhadap keberhasilan individu dibandingkan kecerdasan intelektual semata. Individu yang memiliki kecerdasan emosional baik cenderung mampu mengendalikan diri ketika menghadapi tekanan, menyelesaikan konflik secara positif, serta mampu bekerja sama dengan orang lain secara efektif. Dalam konteks pendidikan, kemampuan ini sangat diperlukan karena peserta didik berada pada fase perkembangan yang rentan mengalami perubahan emosi dan pencarian identitas diri. Dengan demikian, pengembangan kecerdasan emosional menjadi kebutuhan penting dalam proses pendidikan di sekolah (Goleman, 2015).

Fenomena yang terjadi dalam dunia pendidikan saat ini menunjukkan bahwa perkembangan kecerdasan emosional peserta didik masih menghadapi berbagai tantangan. Banyak peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, mudah tersinggung, kurang memiliki rasa empati, serta menunjukkan perilaku sosial yang kurang baik di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut dapat terlihat dari meningkatnya konflik antarsiswa, perilaku bullying, rendahnya sikap toleransi, hingga kurangnya kemampuan bekerja sama dalam kegiatan kelompok. Selain itu, tekanan akademik dan pengaruh perkembangan teknologi digital juga turut memengaruhi stabilitas emosional peserta didik. Apabila kondisi ini tidak ditangani dengan baik, maka dapat berdampak terhadap proses belajar, hubungan sosial, dan perkembangan kepribadian siswa secara keseluruhan (Santrock, 2018).

Dalam perspektif Islam, pengelolaan emosi merupakan bagian penting dalam pembentukan akhlak dan kesehatan spiritual manusia. Islam mengajarkan umatnya untuk mampu mengendalikan amarah, bersikap sabar, serta menjaga hubungan baik dengan sesama manusia. Al-Qur'an menjelaskan bahwa ketenangan hati dapat diperoleh dengan mengingat Allah SWT sebagaimana tercantum dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya berkaitan dengan kemampuan psikologis, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang mendalam. Individu yang memiliki kedekatan spiritual dengan Allah SWT cenderung lebih mampu mengontrol emosi, bersikap tenang, serta menghadapi persoalan hidup dengan bijaksana. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional dalam pendidikan perlu diintegrasikan dengan nilai-nilai keislaman agar peserta didik memiliki keseimbangan antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual (Shihab, 2017).

Peserta didik pada jenjang sekolah menengah atas berada pada fase remaja yang ditandai dengan perkembangan emosional yang cukup kompleks. Pada masa ini, remaja sering mengalami perubahan suasana hati, ketidakstabilan emosi, dan kebutuhan untuk mendapatkan pengakuan dari lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih rentan mengalami konflik, baik dengan teman sebaya maupun dengan lingkungan keluarga dan sekolah. Oleh karena itu, peserta didik membutuhkan pendampingan yang tepat agar mampu memahami dan mengelola emosinya secara positif. Apabila kemampuan emosional peserta didik berkembang dengan baik, maka mereka akan lebih mudah menyesuaikan diri, memiliki rasa percaya diri, serta mampu membangun hubungan sosial yang sehat di lingkungan sekolah maupun masyarakat (Hurlock, 2017).

Dalam konteks pendidikan formal, layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran strategis dalam membantu perkembangan emosional peserta didik. Guru Bimbingan dan Konseling tidak hanya bertugas membantu peserta didik dalam mengatasi masalah belajar, tetapi juga membina perkembangan pribadi dan sosial siswa secara menyeluruh. Salah satu bentuk layanan yang efektif dalam membantu pengembangan kecerdasan emosional adalah layanan bimbingan kelompok. Layanan ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar melalui dinamika kelompok, berbagi pengalaman, mengungkapkan pendapat, serta belajar memahami perasaan orang lain. Melalui interaksi kelompok, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan komunikasi, empati, kerja sama, dan pengendalian diri secara lebih optimal (Prayitno & Amti, 2019).

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dengan tujuan membantu peserta didik mengembangkan kemampuan pribadi, sosial, belajar, dan karier. Dinamika kelompok dalam layanan ini memungkinkan peserta didik belajar secara aktif melalui proses diskusi, refleksi, dan interaksi sosial. Menurut Prayitno, layanan bimbingan kelompok mampu menciptakan suasana belajar yang lebih terbuka dan menyenangkan sehingga peserta didik lebih mudah memahami dirinya sendiri maupun orang lain (Prayitno, 2017). Selain itu, melalui bimbingan kelompok peserta didik dapat belajar menyampaikan pendapat dengan santun, menghargai perbedaan, serta mengendalikan emosi ketika menghadapi situasi tertentu. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok menjadi salah satu strategi yang relevan untuk membantu pengembangan kecerdasan emosional siswa di sekolah.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok akan menjadi lebih efektif apabila didukung oleh penggunaan media yang menarik dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media video inspiratif. Media video memiliki kemampuan menyajikan pesan secara audio dan visual sehingga lebih mudah menarik perhatian dan memengaruhi emosi peserta didik. Video inspiratif dapat memberikan gambaran nyata mengenai nilai-nilai kehidupan, motivasi, pengendalian emosi, dan pentingnya hubungan sosial yang positif. Melalui tayangan video, peserta didik tidak hanya menerima informasi secara verbal, tetapi juga dapat memahami makna melalui visualisasi peristiwa yang ditampilkan. Penggunaan media video dalam layanan konseling juga mampu meningkatkan minat, partisipasi, dan keterlibatan peserta didik dalam proses layanan (Corey, 2016).

Penggunaan media video inspiratif dalam layanan bimbingan kelompok dinilai sesuai dengan karakteristik generasi peserta didik saat ini yang dekat dengan teknologi digital dan media audiovisual. Peserta didik cenderung lebih tertarik pada pembelajaran yang interaktif dan komunikatif dibandingkan metode ceramah konvensional. Video inspiratif dapat membantu peserta didik memahami nilai-nilai positif melalui kisah kehidupan nyata, motivasi, maupun contoh perilaku yang mencerminkan kecerdasan emosional. Selain itu, tayangan video mampu

menggugah empati dan kesadaran emosional peserta didik sehingga mereka lebih mudah merefleksikan pengalaman dirinya sendiri. Dengan demikian, penggunaan media video inspiratif diharapkan dapat menjadi inovasi dalam layanan Bimbingan dan Konseling untuk membantu pengembangan kecerdasan emosional siswa (Arsyad, 2019).

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 1 Candung menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa kelas XI masih belum berkembang secara optimal. Hal tersebut terlihat dari adanya siswa yang kurang mampu mengendalikan emosi ketika menghadapi masalah, mudah tersinggung terhadap perkataan teman, serta kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat. Selain itu, beberapa siswa juga menunjukkan motivasi belajar yang rendah dan kurang aktif dalam kegiatan kelompok. Temuan tersebut diperkuat melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 7 Agustus 2025 serta wawancara dengan sepuluh orang siswa pada tanggal 12 Agustus 2025. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan mengenali emosi diri, kurang memiliki kemampuan komunikasi yang baik, serta belum mampu membangun hubungan sosial yang harmonis di lingkungan sekolah.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki efektivitas dalam membantu perkembangan pribadi dan sosial peserta didik, termasuk dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Nalle dan Apriliana menunjukkan bahwa penggunaan media video dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan pemahaman diri, empati, dan keterampilan sosial peserta didik secara signifikan (Nalle & Apriliana, 2025). Selain itu, penelitian lain juga menjelaskan bahwa media audiovisual dapat meningkatkan perhatian dan motivasi peserta didik dalam mengikuti layanan konseling sehingga proses layanan menjadi lebih efektif. Namun demikian, penelitian mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa SMA masih relatif terbatas, khususnya pada konteks sekolah menengah atas di daerah Sumatera Barat. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengembangan kecerdasan emosional siswa melalui layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif di kelas XI SMA Negeri 1 Candung. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok berbantuan media video inspiratif dalam membantu peserta didik mengembangkan kemampuan mengenali emosi, mengelola emosi, meningkatkan motivasi diri, membangun empati, dan mengembangkan keterampilan sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling serta manfaat praktis bagi guru BK dalam menciptakan layanan yang inovatif, menarik, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik di era modern.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan desain *Pre-Experimental Design* model *One Group Pre-test Post-test Design*, yang hanya melibatkan satu kelompok eksperimen tanpa kelompok pembanding. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Candung pada Juli hingga Februari 2025 dengan populasi 84 siswa kelas XI (XI F.1, XI F.2, dan XI F.3) dan sampel dipilih melalui *purposive sampling* berdasarkan hasil pretest, observasi awal,

serta rekomendasi guru BK dengan kriteria siswa berkecerdasan emosional sedang dan rendah. Instrumen penelitian berupa angket dengan format likert yang disusun berdasarkan indikator Goleman serta telah diuji validitas dan reliabilitasnya (Cronbach's Alpha 0,884). Prosedur penelitian dilaksanakan dalam enam pertemuan, terdiri dari satu kali *pretest*, empat kali bimbingan kelompok berbasis video inspiratif, dan satu kali *posttest*. Data dikumpulkan melalui angket dan dianalisis dengan uji normalitas *Shapiro-Wilk serta uji Wilcoxon Signed Rank Test* dan *N-Gain* menggunakan program SPSS versi 26.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Candung *Pretest*

Data pretest diperoleh melalui penyebaran angket kecerdasan emosional kepada sampel penelitian untuk mengetahui kondisi awal tingkat kecerdasan emosional siswa sebelum perlakuan bimbingan kelompok berbasis video inspiratif. Berdasarkan hasil pretest, sampel ditetapkan melalui purposive sampling dengan kriteria tertentu, sebanyak 9 siswa, seperti pada Tabel 1. berikut:

Tabel 1. Pengkategorian Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa Pretest

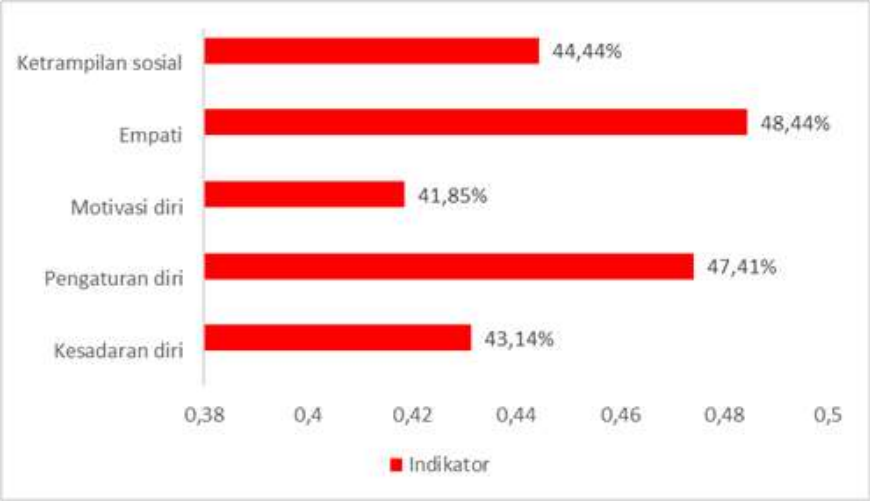
Kategori	Interval	F	%
Tinggi	113-155	0	0%
Sedang	72-112	3	33%
Rendah	31-71	6	67%
Jumlah		9	100%

Tabel diatas menunjukkan tingkat kecerdasan emosional sampel pretest yang dikelompokkan ke kategori tinggi, sedang, dan rendah berdasarkan interval skor, tidak ada kategori tinggi, 3 siswa (33%) sedang 6 siswa (67%) rendah. Temuan ini menandakan dominasi kategori rendah. Data skor dan kategori per individu pretest disajikan pada Tabel berikut:

Tabel 2 Kecerdasan Emosional Siswa *Pretest*

No	**Kode**	**Skor**	**Kategori**
1	AZ	67	Rendah
2	MI	74	Sedang
3	FH	70	Rendah
4	KN	77	Sedang
5	DR	70	Rendah
No	Kode	Skor	Kategori
6	SA	68	Rendah
7	FI	56	Rendah
8	FB	73	Sedang
9	AA	70	Rendah

Paparan data tersebut menjelaskan bahwa rata-rata skor kecerdasan emosional siswa pretest berada pada kategori rendah, karena sebagian besar siswa rendah, sebagian sedang, dan tidak ada yang tinggi. Kondisi ini menunjukkan kecerdasan emosional siswa sebelum perlakuan belum optimal. Data kecerdasan emosional berdasarkan indikator disajikan pada Grafik 1.2



Gambar 1. Grafik Indikator Kecerdasan Emosional Pretest

Paparan pada grafik 1 tersebut menunjukkan indikator yang kurang berkembang baik diantaranya motivasi diri, kesadaran diri dan ketrampilan sosial

Kecerdasan Emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung Posttest

Tabel 3. Pengkategorian Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa *Posttest*

Kategori	Interval	F	%
Tinggi	113-155	8	88,89%
Sedang	72-112	1	11,11%
Rendah	31-71	0	0%
Jumlah	9	100%	

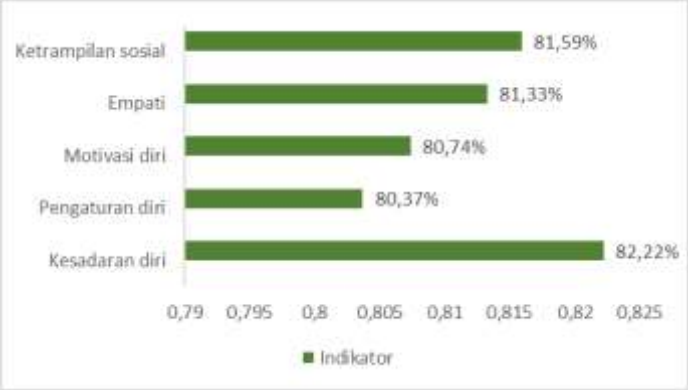
Berdasarkan Tabel diatas, pengkategoriaan kecerdasan emosional siswa setelah treatment menunjukkan bahwa sebgian besar siswa berada pada kategori tinggi sebnayak 8 siswa 89,99 persen sementara 1 siswa 11,11 persen tergolong kategori sedang. Tidak terdapat siswa pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum, kecerdasan emosional siswa meningkat secara signifikan setelah diberikan perlakuan melalalui bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif. Untuk memperoleh gambaran lebih rinsi mengenai skor dan kategori kecerdasan meoisonal masing masing siswa.

Tabel 4. Kecerdasan Emosional Siswa *Posttest*

No	Kode	Skor	Kategori
1	AZ	130	Tinggi
2	MI	126	Tinggi
3	FH	119	Tinggi
4	KN	134	Tinggi
5	DR	128	Tinggi
6	SA	130	Tinggi
7	FI	112	Sedang
8	FB	125	Tinggi
9	AA	130	Tinggi

Berdasarkan Tabel diatas terlihat bahwa Sebagian besar siswa memperoleh skor kategori tinggi sedangkan satu siswa berada pada kategori sedang. Hal ini menegaskan bahwa kecerdasan

emosional siswa mengalami peningkatan setelah di berikan treatmen bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif. Selanjutnya untuk melihat perkembangan kecerdasasan emosional berdasarkan indikator secara lebih spesifik disajikan grafik berikut.



Gambar 2. Grafik Indikator Kecerdasan Emosional *Posttest*

Berdasarkan grafik diatas terlihat bahwa indikator kecerdasan emosional siswa mengalami peningkatan yang signifikan khususnya pada aspek motivasi diri kesadaran diri dan ketrampilan sosial. Hal ini menegaskan bahwa bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif efektif dalam mngembangkan kecerdasan emosional siswa.

Perbandingan kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung

Temuan penelitian berikut menguji perbedaan kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung sebelum pretestt dan setelah posttest dilakukan treatment bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif. Temuan penelitian ini menjawab hipotesis penelitian yakni terdapat perbedaan signifikan kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung sebelum dan setelah dilakukan treatment bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif. Mengetahui perbedaan tersebut peneliti melakukan analisis data uji asumsi statistik diantaranya uji normalitas dan uji T.

Tabel 5. Uji Normalitas Data

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	**df**	**Sig.**
pretestt	0,871	9	0,126
posttes	0,884	9	0,173

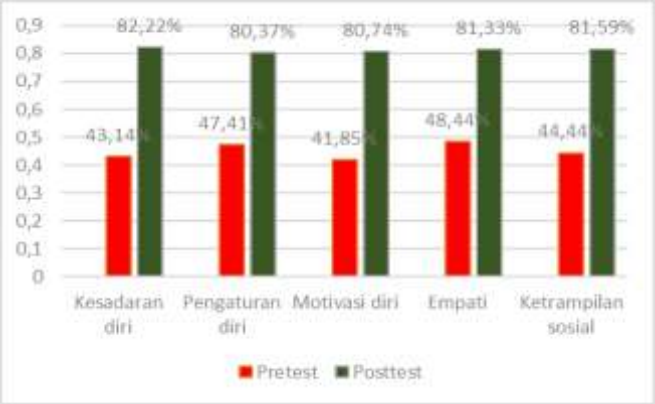
Berdasarkan tabel diatas nilai Sig pretest 0,126 dan posttest 0,173 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal. Kondisi ini menunjukkan bahwa data telah memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan uji parametrik yaitu paired sample t-test yaitu paired sample t-test untuk menguji perbedaan skor kecerdasan emosinal siswa sebelum dan sesudah treatment.

Tabel 6. Uji Wilcoxon Signed Ranks Test

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

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test pada tabel 4.6 diperoleh nilai Asymp Sig 2-tailed sebesar 0,008. Nilai tersebut lebih kecil dari taraf signifikan 0,05 0,008 kurang dari 0,05 sehingga hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest kecerdasan emosional siswa. Hasil tersebut mengindikasikan

bahwa setelah diberikan treatment berupa layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif terjadi perubahan yang signifikan pada kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung. Nilai Z sebesar 2,668 menunjukkan adanya peningkatan skor pada posttest dibandingkan dengan pretest sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan yang diberikan efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Untuk memperjelas hasil analisis tersebut perbandingan skor pretest dan posttest pada setiap indikator kecerdasan emosional dapat dilihat pada Grafik berikut.



Gambar 4. Grafik Perbandingan *Pretest Posttest*

Berdasarkan pada grafik diatas menjelaskan bahwa dilihat dari masing masing skor indikator kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung pretestt dan posttest beberapa indikator mengalami perubahan signifikan sehingga hal tersebut dapat dimaknai layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif berdampak positif mengembangkan kecerdasan emosional siswa SMA Negeri 1 Candung. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat efektifitas layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif untuk mengembangkan kecerdasan emosional siswa diperlukan uji N-Gin Score yakni dengan melihat peningkatan dari pre-test ke post-test. Adapun hasil uji N-Gain Score sebagaimana paparan pada tabel berikut.:

Tabel 7. Uji *N-Gain Score*

No	*Pre-test*	*Post-test*	Gain (selisih)	*N-Gain Score*	Klasifikasi
1	67	130	63	0,71	Tinggi
2	74	126	52	0,64	Sedang
3	70	119	49	0,58	Sedang
4	77	134	57	0,73	Tinggi
5	70	128	58	0,69	Sedang
6	68	130	62	0,71	Tinggi
7	56	112	56	0,57	Sedang
8	73	125	52	0,64	Sedang
9	70	130	60	0,71	Tinggi

Berdasarkan perhitungan N-Gain rata-rata N-Gain Score sebesar 0,64 yang termasuk dalam kategori Sedang karena berada di rentang 0,3 kurang dari sama dengan g kurang dari sama dengan 0,7. Jika dikonversi ke persentase rata-rata peningkatan N-Gain adalah 64 persen yang masuk kategori Cukup Efektif. Secara keseluruhan peningkatan skor kecerdasan emosional dari Pre-test

ke Post-test menunjukkan performa yang cukup stabil pada kategori Sedang. Mayoritas siswa mengalami peningkatan signifikan dengan skor N-Gain berada antara 0,58 hingga 0,71. Hanya ada beberapa siswa yang mencapai kategori Tinggi yaitu siswa nomor 1 4 6 dan 9 dengan N-Gain lebih besar sama dengan 0,71. Hal ini menegaskan bahwa treatment bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa meskipun sebagian besar masih berada pada kategori Sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tiara Iqsani Syawaluddin dan Arjoni yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan aspek psikologis siswa. Penelitian tersebut menemukan adanya peningkatan skor setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa dinamika kelompok mampu memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan aspek afektif siswa 1. Selain itu penelitian tersebut memperkuat temuan dalam penelitian ini bahwa layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam mengembangkan kecerdasan emosional terutama pada aspek kesadaran diri motivasi diri dan keterampilan sosial. Perbedaannya penelitian ini menggunakan media video inspiratif sebagai stimulus tambahan dalam pelaksanaan layanan sehingga memberikan penguatan melalui pengalaman visual dan refleksi emosional siswa.

Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Candung *Posttest*

a. Kecerdasan Emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung Pretest

Secara umum, kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung pada tahap pretest didominasi kategori sedang, mengindikasikan bahwa kecerdasan emosional siswa secara keseluruhan belum berkembang secara optimal, dengan indikator kesadaran diri, motivasi diri, dan keterampilan sosial yang belum optimal. Rendahnya kesadaran diri menunjukkan siswa belum sepenuhnya mampu mengenali dan memahami emosi diri sehingga respons emosional kurang terkendali, rendahnya motivasi diri mencerminkan kurangnya dorongan internal untuk bertahan menghadapi kesulitan dan konsisten mencapai tujuan, serta rendahnya keterampilan sosial mengindikasikan hambatan dalam komunikasi efektif, kerja sama kelompok, dan penyelesaian konflik positif. Kondisi ini menandakan kematangan emosional siswa belum menyeluruh sebagaimana dikemukakan Goleman bahwa kecerdasan emosional mencakup pengenalan emosi diri, motivasi diri, dan hubungan sosial positif, sehingga diperlukan intervensi sistematis seperti layanan bimbingan kelompok dengan media video inspiratif untuk memfasilitasi pengembangan ketiga aspek tersebut secara terpadu.

b. Kecerdasan Emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung Posttest

Secara keseluruhan, hasil posttest menunjukkan kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung mengalami peningkatan dan sebagian besar berada pada kategori tinggi, menandakan perkembangan kemampuan emosional lebih optimal setelah layanan bimbingan kelompok melalui lima tahapan pembentukan, peralihan, kegiatan inti, penyimpulan, dan pengakhiran. Perubahan jelas terlihat pada kesadaran diri di mana siswa lebih mampu mengenali, memahami, dan mengontrol emosi serta tidak mudah terpengaruh emosi negatif sebagaimana Goleman menyatakan kesadaran diri sebagai elemen mendasar, pada motivasi diri siswa menunjukkan dorongan internal, ketekunan, optimisme, komitmen, dan konsistensi menghadapi tantangan untuk mengelola emosi secara produktif, serta pada keterampilan sosial siswa lebih baik berkomunikasi, bekerja sama, menyelesaikan masalah secara dewasa dengan hubungan harmonis dan interaktif sesuai konsep relasi positif dalam lingkungan sosial.

a. Tahap pembentukan merupakan fase pengenalan, pelibatan diri, atau penyesuaian diri bersama lingkungan psikologis dalam kelompok, di mana anggota saling memperkenalkan diri,

pemimpin kelompok memperkenalkan tujuan kegiatan termasuk manfaat bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif untuk mengembangkan kecerdasan emosional, memperjelas ketentuan dan aturan asas bimbingan konseling, serta menciptakan suasana nyaman, positif, dan menyenangkan agar anggota dapat mengikuti kegiatan secara efektif.

b. Tahap Peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dan ketiga yang terkadang mudah dan mulus sehingga anggota kelompok dengan penuh kemauan dan kemampuan segera menuju tahap ketiga, di mana pemimpin kelompok mengidentifikasi dan mengkonfirmasi kembali kesiapan konseli untuk melanjutkan kegiatan agar anggota semakin antusias membahas topik bersama.
c. Tahap Kegiatan merupakan inti dari pelaksanaan bimbingan kelompok di mana siswa terlibat aktif melalui pemutaran video inspiratif tentang kecerdasan emosional, diskusi, refleksi, dan latihan mengungkapkan perasaan, yang membuat dinamika kelompok lebih hidup karena siswa mengaitkan video dengan pengalaman pribadi mereka. Penggunaan media video membantu siswa memahami emosi secara konkret, meningkatkan kesadaran diri, motivasi, dan keterampilan sosial sebagaimana dikemukakan Daniel Goleman, dengan respons positif siswa yang menunjukkan peningkatan tersebut berdasarkan pengamatan dan refleksi. Interaksi kelompok memfasilitasi pembelajaran emosional, empati, dan komunikasi, sejalan dengan pandangan Gerald Corey dan Prayitno bahwa tahap ini menjadi fase utama perubahan, sehingga tidak hanya menyampaikan materi tetapi juga menjadi ruang pengalaman yang mendasari peningkatan kecerdasan emosional pada hasil posttest.
d. Tahap Penyimpulan melibatkan pemimpin kelompok dan siswa meninjau proses kegiatan melalui ungkapan pemahaman baru, perubahan sikap, dan pengalaman emosional untuk menyadari perkembangan diri, dengan merangkum inti pembahasan tentang mengenali emosi diri, meningkatkan dorongan internal, serta membangun hubungan sosial positif melalui refleksi bersama, tanya jawab, dan penegasan makna video inspiratif. Hal ini membuat siswa memahami kecerdasan emosional sebagai keterampilan yang dapat dilatih sehari-hari, sehingga tahap penyimpulan memperkuat makna kegiatan agar pengalaman siswa dapat diterapkan di sekolah maupun luar sekolah.
e. Tahap pengakhiran sebagai penutup bimbingan kelompok melibatkan pemimpin kelompok menegaskan pencapaian tujuan dan perkembangan siswa sambil memastikan pengalaman positif dibawa pulang, dengan siswa menyampaikan kesan seperti peningkatan pemahaman diri, motivasi berubah, dan kenyamanan berinteraksi yang mencerminkan dampak pada kesadaran diri, motivasi diri, serta keterampilan sosial. Pemimpin juga mendorong penerapan keterampilan sehari-hari seperti mengungkapkan perasaan tepat, mengelola emosi saat masalah, dan menjaga hubungan sosial baik, sehingga tahap ini berfungsi sebagai penguatan akhir agar hasil layanan bertahan dan berkembang pasca kegiatan.

Perbandingan kecerdasan emosional siswa sebelum dan setelah treatment layanan bimbingan kelompok menggunakan media video inspiratif

Pretest	*Posttest*
Berdasarkan hasil pretest, kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Sebagaian besar siswa belum mampu	Setealah diberikan treatment berupa layanan bimbingan kelompok menggunkan media video inspiratif, hasil posttest menunjukkan adanya peningkatan kecerdasan emosional siswa. Sebagian besar

mengenali emosi dirinya dengan baik, kurang memiliki motivasi internal dalam menghadapi tugas, serta belum menunjukkan ketrampilan sosial yang efektif dalam berinteraksi dengan teman maupun lingkunagn sekolah. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, kemampuan emosional siswa masih belum berkembang secara optimal dan masih membutuhkan intervensi layanan yang terarah. Jika ditinjau dari indikator kecerdasan emosional, kelemahan siswa tampak pada aspek kesadaran diri, motivasi diri, dan ketrampilan sosial. Hal ini menggambarkan bahwa isswa belum sepenuhnya memiliki kompetensi emosional yang matang sebagaimana dijelaskan oleh Daniel Goleman bahwa kecerdasan emosional mencakup kesadaran diri diri, memotivasi diri, serta membina hubungan sosial secara efektif.	siswa mengalami kenaikan skor ke kategori tinggi, serta tidak ditemukan lagi siswa pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa layanan yang diberikan mampu membantu siswa mengembangkan kemampuan emosionalnya secara lebih optimal. Peningkatan tersebut terlihat pada beberapa aspek utama. Pada idnikator kesadaran diri, siswa mulai mampu memahami kondisi emosinya serta menyadari pengaruh emosi terhadap perilaku. Pada indikator motivasi diri, siswa tampak lebih bersemangat dan optimis dalam menyelesaikan tugas. Pada indikator ketrampilan sosial, siswa menunjukkan kemampuan komunikasi yang lebih baik serta lebih mampu berinteraksi secara positif dengan teman sebayanya.

Perbandingan hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa sebelum treatment kecerdasan emosional siswa belum berkembang maksimal, tetapi setelah layanan bimbingan kelompok dengan media video inspiratif terjadi peningkatan nyata pada kesadaran diri, motivasi diri, dan keterampilan sosial, sehingga layanan tersebut terbukti efektif mengembangkan kecerdasan emosional siswa secara optimal.

Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian ini terbatas pada empat kali pertemuan bimbingan kelompok berbasis media video inspiratif di SMA Negeri 1 Candung, sehingga pengembangan kecerdasan emosional siswa belum optimal secara menyeluruh dengan perubahan lebih bersifat jangka pendek, dan diperlukan intensitas pertemuan lebih tinggi untuk dampak substansial serta berkelanjutan.
2. Kedua, penelitian ini menerapkan desain pre-eksperimental dengan model one group pretest-posttest. Walaupun desain tersebut mampu menggambarkan efektivitas intervensi secara awal, validitas internal masih terbatas. Demi memperoleh temuan yang lebih kuat dan dapat digeneralisasi secara lebih baik, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain eksperimen sejati atau quasi-eksperime.
3. Ketiga, pemilihan sampel menggunakan teknik purposive sampling (non-probabilitas). Kondisi ini membatasi generalisasi hasil penelitian terhadap seluruh populasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Candung. Oleh karenanya, penelitian berikutnya dianjurkan melibatkan pengembangan ukuran sampel yang lebih besar dengan teknik pengambilan sampel acak (random sampling), sehingga temuan yang dihasilkan lebih representatif terhadap karakteristik populasi secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Tingkat kecerdasan emosional siswa sebelum perlakuan berada pada kategori sedang dan sebagian pada kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki dasar kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi, namun belum sepenuhnya mampu mengembangkan kesadaran diri, memotivasi diri secara optimal, serta menjalin keterampilan sosial yang efektif. Hal ini terutama terlihat pada aspek kesadaran diri yang masih kurang stabil, motivasi diri yang belum konsisten, dan keterampilan sosial yang belum berkembang secara maksimal dalam interaksi sehari-hari.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media video inspiratif terbukti dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Hasil uji statistik menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan melalui dinamika kelompok yang terstruktur mampu memberikan pengaruh nyata terhadap perkembangan kesadaran diri, penguatan motivasi internal, dan peningkatan ketrampilan sosial siswa.

Media video inspiratif berperan sebagai sarana pembelajaran yang efektif dalam menstimulasi aspek afektif siswa. Tayangan yang memuat kisah-kisah inspiratif memberikan efek modeling positif, mendorong siswa untuk meneladani sikap pantang menyerah, pengendalian diri, empati, dan semangat dalam menghadapi tantangan. Proses ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang menekankan pentingnya observasi terhadap model perilaku positif dalam membentuk sikap dan perilaku individu.

DAFTAR PUSTAKA

Arsyad, A. (2019). *Media pembelajaran*. Raja Grafindo Persada.

Corey, G. (2016). *Theory and practice of group counseling* (9th ed.). Cengage Learning.

Daniel Goleman. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Daniel Goleman. (2015). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Daniel Goleman. (2016). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.

Erlinung. (2022). Peran Pendidikan Islam dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik. Jakarta: Pustaka Ilmu.

Fadil, M., Rahman, A., & Suryani, D. (2023). Globalisasi dan Tantangan Moral pada Generasi Muda. Bandung: Alfabeta.

Gerald Corey. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage Learning.

Hariani, R., & Bahruddin, M. (2019). Peran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Pembentukan Akhlak

Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.

M. Quraish Shihab. (2017). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, kesan, dan keserasian Al-Qur'an*. Lentera Hati

Moleong, L. J. (2017). Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.

Nalle, A. P., & Apriliana, I. P. A. (2025). Konseling kelompok teknik symbolic modelling untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kejuruan: Efektifkah? *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 9*(1), 1–9. https://doi.org/10.30653/001.202591.410

Nalle, A., & Apriliana, R. (2025). Efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan media video dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 10*(1), 45–56.

Nuralam, A., Sari, P., & Lestari, F. (n.d.). Pendidikan Islam dan Pembentukan Karakter. Malang: UIN Press.

Prayitno, & Amti, E. (2019). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rineka Cipta.

Prayitno. (1995). *Bimbingan dan konseling kelompok (Dasar dan profil)*. Balai Aksara.

Prayitno. (2017). *Layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok*. Ghalia Indonesia.

Purnaningtias, R., Wulandari, T., & Setiawan, H. (2020). Pendidikan dalam Kehidupan Modern. Surabaya: Graha Ilmu.

Riza Faishol, & Muhammad Endy Fadlullah. (2021). Pendidikan Agama Islam dan Akhlak Peserta Didik. Jakarta: Kencana.

Santrock, J. W. (2018). *Educational psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.

Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.