



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 6383-6395

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Peran Guru Pembimbing dalam Meningkatkan Kestabilan Emosional Siswa SD Kelas 4 Matahati Nagreg Kabupaten Bandung

Ayi Najmul Hidayat^{1✉}, Ulfah², Mochamad Ghiffari Yusuf³, Deden Gunawan⁴

Universitas Islam Nusantara

Email: ayinajmul@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Kestabilan emosi pada peserta didik adalah sebuah aspek penting yang mempengaruhi proses pembelajaran dan juga perkembangan sosial mereka. Peserta didik yang tidak stabil emosinya biasanya akan sangat mempengaruhi pembelajaran mereka. Lebih dari itu, kestabilan emosi bisa mempengaruhi karakteristik siswa, khususnya dalam mengambil tindakan yang negative seperti mencelakai rekan sebayanya atau sampai menyiksa dirinya sendiri. Hal ini biasanya bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, dan salah satunya adalah lingkungan. Guru pembimbing memiliki peran yang cukup krusial untuk membantu siswa mengola emosi, stress, dan membangun keterampilan sosial yang positif. Dengan adanya guru pembimbing, peserta didik khususnya mereka yang masih sekolah di tingkat SD bisa lebih mengendalikan emosi mereka menjadi lebih baik. Pasalnya, anak SD biasanya masih dalam tahap pengenalan diri dan belum tahu betul siapa dirinya dan bagaimana cara mereka mengendalikan emosi saat memuncak. Dari hal ini bisa diketahui bahwasanya peran guru pembimbing dalam membantu menstabilkan emosi peserta didik akan sangat mempengaruhi pembelajaran dan juga sikap mereka sehari-hari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, berdasarkan fokus penelitian dan sumber data maka teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi, dan wawancara. Melalui Kegiatan ini para guru diberi pengetahuan dan wawasan mengenai pendidikan karakter dan pendekatan behavioristik dalam menstabilkan emosi peserta didik.

Kata Kunci: *Kestabilan Emosi, Bimbingan Konseling, Guru Pembimbing*

Abstract

Stability in students is an important aspect that influences the learning process and their social development. Students who are emotionally unstable usually have their learning affected significantly. Beyond that, emotional stability can impact students' characteristics, particularly in taking negative actions such as harming their peers or even hurting themselves. This is often influenced by many factors, one of which is the environment. Guidance counselors play a crucial role in helping students manage their emotions, stress, and build positive social skills. With the presence of guidance counselors, students, especially those in elementary school, can better control their emotions. Elementary school children are typically still in the stage of self-discovery and do not fully understand who they are or how to manage their emotions when they peak. From this, it can be understood that the role of guidance counselors in helping stabilize students' emotions greatly affects their learning and daily behavior. This research uses a qualitative approach. Based on the research focus and data sources, the data collection techniques used in this study are observation and interview methods. Through these activities, teachers are given knowledge and insight regarding character education and behavioral approaches to stabilizing students' emotions.

Keywords: *Emotional Stability, Counseling Guidance, Guidance Counselors*

PENDAHULUAN

Setiap peserta didik pasti memiliki cara dalam mengontrol serta mengekspresikan emosinya. Namun banyak peserta didik yang tidak bisa mengendalikan emosi sehingga mudah marah dan meluapkan emosi yang ada. Hal ini disebabkan karena setiap peserta didik memiliki kemampuan mengelola emosi yang berbeda-beda. Peserta didik khususnya yang berada di Sekolah Dasar (SD) atau yang berada pada kanak-kanak, pada umumnya mudah marah dan memiliki emosi yang megebu-gebu. Dan pelepasan emosi yang negatif akan berdampak pada pembelajaran yang ada di sekolah, (Solikhah, 2014).

Emosional peserta didik di lingkungan sekolah memiliki dampak yang cukup signifikan dalam proses belajar-mengajar dan pengembangan diri mereka. Banyak peserta didik yang menghadapi tantangan emosional yang bisa mengganggu kestabilan mental dan kesejahteraan mereka. Kondisi ini bisa diakibatkan oleh berbagai macam faktor seperti, tekanan akademik, konflik interpersonal, masalah keluarga atau mungkin perubahan lingkungan. Dalam hal ini proses kegiatan belajar-mengajar akan sangat terganggu karena perubahan emosional yang dialami oleh para peserta didik. Beberapa hal yang mungkin terjadi saat emosional peserta didik tidak terkontrol ditunjukkan pada perilaku peserta didik yang suka berbicara kasar, suka marah-marah terhadap teman, seketika malas dalam mengerjakan tugas, apatis, sampai nilai yang turun.

Peserta didik yang memiliki kestabilan emosi, jika melihat dari tiga poin diatas adalah peserta didik yang ketika dihadapkan dalam suatu permasalahan, tidak menunjukkan emosinya secara berlebih-lebihan. Peserta didik yang stabil dalam mengendalikan emosinya akan bisa menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikisnya. Permasalahan antara menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikis bagi para peserta didik inilah yang masih belum bisa dilepas begitu saja oleh guru pembimbing. Jika tugas dari seorang guru pembimbing adalah untuk membimbing peserta didik baik dari segi fisik dan psikis di sekolah, namun disatu sisi juga peserta didik haruslah bisa belajar dari apa yang sudah guru pembimbing berikan, sesuai dengan apa yang dikatakan dalam teori behavioristik, (Ali & Hidayat, 2016).

Secara sederhana teori behavior yang dikembangkan oleh Pavlov dan Skinner adalah sebuah teori yang mempercayai bahwa kepribadian seseorang terbentuk dari lingkungan. Bagi Skinner kepribadian tidaklah ada, yang ada hanyalah perilaku, perilaku yang disebabkan oleh lingkungan. Pendekatan *behavioristik* adalah sebuah pendekatan psikologi yang menerapkan prinsip penguatan stimulus respon. Artinya, pengetahuan terbentuk dari ikatan stimulus respon yang semakin kuat jika diberi penguatan, adapun penguatan tersebut dibagi menjadi penguatan positif dan penguatan negatif. Maksudnya, dalam konsep *behavioristik* berfokus pada tingkah laku yang terlihat, stimulus yang diberikan dalam menyusun *treatment* yang spesifik serta evaluasi yang lebih objektif (Hasdiana, 2018).

Salah satu pendekatan yang difokuskan dalam *behaviour* ini adalah (1) berkonsentrasi pada proses perilaku, (2) manusia berada dalam perilaku maladaptif (perilaku yang tidak sesuai aturan, menyimpang, serta bisa menghambat perkembangan diri), (3) proses belajar adalah sebuah cara yang efektif untuk mengubah perilaku maladaptif, (4) melakukan penetapan tujuan perubahan perilaku (Sanyata, 2012).

Teori behavioristik ini banyak digunakan oleh guru pembimbing dalam menghadapi kestabilan emosi, karena berhubungan dengan karakteristik tingkah laku termasuk yang abnormal, neurotik, sampai psikotik. Keadaan abnormal yang dialami peserta didik seperti mengompol, gagap, pobia, obsesi, dan jika dikaitkan dengan tema pembahasan terkait kestabilan emosi seperti histeria, *bullying*, ketimpangan sosial, sampai mental deficiency. Karena pada dasarnya teori ini diawali dengan mengembangkan kehangatan, empati serta hubungan yang *supportive*. Dan biasanya dalam tahapan selanjutnya, guru pembimbing akan mengembangkan keterampilan dalam refleksi diri, klarifikasi, serta open-ended questioning (Sanyata, 2012).

Jika melihat kasus diatas, tugas guru pembimbing dalam mengontrol kestabilan diantaranya, sebagai pembimbing dalam memberikan pengarahan untuk peserta didik

demikian mencapai tugas perkembangan mereka. Menurut Chomaidi dan Salamah yang dikutip oleh Nurhasanah, Dkk. bahwa guru sebagai pembimbing memiliki kewajiban untuk mengarahkan peserta didik yang memiliki masalah. Guru pembimbing sendiri wajib memiliki pengetahuan dasar yang bisa mengarahkan atau menstabilkan emosi peserta didik sesuai dengan kebutuhan peserta didik, diantaranya, (1) Merumuskan tujuan pembelajaran, (2) mengidentifikasi setiap kebutuhan peserta didik, (3) memahami aspek bimbingan, mengarahkan, membimbing peserta didik ke arah dan tujuan yang lebih baik, membentuk manusia yang cerdas, cakap dan bertanggung jawab dalam kehidupan. (Nurhasanah et al., 2021).

Guru sangatlah penting dalam proses belajar mengajar sebagai perantara atau medium bagi peserta didik. Dan peserta didik haruslah bisa dalam mendapatkan suatu pengertian atau sebuah *insight*, yang mana akan menimbulkan sebuah perubahan dalam pengetahuan, tingkah laku, serta sikap. Alasan mengapa guru sangatlah penting karena guru adalah sosok pembimbing untuk membawa peserta yang dididiknya ke arah kedewasaan, guru juga bisa dibidang sebagai jembatan antara peserta didik satu dengan yang lainnya dalam pengawasannya. Guru menjadi penegak dalam hal kedisiplinan, menjadi contoh suri tauladan dalam segala hal, baik yang ada di sekolah atau yang ada di lingkungan masyarakat.

Tanpa ada peran dari guru pembimbing, peserta didik akan sangat kesulitan dalam menghadapi perkembangan dirinya, baik dari segi akademis atau kedewasaan seperti emosional. Kekurangan yang ada dalam peserta didik mungkin akan menyebabkan ia lebih bergantung kepada guru, namun semakin dewasa peserta didik maka akan semakin berkurangnya juga ketergantungannya kepada guru. Bagaimanapun bimbingan yang diberikan oleh guru pembimbing sangatlah diperlukan untuk peserta didik yang belum mampu mandiri, apalagi yang masih memiliki emosi yang tidak stabil (Darmadi, 2015).

Guru pembimbing harus mengetahui apa yang diperlukan dalam mengatasi kasus tersebut dari identifikasi karakteristik sang peserta didik serta menindaklanjuti hal tersebut dengan mengarahkan peserta didik ke arah yang lebih positif. Guru pembimbing memiliki tugas dan tanggung jawab dalam membantu siswa untuk mengatasi emosional mereka, baik dari dukungan psikologis atau membimbing peserta didik dalam mengembangkan keterampilan untuk mengelola emosi dengan baik. Guru pembimbing secara konseptual memiliki peran dalam membantu peserta didik untuk bisa berkembang secara optimal. Adapun tujuannya agar peserta didik mampu memahami dirinya serta lingkungannya. Jika disederhanakan, seorang peserta didik diharuskan untuk memiliki kemampuan pengendalian emosi sedangkan untuk guru pembimbing sangat berperan dalam

meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan emosi pada peserta didik (Nurhayani et al., 2023).

Pentingnya kestabilan emosi terhadap siswa pernah dikemukakan oleh Hariadi dan Mustakim dalam penelitiannya di siswa SMA Negeri Kota Mataram terkait hubungan kestabilan emosi dengan pengambilan keputusan karir. Mereka memaparkan bahwa dalam emosi yang tidak stabil akan menyebabkan gangguan emosional, cemas, dan setres. Dengan kata lain peserta didik tidak bisa mengendalikan dirinya dengan baik. Sama dengan apa yang penulis paparkan sebelumnya bahwa kestabilan emosi dibagi menjadi 2 bentuk, yakni positif yaitu yang cenderung tenang, percaya diri, dan tenang. Sedangkan untuk yang *negative* lebih kepada gugup, khawatir, depresi, (Ahmad & Mustakim, 2022).

Kestabilan yang dimaksud adalah reaksi dari seseorang baik dari emosi atau fisik, karena menurutnya kestabilan emosi yang baik adalah bagaimana seseorang bisa memahami apa yang dirasakan dan bagaimana mengekspresikannya dengan tepat. Dalam penelitian yang dilakukan, berfokus pada aspek kestabilan emosi yang terdiri dari respon emosi, kematangan emosi, serta kontrol emosi. Kestabilan emosi maksudnya, kontrol emosi sesuai dengan lingkungan atau kondisi lapangan yang berhubungan dengan nilai-nilai, prinsip, yang seharusnya ditampilkan. Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam melakukan sebuah respon yang sesuai dengan tingkat perkembangannya yang berindikasi dengan adanya sebuah kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap stres, tidak khawatir, tidak cemas, dan tidak mudah marah.

Kestabilan emosi yang didapatkan dalam penelitian Hariadi dan Mustakim bahwa peserta didik bisa dikatakan memiliki emosi yang stabil apabila ia bisa berpikir serta bertindak secara realitas, seperti menyelesaikan segala permasalahan yang dihadapi dengan tenang. Dengan emosi yang tenang dan stabil seperti itu, peserta didik bisa mengambil keputusan dengan cepat, tepat serta kepala dingin. Namun sebaliknya, jika peserta didik kurang mampu dalam mengelola emosi maka akan sulit mengambil keputusan, stres, mudah khawatir, mudah marah (Ahmad & Mustakim, 2022)

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan di SD kelas 4 Matahati Nagreg, Kabupaten Bandung. Terdapat beberapa kasus peserta didik yang memiliki emosi yang tidak stabil. Diketahui hal ini disebabkan oleh faktor pertengkaran antar peserta didik seusianya. Hal seperti itu bisa menyebabkan emosi peserta didik menjadi tidak stabil, seperti menangis, tantrum, atau berkelahi satu sama lain. Terdapat juga kasus dimana peserta didik yang emosi memukul peserta didik lain tanpa pandang bulu, atau ia meluapkan emosinya karena ada permasalahan yang terjadi di keluarganya.

Indikasi ini memperjelas bahwa peserta didik di SD Matahati Nagreg khususnya kelas 4, masih kesulitan dalam menstabilkan emosi mereka sehingga kegiatan pembelajaran pun terhambat dan akan mengganggu akademis peserta didik itu sendiri. Seperti ada peserta didik yang emosinya tidak stabil pada lingkungan sosial, ada yang sulit dalam mengontrol diri karena tidak mendapatkan apa yang dia inginkan, ada pula yang tidak stabil emosinya karena dihadapkan dengan situasi yang tidak di inginkan.

Peran guru pembimbing disini sangatlah diperlukan dalam memberikan pemahaman, memberikan bimbingan terhadap sikap yang terjadi pada peserta didiknya, agar mereka memahami dampak dari apa yang akan mereka dapatkan jika emosi mereka tidak stabil saat di sekolah atau luar sekolah. Seperti yang dilakukan oleh guru pembimbing dalam menenangkan emosi peserta didik yang tidak stabil. Guru pembimbing memberikan refleksi diri, open-ended questioning dari perilaku yang sudah dilakukan oleh peserta didik tersebut. Dan tidak hanya sampai situ, peran guru pembimbing juga terbantu dengan kurikulum merdeka yang mengharuskan mereka memahami karakteristik peserta didik secara individualistik. Sehingga guru pembimbing memiliki cara masing-masing dalam menangani setiap peserta didik yang ada. Namun tidak lepas dari teori *behavioristik*. Karena sesuai dengan kasus yang terjadi di lapangan, seorang peserta didik tidak mungkin berubah emosinya secara tiba-tiba. Pasti ada faktor eksternal dari lingkungan yang mengubah emosi mereka sendiri.

Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Khoiratunnisa yang dikutip oleh Chainisa, dkk. Dalam jurnalnya, ia mengatakan bahwa kestabilan emosi adalah salah satu faktor yang sangat mempengaruhi bagaimana seseorang dalam mengendalikan dirinya. Jika dikaitkan dengan permasalahan yang dilakukan oleh peneliti, maka peran guru pembimbing selaku guru yang mengawasi siswa, sangatlah penting, (Seprina et al., 2022).

Maka dari itu, yang dimaksud dengan kestabilan emosi adalah keadaan dimana seseorang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya untuk tercapainya kesejahteraan dan kenyamanan dalam diri seseorang. Jika dilihat dari permasalahan emosional yang sudah penulis paparkan, penyelesaian yang harus dilakukan oleh guru pembimbing memerlukan kemampuan khusus serta identifikasi peserta didik agar emosi yang dialami oleh peserta didik bisa kembali stabil. Karena setiap peserta didik pastilah memiliki karakteristik yang berbeda, maka penanggulangannya pun berbeda, (Ahmad, 2022).

Dalam penelitian kali ini, penulis ingin mengetahui bagaimana peran yang dimainkan oleh guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosi peserta didik SD kelas 4 Matahati Nagreg, Kabupaten Bandung. Dengan memahami tantangan yang dihadapi serta potensi solusi yang bisa dilakukan dan diterapkan terhadap peserta didik.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian untuk memahami fenomena-fenomena manusia atau sosial dengan menciptakan gambaran yang menyeluruh dan kompleks yang dapat disajikan dengan kata-kata, melaporkan pandangan terinci yang diperoleh dari sumber informan, serta dilakukan dalam latar setting yang alamiah. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami apa yang terjadi baik dilihat dari prosesnya maupun pola-pola makna yang terjadi di masyarakat. Tujuan penelitian kualitatif dapat dilihat dari: penggambaran obyek penelitian agar obyek penelitian dapat dimaknai makna perlu digambarkan melalui cara memotret, memvideo, meilustrasikan dan menarasikan. Penggambaran ini dapat dilakukan terhadap obyek berupa peristiwa, interaksi sosial, aktifitas sosial religius, dan sebagainya.

Subjek dan Objek Penelitian

Dalam rencana penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah beberapa guru pembimbing dan peserta didik SD kelas 4 Matahati Nagreg. Sedangkan objek penelitiannya adalah peran guru pembimbing dalam meningkatkan kestabilan emosi SD kelas 4 Matahati Nagreg.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah hal yang penting dalam penelitian, digunakan untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan, jika tidak ada teknik pengumpulan data, dengan demikian peneliti dapat dikatakan tidak mendapatkan data yang ditetapkan dan memenuhi standar. Teknik pengumpulan data dari penelitian kualitatif yaitu *observasi*, wawancara, dan dokumentasi.

Teknik Analisis Data

Data yang didapat yang merupakan hasil wawancara, pengamatan, dan dokumentasi dianalisis dan diinterpretasi untuk memenuhi tuntutan tujuan penelitian dan informasi lainnya. Pengumpulan data di lapangan tentu berkaitan dengan teknik penggalan data, dan ia berkaitan pula dengan sumber dan jenis data, setidaknya sumber data dalam penelitian kualitatif berupa: kata-kata dan tindakan. Aktivitas dalam menganalisis datanya menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data awal yang di dapatkan dari guru pembimbing menunjukkan bahwa terdapat 8 siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Delapan siswa menjalani perlakuan semester 1 dengan menggunakan konseling behavioral yang dipadukan dengan metode latihan asertif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

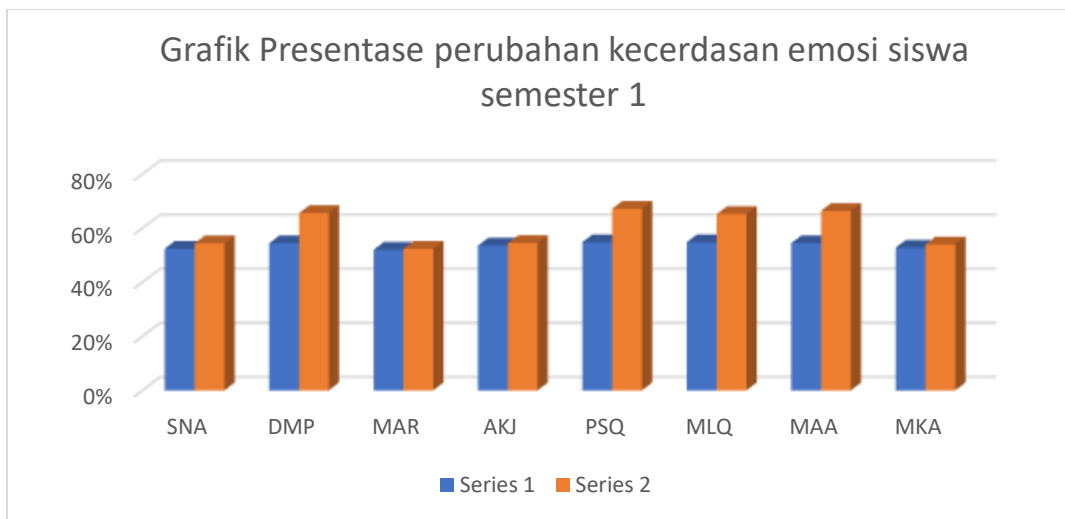
Hasil yang diperoleh adalah dari 8 subjek, hanya 4 subjek yang dapat memenuhi kriteria ketuntasan di atas 55%, sedangkan 4 subjek tidak memenuhi kriteria ketuntasan. Setelah guru pembimbing yang di wawancarai melihat hasil semester 1, maka kita akan melanjutkan perlakuan Semester 1 kepada 8 subjek dengan tujuan agar seluruh subjek terus meningkatkan kecerdasan emosionalnya dan memenuhi kriteria kelulusan yang telah ditentukan.

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada guru pembimbing, pada periode kedua, seluruh subjek mampu meningkatkan kecerdasan emosionalnya hingga mencapai lebih dari 55%. Selama periode tersebut saya menemukan bahwa rata-rata persentase awal naik dari 53,55% menjadi 59,9%, persentase adalah 11,8%. Peningkatan kecerdasan emosional siswa dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 1.

No	Subjek	Pengamatan				Presentase	Keterangan
		Awal		Semester 1		Peningkatan	
		Skor	%	Skor	%	%	
1	SNA	131	52,4	136	54,4	3,82	Meningkat
2	DMP	136	54,4	164	65,6	20,6	Meningkat
3	MAR	128	52,2	131	52,4	2,34	Meningkat
4	AKJ	134	53,6	136	54,5	1,49	Meningkat
5	PSQ	137	54,8	168	67,2	22,6	Meningkat
6	MLQ	137	54,8	163	65,2	19	Meningkat
7	MAA	136	54,4	166	66,4	22,1	Meningkat
8	MKA	132	52,8	135	54	2,27	Meningkat
Rata-rata		53,55		59,95		11,8	

Berikut ini grafik peningkatan kecerdasan siswa semester 1:



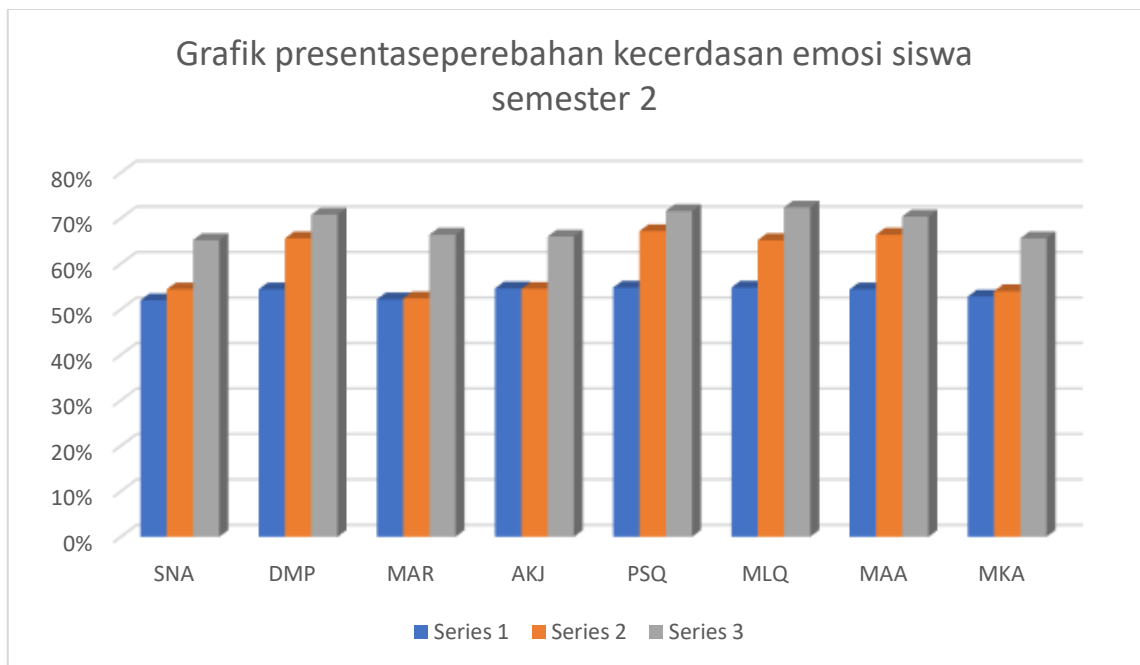
Grafik 1

Sedangkan pada semester 2 diketahui bahwa rata-rata presentase semester 2 adalah 59.9% meningkat menjadi 68.5% dan persentase peningkatannya adalah 15.1%. Peningkatan kecerdasan emosional siswa dapat dilihat pada tabel 02 berikut :

Tabel 2

No	Subjek	Pengamatan						Score	Presentase	Keterangan
		Awal		Semester I		Semester 2			peningkatan	
		Skor	%	Skor	%	Skor	%		%	
1	SNA	131	52,4	136	54,4	163	65,2	10,8	19,9	Meningkat
2	DMP	136	54,4	164	65,6	177	70,8	5,2	7,93	Meningkat
3	MAR	128	52,2	131	52,4	166	66,4	14	26,7	Meningkat
4	AKJ	134	53,6	136	54,5	165	66	11,6	21,3	Meningkat
5	PSQ	137	54,8	168	67,2	179	71,6	4,4	6,55	Meningkat
6	MLQ	137	54,8	163	65,2	181	72,4	7,2	11	Meningkat
7	MAA	136	54,4	166	66,4	176	70,4	4	6,02	Meningkat
8	MKA	132	52,8	135	54	164	65,6	11,6	21,5	Meningkat
Rata-rata		53,55		59,9		68,5			15,1	

Berikut ini grafik peningkatan kecerdasan siswa semester 2:



Berdasarkan tabel dan grafik diatas, peningkatan kecerdasan emosional siswa ini disebabkan adanya keseriusan, motivasi, rangsangan dan fokus siswa dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini terlihat pada sikap dan perilaku siswa ketika mengikuti proses pengajaran. Data tersebut menunjukkan bahwa implementasi konseling behavioral dengan metode pendidikan yang asertif efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Seperti diketahui, kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penentu kesuksesan seseorang. Jika konseling behavioral diterapkan dengan benar dan baik disertai teknik latihan afirmatif dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa, maka hasilnya akan segera terlihat.

Adapun dalam penerapannya, guru pembimbing biasanya melakukan sebuah terapi untuk meredakan emosi peserta didik terlebih dahulu, setelah peserta didik tenang konseling behavior bisa diterapkan dengan benar yang disertai latihan afirmatif.



Gambar 1



Gambar 2

SIMPULAN

Peran guru pembimbing dalam pengembangan sosial-emosional anak guru pembimbing memainkan peran sentral dalam membentuk perkembangan sosial dan emosional anak. Mereka memiliki tanggung jawab penuh dalam membimbing siswa dalam mengatasi masalah emosional dan sosial mereka. Tanpa bimbingan yang tepat, siswa mungkin mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan perkembangan mereka. Peran guru pembimbing adalah penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung untuk siswa, membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial, dan merespons dengan bijak terhadap perasaan dan emosi mereka.

Kestabilan emosi memainkan peran krusial dalam membentuk kepribadian dan sikap sosial anak. Guru memiliki tanggung jawab untuk membantu siswa mengelola emosi mereka dengan baik agar mereka tidak terjerumus ke dalam perilaku negatif atau agresif. Melalui pendekatan behavioristik dan teknik seperti desensitisasi sistematis, latihan

perilaku asertif, pengkondisian aversi, dan pembentukan perilaku model, guru dapat membantu siswa mengendalikan emosi mereka dengan lebih baik. Ini penting karena memiliki implikasi besar terhadap perkembangan pribadi, sosial, dan agama siswa.

Dengan demikian, peran guru pembimbing dalam membimbing perkembangan sosial-emosional anak dan dalam mengelola kestabilan emosi sangatlah penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung bagi perkembangan siswa secara holistik.

Penerapan konseling behavioral dengan metode latihan asertif efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Dari data yang disajikan, terlihat bahwa semua subjek mengalami peningkatan signifikan dalam kecerdasan emosional mereka dari semester pertama hingga semester kedua.

Kestabilan emosi merupakan faktor penting dalam kesuksesan individu, dan pendidikan karakter dapat membantu dalam pengembangan kestabilan emosional. Faktor-faktor seperti perasaan aman, kepercayaan diri, pengendalian, dan harga diri mempengaruhi kestabilan emosi seseorang. Peran guru sangat penting dalam membantu meningkatkan kestabilan emosi peserta didik melalui motivasi, inspirasi, dinamisasi, dan evaluasi.

Dalam menerapkan pendidikan karakter, strategi behaviorisme dapat digunakan oleh guru. Langkah-langkah seperti mengidentifikasi tujuan pembelajaran, menganalisis pembelajaran, mengembangkan bahan ajar, dan memberikan penguatan dapat membantu dalam mencapai hasil yang diinginkan dalam pengembangan kecerdasan emosional.

Saran dari peneliti untuk bisa meningkatkan peran guru pembimbing serta membantu peserta didik dalam mengelola kestabilan emosi dan adalah dengan melakukan pelatihan dan pengembangan keterampilan, melakukan kolaborasi dengan orang tua dan juga tim profesional lainnya, pengintegrasian materi tentang kestabilan emosi dalam kurikulum, penerapan teknik *behavioristik* dalam bimbingan, serta pengembangan hubungan antara guru dan juga peserta didik dengan baik.

Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan peran guru pembimbing dalam membimbing perkembangan sosial-emosional peserta didik bisa lebih membantu mengelola kestabilan emosi mereka serta menciptakan lingkungan belajar yang positif dan juga mendukung bagi semua peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, H. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah

- Menengah Pertama. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2).
- Ahmad, H., & Mustakim. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma Negeri Kota Mataram. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2).
- Ali, M. Y., & Hidayat, T. (2016). Hubungan Kestabilan Emosi terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Studi pada Siswa Kelas X-1 SMAN 1 Senori, Tuban). *JPOK: Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 04(01).
<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Darmadi, H. (2015). Tugas, peran, kompetensi, dan tanggung jawab menjadi guru profesional. *Jurnal Edukasi*, 13(2).
- Hasdiana, U. (2018). Pendekatan Behavioristik dalam Mengatasi Kenakalan Remaja. *Jurnal Pencerahan*, 12(2).
- Nurhasanah, Aini Nasiton, J., Nelissa, Z., & Fitriani. (2021). Peranan Guru Kelas Sebagai Pembimbing Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Suloh*, 6(1).
- Nurhayani, Siregar, A., & Lubis, C. A. I. (2023). *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Pengendalian Emosi pada Siswa di SMP Swasta Budisatrya Medan*. 4(1).
- Sanyata, S. (2012). Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling Abstrak Pendahuluan Teori dan Pendekatan Behavioristik. *Jurnal Paradigma*, 7(14).
- Seprina, C. A., Haq, A. L. A., & Hermahayu, H. (2022). Pengaruh Kestabilan Emosi Terhadap Manajemen Diri Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar Daring. *Borobudur Psychology Review*, 2(1).
- Solikhah, L. D. dkk. (2014). Psikodrama untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa SMK. *Jurnal Program Studi Bimbingan Dan Konseling*, 2 (1), 2(August), 28–32.