



Vol. 41 No. 2 (2024)

PENERAPAN *GAMES FORTUNE TELLER* ORIGAMI SEBAGAI MEDIA PENGELOLAAN EMOSI SISWA SMP DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Maylia Firdaus

Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: ppg.mayliafirdaus65@program.belajar.id

Sapta Meiningsih

Bimbingan dan Konseling, SMP Negeri 21 Surabaya, Indonesia

Email: saptameiningsih@gmail.com

Elisabeth Christiana

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: elisabethchristiana@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini mengevaluasi efektivitas bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan Fortune Teller Origami dalam mengelola emosi siswa SMP Negeri 21 Surabaya. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) dengan dua siklus. Subjeknya adalah enam siswa kelas IX-A yang mengalami masalah pengelolaan emosi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan pengelolaan emosi siswa dari prasiklus hingga siklus II. Pada prasiklus, rata-rata persentase pengelolaan emosi siswa rendah (44%). Setelah siklus I, terjadi peningkatan menjadi 51%, dengan dua siswa mencapai tingkat sedang. Pada siklus II, kemampuan pengelolaan emosi meningkat signifikan menjadi 75%, dengan empat siswa mencapai tingkat tinggi dan dua siswa tingkat sedang. Penelitian menunjukkan bahwa permainan Fortune Teller Origami efektif sebagai media pembelajaran untuk pengelolaan emosi. Siswa tidak hanya lebih mampu mengidentifikasi strategi coping yang tepat, tetapi juga lebih terbuka dan antusias dalam kegiatan bimbingan. Metode ini dapat dianggap sebagai strategi yang handal untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi siswa di SMP Negeri 21 Surabaya.

Kata kunci: *Games Fortune Teller Origami, Pengelolaan Emosi, Bimbingan Kelompok*

Abstact

This research is the effectiveness of group guidance using the Fortune Teller Origami game in managing the emotions of students at SMP Negeri 21 Surabaya. The research method used was Guidance and Counseling Action Research (PTBK) with two cycles. The subjects were six students in class IX-A who experienced emotional management problems. The research results showed a significant increase in students' emotional management abilities from pre-cycle to cycle II. In the pre-cycle, the average percentage of students' emotional management was low (44%). After cycle I, there was an increase to 51%, with two students reaching the medium level. In cycle II, emotional management abilities increased significantly to 75%, with four students reaching a high level and two students reaching a medium level. Research shows that the Fortune Teller Origami game is effective as a learning medium for managing emotions. Students are not only able to identify appropriate coping strategies, but are also more open and enthusiastic in guidance activities. This method can be considered a useful strategy for improving students' emotional management skills at SMP Negeri 21 Surabaya.

Keywords: fortune teller origami games, emotional management, group guidance

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa di mana seseorang berusaha menemukan identitas, mengembangkan potensi, memperluas jejaring sosial, dan mempersiapkan diri untuk dewasa. Namun, harapan ini tidak selalu mudah tercapai karena ada banyak perubahan yang terjadi, termasuk fisik, emosional, dan psikososial. Perubahan emosional, khususnya, memiliki dampak besar dalam kehidupan remaja. Emosi mereka sering kali tidak stabil, yang bisa menyulitkan baik bagi remaja itu sendiri maupun lingkungannya, termasuk orang tua, guru, dan teman sebaya, dalam memahami mereka. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk mengembangkan kemampuan dalam mengelola emosi, terutama yang negatif, agar dapat melewati masa remaja dengan baik.

Emosi adalah respons yang berkembang sesuai dengan situasi yang dihadapi, dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam individu, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar individu. Keduanya dapat menciptakan emosi positif atau negatif. Ketika seseorang menghadapi situasi yang kurang menyenangkan dengan sikap optimis dan positif, maka emosi yang akan mereka alami cenderung menjadi lebih baik dan positif. Misalnya, jika seseorang memilih untuk melihat sisi baik dari kejadian buruk atau mencari pelajaran dari pengalaman tersebut, mereka akan merasa lebih tenang dan bahagia. Sebaliknya, jika seseorang merespon situasi buruk dengan sikap negatif, seperti merasa marah, frustrasi, atau putus asa, maka emosi yang muncul akan lebih cenderung negatif. Contohnya, ketika seseorang terus-menerus fokus pada aspek negatif dari masalah yang dihadapi, perasaan yang muncul bisa berupa kecemasan, stres, atau kesedihan. Dengan kata lain, cara seseorang

merespon terhadap situasi buruk sangat berpengaruh pada jenis emosi yang mereka rasakan. Respon positif membawa emosi positif, sedangkan respon negatif cenderung menghasilkan emosi negatif.

Belajar adalah aktivitas yang tak terhindarkan dalam kehidupan sehari-hari manusia. Ini bisa terjadi di mana saja, tidak hanya di sekolah, tetapi juga di rumah atau dalam masyarakat. Dari penjelasan sebelumnya, dapat dipahami bahwa belajar adalah usaha individu untuk mengalami perubahan perilaku baru melalui pengalaman yang melibatkan proses kognitif. Usaha ini bisa berupa membaca, mengamati, mendengarkan, meniru, dan sebagainya. Remaja yang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi cenderung melakukan tindakan positif dalam kehidupannya. Mereka tidak akan menyalahkan diri sendiri saat menghadapi situasi yang tidak sesuai harapan karena mereka mampu menghargai dan menerima diri mereka sendiri.

Menurut Ahmad (2022), stabilitas emosi terjadi saat individu mengekspresikan emosi secara konstruktif dan tidak merugikan, serta memiliki interpretasi objektif terhadap peristiwa. Hal ini mencakup kemampuan untuk menghadapi tantangan dan mencari solusi yang sesuai. Kestabilan emosi juga terkait dengan kematangan emosi, yang mengacu pada kontrol diri yang baik dan kemampuan untuk mengekspresikan emosi sesuai dengan konteks, sehingga memungkinkan adaptasi yang lebih baik terhadap berbagai situasi dan orang. Fitriyah dkk. (2019) juga menyatakan bahwa kestabilan emosi memiliki kriteria-kriteria tertentu. Ini termasuk kemampuan individu untuk mengontrol ekspresi emosi agar sesuai dengan norma sosial, serta kemampuan untuk melepaskan diri dari tekanan mental dan fisik secara positif. Individu yang emosinya stabil juga memiliki pemahaman yang baik tentang diri mereka sendiri, mampu menyesuaikan diri dengan harapan sosial, dan bersikap empati terhadap orang lain. Mereka juga menggunakan kecermatan mental untuk mengevaluasi situasi sebelum memberikan respons emosional dan tahu cara yang tepat untuk bertindak dalam situasi tersebut.

Bimbingan kelompok adalah bentuk bimbingan yang diberikan kepada individu melalui interaksi dalam sebuah kelompok, di mana anggota kelompok diajak untuk berpartisipasi dalam diskusi. Dalam konteks ini, diskusi yang intensif diharapkan dapat mengembangkan pemikiran, wawasan, keaktifan, dan sikap yang mendukung perilaku yang lebih efektif. Melalui interaksi ini, anggota kelompok diharapkan dapat saling berbagi pendapat dan mengungkapkan ide-ide mereka dalam membahas topik tertentu. (Tanjung et al., 2024) menerangkan bahwa pelayanan bimbingan kelompok bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk memperoleh manfaat dari dinamika kelompok, khususnya

dalam pemahaman dan penyelesaian masalah. Dengan menggunakan interaksi kelompok, anggota kelompok diharapkan dapat berlatih berbicara di depan publik, mengeluarkan pendapat, menghargai sudut pandang orang lain, bertanggung jawab atas pendapat mereka, mengendalikan emosi negatif, bertoleransi, dan mempererat hubungan antaranggota kelompok. Ini terkait dengan upaya meningkatkan stabilitas emosi siswa melalui bimbingan kelompok di sekolah menengah pertama.

Hal yang diuraikan diatas sejalan dengan studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa kelas IX di SMPN 21 Surabaya dengan menyebarkan angket DCM (Daftar Cek Masalah) melalui google form. Melalui angket yang diberikan kepada siswa tersebut maka banyak yang memilih aspek pengelolaan emosi sebagai permasalahan yang sering dialami. Adapun pernyataan yang paling banyak dipilih berkaitan dengan pengelolaan emosi adalah sering bertengkar dengan saudara (48.2%) dan kurang bisa mengontrol emosi (35.5%). Dari hal-hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi siswa cukup rendah dan belum maksimal. Dari penjelasan yang telah disampaikan sebelumnya dan fenomena yang diamati di lapangan, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh informasi terkait bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok dengan fortune teller origami untuk meningkatkan pengelolaan emosi dengan harapan siswa mampu meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi siswa SMP.

Emosi berasal dari *emover* atau bermakna mencerca. Secara umum emosi adalah respons internal individu terhadap situasi atau kondisi di sekitarnya yang memberikan motivasi untuk bertindak (Marsari, dkk, 2021). Dengan munculnya emosi pada diri individu, individu cenderung melakukan tindakan untuk meluapkan emosi tersebut. Banyak yang beranggapan bahwasanya emosi merupakan amarah, namun emosi memiliki komponen klasifikasinya. Menurut David Krech (dalam Yudono, 2024) mengklasifikasikan emosi dasar manusia meliputi kebahagiaan, kemarahan, ketakutan, dan kesedihan.

Perkembangan emosi adalah kondisi yang melibatkan interaksi kompleks antara pikiran dan perasaan, yang sering kali menghasilkan perubahan biologis sebagai respons terhadap perilaku individu (Marsari, dkk, 2021). Pendapat lainnya perkembangan emosi adalah proses kompleks di mana individu mengalami perubahan dalam pemahaman, pengalaman, dan ekspresi emosi mereka sepanjang waktu (Ilham, 2020). Ini melibatkan perkembangan keterampilan untuk mengenali, mengatur, dan bereaksi terhadap emosi dengan cara yang sesuai dengan situasi dan lingkungan sosial. Maknanya perkembangan emosi bisa mencakup berbagai

macam pengalaman, seperti perasaan, dorongan, dan keadaan mental yang mungkin sulit untuk dikendalikan.

Makna pengelolaan adalah pelaksanaan, kepemimpinan, manajemen, atau pengelolaan dalam pengertian umum merujuk pada pengadministrasian, pengaturan, atau penataan aktivitas tertentu (W.J.S. Poerwadarminta, 1996). Terkait dengan perkembangan emosi, terdapat kemampuan dalam pengelolaan emosi. Pengelolaan emosi adalah kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengatur, dan merespons secara adaptif terhadap emosi mereka sendiri serta emosi orang lain. Hal ini melibatkan berbagai strategi dan keterampilan yang digunakan untuk mengelola dan mengendalikan respon emosional dalam berbagai situasi.

Menyadari emosi berarti memiliki pemahaman yang baik tentang perasaan yang sedang dialami saat itu. Oleh karena itu, kemampuan untuk mengelola emosi sangat penting karena memungkinkan individu untuk mengubah emosi yang mereka rasakan menjadi kekuatan positif yang membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan sekitar (Yunita & hayati, 2023). Dengan kata lain, pengenalan dan pengelolaan emosi adalah kunci untuk memanfaatkan kekuatan positif dari emosi dan mengintegrasikannya ke dalam kehidupan sehari-hari, sehingga individu dapat berfungsi secara optimal dalam berbagai situasi.

Layanan bimbingan dan konseling memiliki empat komponen layanan. Pertama adalah layanan dasar, layanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Pada layanan dasar, salah satu layanan yang dapat diberikan kepada peserta didik adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah kegiatan di mana seorang pemimpin memandu anggota kelompok dalam berdiskusi untuk meningkatkan aspek pribadi, sosial, akademik, maupun karier dan membantu mereka mencapai tujuan bersama (Hartanti, 2022). Hal tersebut dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok sebagai dukungan yang diberikan kepada individu dalam konteks kelompok, yang mencakup berbagai bidang. Bimbingan kelompok melibatkan penyampaian informasi serta kegiatan diskusi untuk menangani berbagai masalah, baik yang bersifat pendidikan, pekerjaan, maupun personal.

Tujuan dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok adalah mengajarkan murid agar berani menyuarakan pendapatnya di depan teman-temannya, mengembangkan keterampilan murid dalam berinteraksi terbuka di dalam grup, membina keterikatan sosial murid dengan teman-teman di dalam dan di luar grup, mengajarkan kontrol diri kepada murid saat berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, membiasakan sikap empati dan toleransi terhadap orang lain, mengasah keterampilan sosial murid, serta membantu murid memahami dan mengeksplorasi hubungan mereka dengan orang lain (Hartanti, 2022).

Penggunaan metode dan media yang menarik membantu meningkatkan antusias peserta didik dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan maksimal. Salah satu metode yang menarik untuk diaplikasikan kepada peserta didik adalah Game Based Learning. Game-based learning adalah pendekatan pendidikan yang menggunakan elemen permainan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan keterlibatan, motivasi, dan pemahaman siswa. Permainan yang dapat digunakan pada metode ini bisa diadaptasi dari permainan yang sudah ada maupun permainan baru yang diciptakan (Ramdhan & Yogi, 2020).

Permainan yang digunakan dalam metode ini perlu dirancang sedemikian rupa sehingga sesuai dengan tujuan pembelajaran dan menarik bagi siswa. Ini melibatkan pengembangan cerita, desain level, pembuatan tugas atau tantangan, dan pengaturan sistem poin atau penghargaan. Salah satu permainan kreatif yang diciptakan adalah Fortune Teller. Permainan ini merupakan permainan masa kecil yang dibuat dari kertas buku atau origami. Permainan ini juga sering disebut dengan origami buka tutup. Kertas tersebut dilipat sesuai dengan pola untuk membentuk capitan tangan (Kurniawan, 2023). Kertas origami yang telah membentuk pola kemudian dilukis atau digambar sesuai dengan kreatifitas peserta didik. Selain itu, peserta didik juga menuliskan emosi dasar yang sudah dibahas bersama sebelum membuat Fortune Teller.

Dari penjelasan yang telah disampaikan sebelumnya dan fenomena yang diamati di lapangan, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh informasi terkait bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok dengan permainan Fortune Teller Origami ini dapat menjadi media pengelolaan emosi siswa SMP.

METODE PENELITIAN

Teknik pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Penelitian tindakan dalam bimbingan dan konseling (PTBK) ialah metode yang mengandalkan tindakan konkret dan proses peningkatan keterampilan dalam mengidentifikasi serta menyelesaikan masalah, melalui serangkaian langkah yang mencakup perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi evaluasi di setiap siklusnya (Dewita, 2021). Metode ini dipilih karena memberikan kesempatan untuk secara langsung terlibat dalam konteks kegiatan layanan, memfasilitasi refleksi dan perbaikan berkelanjutan dalam praktik layanan.

Penelitian ini dilakukan sebanyak 2 (dua) siklus. Pada siklus pertama dilakukan refleksi dan revisi apabila layanan yang diberikan belum efektif dan akan dijadikan sebagai acuan untuk siklus berikutnya. Dalam setiap siklus, guru bertindak sebagai peneliti yang merencanakan dan

melaksanakan intervensi, mengamati respons siswa, dan merefleksikan hasil serta membuat perubahan yang sesuai untuk meningkatkan layanan yang diberikan (Karpika, 2020).

Penelitian tindakan dalam bimbingan dan konseling (PTBK) ini dilakukan pada semester genap 2023/2024. Subjek dari penelitian ini menggunakan kelas IX-A sebanyak 6 orang yang dipilih dari siswa kelas IX-A yang berkaitan dengan masalah yang teridentifikasi selama proses observasi. Metode pengumpulan data yang diterapkan oleh peneliti yakni melalui observasi dan penggunaan kuesioner. Tujuan dari penerapan penelitian ini ialah untuk mengelola emosi siswa dengan teknik coping melalui permainan fortune teller.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengelolaan emosi pada remaja SMP merupakan aspek penting dalam pembentukan kesejahteraan mental dan sosial mereka. Penelitian oleh Nursamsu dkk. (2021) menunjukkan bahwa remaja yang mampu mengelola emosi dengan baik cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan kemampuan untuk beradaptasi yang lebih baik dalam situasi yang menantang. Strategi pengelolaan emosi seperti identifikasi dan pengungkapan perasaan, serta penyelesaian konflik secara konstruktif, dapat membantu remaja untuk mengatasi tekanan dan tantangan sehari-hari. Selain itu, penelitian oleh Azwar (2020) menyoroti pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga dalam membantu remaja mengatasi tekanan emosional. Faktor-faktor lingkungan seperti kualitas hubungan dengan orang tua, lingkungan sekolah yang mendukung, dan pemahaman tentang emosi juga turut berperan dalam pengelolaan emosi remaja SMP. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik dan terintegrasi antara lingkungan sosial, pendidikan, dan dukungan emosional sangat penting dalam memfasilitasi pengelolaan emosi yang sehat pada remaja SMP.

Penggunaan media permainan dalam layanan bimbingan kelompok telah menjadi pendekatan yang menarik untuk membantu remaja SMP dalam pengelolaan emosi mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan Wahyudi (2022) menemukan efektivitas penggunaan permainan sebagai alat untuk meningkatkan pemahaman emosi, keterampilan sosial, dan kemampuan pemecahan masalah pada remaja. Melalui permainan yang dirancang khusus, seperti permainan peran atau permainan berbasis tim, remaja dapat belajar mengenali dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik dalam konteks yang santai dan mendukung.

Kegiatan bimbingan kelompok dengan media permainan Fortune Teller Origami, dinyatakan berhasil apabila persentase pengelolaan emosi siswa pada tingkat rendah <53%, pada tingkat . Peningkatan kemampuan pengelolaan emosi siswa dari tingkat rendah menuju ke tingkat sedang maupun tinggi. Apabila terjadi peningkatan pada dua siklus yang akan

dilaksanakan maka dapat dinyatakan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dengan media permainan Fortune Teller Origami bisa menjadi strategi pengelolaan emosi siswa. Instrumen penelitian variable tingkat pengelolaan emosi terdiri dari 10 item pernyataan dengan menggunakan skala Likert dengan angka 1 sampai 4, yang mana skor untuk pernyataan kategori jawaban sangat setuju dengan skor 4, setuju dengan skor 3, tidak setuju dengan skor 2, dan sangat tidak setuju dengan skor 1.

Pada Prasiklus persentase hasil yang diperoleh dari instrumen penelitian pengelolaan emosi siswa yang dilakukan oleh 6 orang siswa masing masing dari mereka mendapat presentase 44% dengan rata-rata skor 18. Deskripsi data kondisi awal kemampuan pengelolaan emosi siswa kelas IX-A SMP Negeri 21 Surabaya sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Data Kondisi Awal Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa Kelas IX-A SMP Negeri 21

| NO | NAMA | SKOR | KETERANGAN | PERSENTASE |
|------------------|---------|------------|------------|------------|
| 1 | SISWA 1 | 15 | RENDAH | 38% |
| 2 | SISWA 2 | 16 | RENDAH | 40% |
| 3 | SISWA 3 | 17 | RENDAH | 43% |
| 4 | SISWA 4 | 20 | RENDAH | 50% |
| 5 | SISWA 5 | 17 | RENDAH | 43% |
| 6 | SISWA 6 | 20 | RENDAH | 50% |
| TOTAL | | 105 | | |
| RATA-RATA | | 18 | | 44% |

Kegiatan yang dilakukan pada siklus 1 meliputi penerapan layanan bimbingan kelompok dengan metode game based learning menggunakan media permainan Fortune Teller Origami sebagai media pengelolaan emosi siswa. Tahapan pertama dilakukan dengan mengidentifikasi jenis-jenis strategi coping emosi yang biasanya dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, kemudian siswa juga berikan sebuah lembar kerja yang dapat mereka isi dengan kegiatan-kegiatan yang biasa mereka lakukan apabila sedang diliputi emosi. Setelah siklus I dilaksanakan, selanjutnya dilakukan analisis terhadap peningkatan kemampuan pengelolaan emosi siswa sebelum dan sesudah dilaksanakannya layanan. Berdasarkan hasil analisis pada siklus I persentase tingkat pengelolaan emosi siswa mencapai rata-rata persentase 51% dengan rata-rata skor 20. Berdasarkan perolehan hasil tersebut, maka pelaksanaan siklus I masih dinyatakan rendah karena nilai minimum <53%. Pada siklus I didapatkan hasil pada tingkat rendah yakni terdapat 4 siswa yang mencapai <53%, dan pada tingkat sedang 2 siswa yang mencapai >53%, maka penelitian ini dilanjutkan pada penerapan siklus II. Hal ini menunjukkan siswa masih belum begitu antusias dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok dan masih

belum bisa terbuka dan bingung dalam mengidentifikasi serta mencari strategi coping emosi yang dapat mereka lakukan. Berikut hasil analisis kemampuan pengelolaan emosi siswa pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok siklus I :

Tabel 2. Hasil Analisis Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa Pada Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I

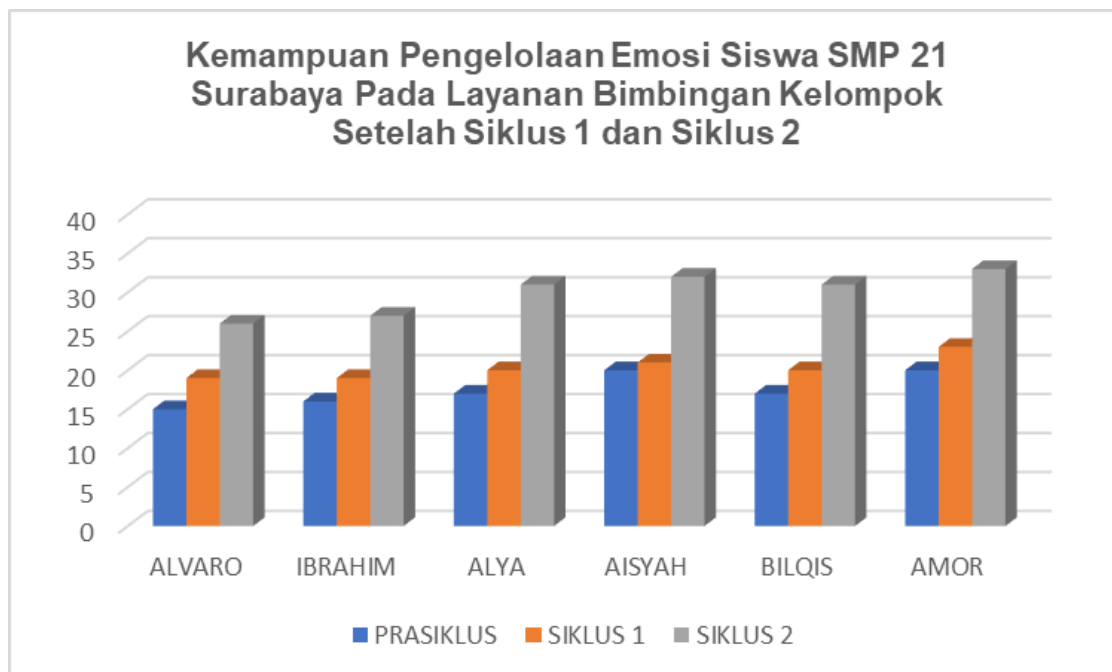
| NO | NAMA | SKOR | KETERANGAN | PERSENTASE |
|------------------|---------|------------|------------|------------|
| 1 | SISWA 1 | 19 | RENDAH | 48% |
| 2 | SISWA 2 | 19 | RENDAH | 48% |
| 3 | SISWA 3 | 20 | RENDAH | 50% |
| 4 | SISWA 4 | 21 | SEDANG | 53% |
| 5 | SISWA 5 | 20 | RENDAH | 50% |
| 6 | SISWA 6 | 23 | SEDANG | 58% |
| TOTAL | | 122 | | |
| RATA-RATA | | 20 | | 51% |

Selanjutnya pada pelaksanaan siklus II, tahapan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sama dengan pelaksanaan pada siklus I, akan tetapi pada layanan ini siswa diajak untuk membuat sebuah media permainan “Fortune Teller Origami” yang nantinya bisa mereka gunakan sebagai strategi coping emosi mereka. Dari penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media permainan tersebut, diperoleh rata-rata persentase sebesar 75% dengan rata-rata skor 30. Pada siklus II didapatkan hasil pada tingkat sedang yakni terdapat 2 siswa dan pada tingkat tinggi 4 siswa. Berikut hasil analisis kemampuan pengelolaan emosi siswa pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok siklus II :

Tabel 3. Hasil Analisis Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa Pada Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II

| NO | NAMA | SKOR | KETERANGAN | PERSENTASE |
|------------------|---------|------------|------------|------------|
| 1 | SISWA 1 | 26 | SEDANG | 65% |
| 2 | SISWA 2 | 27 | SEDANG | 68% |
| 3 | SISWA 3 | 31 | TINGGI | 78% |
| 4 | SISWA 4 | 32 | TINGGI | 80% |
| 5 | SISWA 5 | 31 | TINGGI | 78% |
| 6 | SISWA 6 | 33 | TINGGI | 83% |
| TOTAL | | 180 | | |
| RATA-RATA | | 30 | | 75% |

Berdasarkan hasil data tersebut dan melihat peningkatan yang terjadi maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan Fortune Teller Origami dapat menjadi media dalam pengelolaan emosi siswa SMP Negeri 21 Surabaya. Peningkatan hasil pengelolaan emosi siswa ini dapat di lihat pada grafik berikut:



Berdasarkan grafik peningkatan kemampuan pengelolaan emosi siswa, terlihat jelas adanya progres yang signifikan dari prasiklus hingga siklus II setelah penerapan bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan Fortune Teller Origami. Pada prasiklus, seluruh siswa berada pada tingkat pengelolaan emosi rendah dengan persentase rata-rata sebesar 44%. Setelah pelaksanaan siklus I, meskipun sebagian besar siswa masih berada pada tingkat rendah, terdapat peningkatan rata-rata persentase menjadi 51%, dengan dua siswa mencapai tingkat sedang.

Perubahan yang lebih menonjol terjadi pada siklus II, di mana rata-rata persentase kemampuan pengelolaan emosi siswa melonjak menjadi 75%. Pada siklus ini, empat siswa berhasil mencapai tingkat tinggi, dan dua siswa lainnya berada pada tingkat sedang. Grafik ini menunjukkan bahwa metode bimbingan kelompok yang diterapkan berhasil secara bertahap meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi mereka.

Secara keseluruhan, peningkatan yang konsisten dari siklus ke siklus mengindikasikan bahwa permainan Fortune Teller Origami efektif sebagai media pembelajaran dalam konteks pengelolaan emosi. Siswa tidak hanya lebih mampu mengidentifikasi strategi coping emosi

yang tepat, tetapi juga lebih terbuka dan antusias dalam mengikuti kegiatan bimbingan. Hasil ini menegaskan bahwa metode ini dapat dijadikan strategi yang handal dalam meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi siswa di SMP Negeri 21 Surabaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang disampaikan, pengelolaan emosi pada remaja SMP memegang peranan penting dalam pembentukan kesejahteraan mental dan sosial mereka. Penggunaan media permainan, seperti fortune teller origami, dalam layanan bimbingan kelompok telah terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman emosi, keterampilan sosial, dan kemampuan pemecahan masalah pada remaja. Dari hasil penelitian terlihat bahwa penggunaan permainan fortune teller origami dalam bimbingan kelompok telah berhasil meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi siswa. Meskipun pada siklus I terdapat beberapa siswa yang masih mencapai tingkat rendah, namun pada siklus II terjadi peningkatan yang signifikan dengan sebagian besar siswa mencapai tingkat sedang hingga tinggi dalam pengelolaan emosi mereka. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media permainan seperti fortune teller origami dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam membantu siswa mengenali dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik dalam suasana yang mendukung dan menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., Rachman, D. A., Istiqomah, R., Putri, F. R., & Johari, Z. A. F. (2024). Pengaruh Games Based Learning Berbantuan Aplikasi Wordwall Untuk Meningkatkan Kemampuan Membaca Pada Siswa Kelas 2 Sd. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*.
- Ayuni Kartika Putri, Sagita, J., & Trismawanti, I. (2023). Upaya Meningkatkan Keterampilan Kerjasama Siswa Dengan Model Problem Based Learning Pada Mata Pelajaran Ips Materi Kebutuhan Manusia Di Kelas Iv B Sdn Tanah Tinggi 09 Jakarta Pusat. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 2711–2720. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1001>
- Budiamin, A. (2019). Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling. Materi Presentasi disajikan pada pendidikan dan pelatihan profesi guru (PLPG). Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Dewinta, H. D., & Prasetiawan, H. (2022). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik Melalui Bimbingan Klasikal Model Problem Based Learning Pada Siswa Kelas XI IPS 1 SMAN 7 Yogyakarta.
- Ghufron, M., Santosa, H., & Sumiyem, S. (2022). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Metode Bimbingan Klasikal Berbasis Media Audio Visual Dalam: Literatur Review. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 331–338. <https://doi.org/10.32806/jkpi.v3i2.144>
- Giang, M. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Cooperative Learning Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Sikap Kerjasama Siswa Kelas V Sd Negeri Panaikang Kabupaten Gowa.

- Gunarsa, Singgih. (2004). *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta : PT. Gunung Mulia.
- Hasibuan, M. F., Asbi, A., Wastuti, S. N. Y., & Izar, S. L. (2023). Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Kemampuan Literasi Dan Numerasi Siswa Kelas IV SD Al-Washliyah Percut Medan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(1), 83-90.
- Kusuma, A. W. (2018). Meningkatkan kerjasama siswa dengan metode Jigsaw. *Konselor*, 7(1), 26-30.
- Nuranisa, N., & Wiyono, B. (2018). Studi Implementasi Strategi Bimbingan Klasikal Di SMP Negeri 13 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 8(2), 380-387.
- Papilaya, J. O., Wenno, Y. H., & Haumahu, C. P. (2022). Identifikasi Tugas Perkembangan Siswa SMP Negeri 10 Ambon. *PEDAGOGIKA: Jurnal Pedagogik dan Dinamika Pendidikan*, 10(1), 50-55.
- Pransiska, L., Santoso, G., Firmansyah, A. A., & Kartini, A. A. (2023). Mengukuhkan Kebersamaan Sikap Bergotong Royong Dan Kolaborasi di Kelas 3. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(4), 102-126.
- Sembiring, E. H. B., & Listiani, T. (2023). Game Based Learning Berbantuan Kahoot! dalam Mendorong Keaktifan Siswa pada Pembelajaran Matematika. *GAUSS: Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(1), 26-40.
- Sukardi, H. M. (2022). *Metode penelitian pendidikan tindakan kelas: implementasi dan pengembangannya*. Bumi Aksara.
- Sumadayo, S. (2013). *Penelitian tindakan kelas*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tyas, R. W., & Widyasari, C. (2023). Permainan Tradisional dalam Mengembangkan Karakter Kerjasama Anak Usia Dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 508-516.
- Wardhani, IGK dan Kuswaya Wihardit. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Wibawa, B. (2003). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen.
- Wiyono, D. (2021). Kerjasama Tim dalam Meningkatkan Kinerja Karyawan di Akademi Sekretari dan Manajemen Ariyanti. *Indonesian Journal of Office Administration*, 3(2), 1-12.
- Yusra, A., & Rasimin, R. (2022). Penerapan Play Therapy dengan Permainan Tradisional dalam Mengembangkan Interaksi Sosial Siswa di SMP N 8 Kota Jambi. *DEDIKASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 33-41