

Konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua pada Siswa SMAN 6 Pontianak

Halida^{a,1}, Amallia Putri^{b,2}

^{a,b} *Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura Pontianak Jl. Profesor H. Hadari Nawawi, Bansir Laut, Kec. Pontianak Tenggara, Kota Pontianak, Kalimantan Barat*

^{*1} Email: amalliaputri@fkip.untan.ac.id

INFO ARTIKEL

Sejarah Artikel:

Diterima: 22 September 2023

Direvisi: 25 Oktober 2023

Disetujui: 28 November 2023

Tersedia Daring: 1 Januari 2024

Kata Kunci:

Emosi

konseling individu

metafora terapeutik

perceraian orang tua

video puisi

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengetahui keefektifan konseling individu dengan metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kebermaknaan hidup akibat perceraian orangtua pada siswa. Target khusus yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah menggali lebih dalam cara kerja layanan konseling individu dengan video puisi melalui langkah-langkah konseling individu yang tepat sehingga terlihat keefektifannya. Untuk mengukur meningkatnya kebermaknaan hidup akibat perceraian orangtua pada siswa menggunakan instrumen kestabilan emosi baik sebelum adanya perlakuan maupun sesudah adanya perlakuan. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan pretest posttest group design. Instrumen yang diberikan kepada sampel yaitu instrumen yang dikembangkan sendiri oleh penulis. Dalam desain ini terdapat satu kelompok yang dipilih secara purposive sampling. Berdasarkan analisis data nilai rata-rata pretest adalah 101,25 dan setelah diberi perlakuan nilai posttest adalah 57,8 dengan nilai uji Wilcoxon signed-rank test nilai Z sebesar 118,25, dengan nilai p sebesar 0,006, artinya nilai p lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang berarti konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi efektif untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua.

ABSTRACT

Keywords:

Emotions

individual counseling

therapeutic metaphors

poetry videos

parents' divorce

This research aims to determine the effectiveness of individual counseling using the therapeutic metaphor of poetry videos to increase the meaningfulness of life due to parental divorce in students. The specific target to be achieved in this research is to dig deeper into the workings of individual counseling services with poetry videos through appropriate individual counseling steps so that their effectiveness can be seen. To measure the increased meaning of life due to parental divorce in students, emotional stability instruments were used both before and after treatment. This research uses an experimental design with a pretest posttest group design. The instrument given to the sample was an instrument developed by the author himself. In this design there is one group selected by purposive sampling. Based on data analysis, the average pretest value was 101.25 and after being treated, the posttest value was 57.8 with a Wilcoxon signed-rank test Z value of 118.25, with a p value of 0.006, which means the p value is smaller than 0.05. So it can be concluded that H_a was accepted and H_o was rejected, which means individual counseling through the therapeutic metaphor of poetry videos is effective for stabilizing emotions due to parental divorce.



1. Pendahuluan

Manusia dari lahir memiliki bermacam emosi yang dianugerahkan oleh Tuhan. Emosi berkembang sesuai dengan keadaan diri, pengalaman dan pengaruh lingkungan. Emosi kurang stabil dapat terjadi kepada semua orang, baik laki-laki maupun perempuan, anak-anak, remaja dan orangtua. Meluapkan emosi bagi individu sah-sah saja karena dapat meringankan sesak di dada. Namun yang perlu diperhatikan yaitu emosi yang terlalu meledak-ledak. Emosi yang terlalu meledak-ledak dikaitkan dengan mental yang tidak sehat.

Emosi yang berlebihan mempunyai efek buruk lainnya yaitu timbul perasaan marah yang berlebihan, agresif, suka tersinggung, takut untuk mengemukakan pendapat, kurang percaya diri dan menarik diri dari pergaulan (Irani et al., 2018; Jariah, 2019; Sembiring et al., 2015). Emosi yang diakibatkan terjadinya perceraian orangtua bagi peserta didik terasa sangat menyakitkan perasaan. Dimana seharusnya mereka bisa hidup bersama penuh kehangatan harus berpisah karena ketidakharmonisan orangtua sehingga berdampak pada psikis, emosi, interaksi dan akademis (Pragholapati, 2020). Emosi dapat dikenali yaitu dari ekspresi yang ditampakan pada waktu itu. Penampakan tersebut berupa perubahan wajah, nada suara atas perilakunya (Nadhiroh, Yahdinil, 2017).

Seseorang yang marah atau emosi berlebihan biasanya sedang mengalami permasalahan. Bisa disebabkan karena beban pikiran yang menumpuk sehingga terjadinya stress dan depresi. Kestabilan emosi memegang peranan penting dalam kehidupan manusia, khususnya untuk meredam emosi yang bergejolak. Emosi berlebihan menyebabkan ketidakseimbangan hormonal dan terjadi ketegangan psikis (Farid Rifai et al., 2020).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada Guru BK terkait kestabilan emosi yang dilakukan pada tanggal 7 April dan 14 April 2023 didapat hasil bahwa beberapa siswa mengalami emosi. Apa yang disampaikan Guru BK tersebut didukung oleh data hasil penelitian, selama Covid 19 terjadi lonjakan perceraian di Indonesia (Wijayanti, 2021). Perceraian yang terjadi menyebabkan emosi anak kurang stabil, anak menjadi pendiam, murung, sedih bahkan berperilaku secara berlebihan (Pragholapati, 2020; Untari et al., 2018; Zeratsion et al., 2015).

Untuk mengatasi masalah emosi kepada peserta didik di sekolah, di sekolah disediakan layanan bimbingan dan konseling oleh Guru BK. Diharapkan dengan adanya layanan bimbingan dan konseling dapat membantu peserta didik meraih kebahagiaan dan kesejahteraan sebagai individu dan makhluk sosial. Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, berisi aspek pribadi terdiri dari pemahaman diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, keselarasan dan pengembangan perkembangan cipta- rasa- karsa dan aktualisasi diri secara bertanggung jawab. (Permendikbud, 2014).

Melalui konseling individu, individu dapat mengarahkan pemikiran, sikap maupun perilaku agar dapat mencari solusi dari setiap permasalahan (Berg et al., 2006; Brabendar & April, 2009). Untuk menjadi individu yang utuh, layanan bimbingan dan konseling sangat berperan dalam mengoptimalkan penyesuaian sosial, emosi, dan intelektual siswa (Gysbers & Henderson, 2012)

Pelaksanaan konseling individu menggunakan video karena lebih efektif, video bisa diulang-ulang saat belum fokus menontonnya. Melalui media video, Guru BK dapat memvariasikan layanan. Layanan konseling sangat manjur karena mendapatkan kelebihan, diantaranya mampu mencegah depresi (Gladstone et al., 2015). Melalui video dalam pemberian layanan konseling, sosial individu lebih baik lagi (Catterall, 1987; Hoogerheide et al., 2016). Selanjutnya isi video yang dikemukakan dapat memecahkan masalah atau memberikan solusi (Păsărelu & Dobrea, 2018). Video berisi film pendek, dapat membantu para terapis dalam pemberian layanan.

Selain beberapa keunggulan video di atas, video juga mampu membina dan membantu individu mengalami tekanan sosial dikarenakan ras, karier, dan gender (Tamm & Tulviste, 2015). Video juga membantu individu mampu memahami diri dalam mengembangkan potensi yang dimiliki (Costuchen & Dimitrova, 2022; Poonsawad et al., 2022). Video dalam penelitian

ini berisi pembacaan gubahan larik-larik puisi. Di dalam gubahan larik-larik puisi memuat nilai-nilai karakter kesabaran, ketegaran, mandiri, humanis, pesan moral dan edukasi serta nilai-nilai religius. Konseling individu diberikan oleh Guru BK berfungsi memberikan bantuan kepada peserta didik untuk menuntaskan masalah yang sedang dihadapi peserta didik. Video dalam layanan konseling individu yaitu puisi yang dikarang berupa larik-larik tentang peredaman emosi, menstabilkan emosi dan menjadi individu yang berpikir positif. Saat menonton video pembacaan puisi, kognitif siswa mengaitkan dengan keadaan dirinya sebagai individu yang stress pelaku untuk mau berubah dengan tidak berlarut-larut terhadap masalah yang dialami.

Dipilihnya siswa kelas XI SMA karena siswa mengalami masa transisi dari remaja awal ke remaja tengah. Pada masa ini ingin bergaul bebas, terjadi gejolak jiwa dengan teman sebaya, idel, mandiri, merasa sebagai orang dewasa (Santrock, 2012). Berdasarkan rentang usia 17 tahun sampai 18 tahun, individu berada pada tahap operasional formal, yaitu tahap berpikir dapat mengemukakan pendapatnya secara individual, mampu menganalisis kejadian sosial di sekitarnya secara abstrak, mampu berpikir kritis.

Sasaran layanan yang dipilih yaitu aspek pribadi, salah satu fungsi layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah mengembangkan kepribadian sosial dan karakter setiap siswa (Halida et al., 2020). Untuk menguji bahwa konseling individu dengan video puisi efektif menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua maka dilakukan penelitian eksperimen. Hal ini berdasarkan bahwa di dalam video puisi mengandung nilai-nilai karakter untuk berani dan kuat, sabar dan tangguh sesuai dengan konteks program bimbingan pribadi. Peran Guru BK sangat vital dalam menunjang Pemerintah demi menyukseskan program P5; (2) hasil kajian literatur dan hasil survey di lapangan, akhir-akhir ini menuntut peserta khususnya anak usia SMA untuk dapat menstabilkan emosi, (3) hasil penelitian terdahulu terdapat beberapa teknik yang telah digunakan untuk menstabilkan emosi namun belum masih terdapat kelemahan. Kelemahan-kelemahan seperti konten belum divalidasi oleh ahli dibidangnya. Indikator yang diteliti dalam penelitian belum mencakup apa yang akan diukur secara mendalam.

Dari beberapa kelemahan di atas, penelitian ini dibuat untuk mengatasi kelemahan yang dilakukan dengan mengatur teknik yang komprehensif dan kolaboratif. Memadukan konseling individu, dengan media teknologi berupa video puisi. Strategi tersebut masih jarang ditemukan dari penelitian sebelumnya. Alasan inilah yang membuat peneliti berusaha mengeksplor, mengelaborasi dan mengekperimenkan berbagai unsur sehingga menjadi suatu kemasan teknik konseling individu yang menarik dan penuh dengan kebaruan sehingga mengesankan untuk dipraktekkan oleh para Guru BK dan peserta didik.

Oleh karena itu, intervensi konseling individu dengan video puisi dapat menstabilkan emosi siswa. Dari latar belakang di atas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keefektifan “Konseling Individu dengan Video Puisi untuk Menstabilkan Emosi akibat Perceraian Orangtua pada Siswa SMAN 6 Pontianak”.

2. Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan pretest posttest one group design. Instrumen yang diberikan kepada sampel yaitu instrumen yang dikembangkan sendiri oleh penulis. Desain ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan treatment pada subyek penelitian, dengan membandingkan hasil pretest dan posttest setelah diberikan perlakuan yang berbeda. Subyek pada kelompok eksperimen desain ini menggunakan satu kelompok.

Desain eksperimen kuasi model dipilih oleh peneliti sebagai desain utama dari penelitian ini. Dengan menggunakan *pretest posttest one group design* maka di dalam penelitian ini studi eksperimen (kuantitatif) digunakan untuk mendapatkan data atau informasi hasil dari penerapan eksperimen Konseling Individu melalui Video Puisi untuk Menstabilkan Emosi akibat Perceraian Orangtua pada Siswa SMAN 6 Pontianak. Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari empat

tahapan utama. Empat tahapan tersebut meliputi tahap kajian literature dan melakukan prariset dengan mencari data di lapangan berupa wawancara ke Guru BK, tahap kedua memberikan *pretest* kestabilan emosi, tahap ke tiga yaitu melaksanakan penelitian atau memberikan perlakuan berupa layanan konseling individu menggunakan video puisi dan tahap ke empat memberikan *posttest* kestabilan emosi baik kepada kelompok eksperimen., Berikut alur penelitian di gambarkan pada gambar 1 di bawah ini:



Gambar 1. Alur Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 6 Pontianak yang memiliki kekurangstabilan emosi. Setelah semua diberikan *pretest* kestabilan emosi, siswa yang terpilih diberikan konseling kelompok. Kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan layanan konseling individual melalui video puisi. Creswell (2012) mengungkapkan bahwateknik pengumpulan data merupakan metode yang dilakukan dalam pengumpulan data serta informasi yang dibutuhkan selama melakukan penelitian. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang utama adalah skala perundungan verbal yang dikembangkan oleh peneliti sendiri. Skala kestabilan emosi disebarkan menggunakan *google form* melalui *whaatsApp* namun ada juga menggunakan hard, mengingat siswa ada yang tidak mempunyai HP. Skala kestabilan emosi ini diberikan sama saat *pretest* dan *posttest*.

Teknik analisis data yaitu menyusun secara sistematis atau mengklasifikasikan data-data yang telah didapat (Nazier, 2016). Analisa data diawali *pretest* dan *posttest* berupa rata-rata (*means*), *standard deviation* (SD) dan rentang (*range*). Data kuantitatif kestabilan emosi siswa dari hasil *posttest* bertujuan melihat signifikansi perubahan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Analisis data menggunakan Uji *wilcoxon signed test* merupakan uji nonparametris yang digunakan untuk mengukur perbedaan 2 kelompok data berpasangan berskala ordinal atau interval tetapi data berdistribusi tidak normal. Uji ini juga dikenal dengan nama uji *match pair test*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 25.00 *for windows*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed test* adalah sebagai berikut: 1) Ketika nilai probabilitas *Asym.sig 2 failed* < 0,05 maka terdapat perbedaan rata-rata. 2) Ketika nilai probabilitas *Asym.sig 2 failed* > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan rata-rata.

Untuk melihat tingkat kestabilan emosi pada siswa akibat perceraian orangtua sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individu metafora teraapeutik video puisi analisis sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

- P : Persentase yang dicari
F : Frekuensi
N : Jumlah Responden

Dengan menggunakan kategori tinggi, sedang dan rendah yang dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut.

- a. Skor Tertinggi = $40 \times 4 = 160$
- b. Skor Terendah = $40 \times 1 = 40$
- c. Interval = $160 - 40 = 120$
- d. jarak Interval = $120 : 3 = 40$

Tabel 1
Kategori Kecerdasan Emosi

| Rentang skor | persentase | Kategori |
|--------------|------------|----------|
| 120-160 | 75% - 100% | Tinggi |
| 78-119 | 49% - 74% | Sedang |
| 0-77 | 0% - 48% | Rendah |

3. Hasil dan pembahasan

Di dalam analisis kuantitatif akan dipaparkan mengenai tingkat kestabilan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak sebelum (pre-test) maupun sesudah intervensi (post-test), dan uji hipotesis (analisis wilcoxon) untuk melihat keefektifan konseling individu melalui metafora teraapeutik video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak secara kuantitatif.

1. Tingkat kecerdasan emosi sebelum diberikan Konseling Individu melalui metafora teraapeutik video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak

Sebelum diberikan layanan konseling individu melalui metafora teraapeutik video puisi pada siswa terlebih dahulu diberikan angket yang sudah divalidasi yang memuat butir kecerdasan emosi. Angket kecerdasan emosi ini dijadikan sebagai skor *pretest* yang bertujuan untuk melihat hasil angket siswa apakah terdapat masalah pada tingkat kestabilan emosi akibat perceraian orangtua. Adapun hasil *pretest* dari skor angket tersebut dipaparkan di tabel 2

Tabel 2

Tingkat kecerdasan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa sebelum diberikan perlakuan

| No | Responden | <i>Pretest</i> | Tingkat Kecerdasan Emosi |
|-----------|-----------|----------------|--------------------------|
| 1 | AF | 104 | Sedang |
| 2 | YH | 102 | Sedang |
| 3 | MS | 95 | Sedang |
| 4 | RTA | 104 | Sedang |
| Jumlah | | 405 | |
| Rata-rata | | 101,25 | |

Berdasarkan dari hasil tabel 2 menunjukkan bahwa inisial AF, YH, MS dan RTA hasil skor dari 4 jawaban siswa berada di kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa, sebelum mengikuti layanan konseling individu melalui metafora teraapeutik video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua, tingkat kecerdasan emosi siswa berada di kategori sedang dengan jumlah keseluruhan 405, rata-rata 101,25 dan persentase 63%.

2. Tingkat kecerdasan emosi sesudah diberikan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak

Setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi pada siswa melalui pemberian angket yang sama. Angket yang diberikan untuk melihat apakah ada perubahan pada perilaku dan kebiasaan terkait kestabilan emosi. Adapun hasil *posttest* dari skor angket kecerdasan emosi dapat dilihat di tabel 3, sebagai berikut:

Tabel 3

Tingkat kecerdasan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa setelah diberikan perlakuan

| No | Responden | Posttest | Tingkat Kecerdasan Emosi |
|-----------|-----------|----------|--------------------------|
| 1 | AF | 120 | Tinggi |
| 2 | YH | 115 | Sedang |
| 3 | MS | 118 | Sedang |
| 4 | RTA | 120 | Tinggi |
| Jumlah | | 473 | |
| Rata-rata | | 118,25 | |

Berdasarkan dari hasil tabel 3 setelah diberikan layanan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi pada siswa. Inisial AF dengan hasil skor 120 sidang, YH memperoleh hasil 115 pada kategori sedang, MS berada pada skor 118 dan RTA memperoleh 120 pada kategori tinggi. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa skor dari 4 jawaban siswa ada yang berada di kategori tinggi dan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa, sesudah mengikuti layanan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi, tingkat kestabilan emosi siswa mengalami peningkatan, yakni berada di kategori tinggi dan sedang dengan jumlah keseluruhan 473, rata-rata 118,25 dan presentase 74,1%.

3. Kefektifan konseling Individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak.

Setelah mengetahui hasil skor dari *pretest* dan *posttest* maka selanjutnya akan dilakukan uji *Wilcoxon*. Dalam penelitian ini digunakan uji statistik non-parametrik dengan menggunakan *wilcoxon signed-rank test* untuk mengetahui perbedaan tingkat kestabilan emosi sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan intervensi konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi dengan bantuan SPSS versi 25. Dalam pengujian, peneliti mengambil taraf kesalahan sebesar 5%, ($\alpha=0,05$) sebagai syarat dasar tingkat kepercayaan suatu kebenaran dalam penelitian sosial. Tabel 4 akan menunjukkan hasil uji *wilcoxon* untuk data kestabilan emosi sebagai berikut:

Tabel 4
Uji Wilcoxon

| <i>Pre test - post test</i> | |
|-----------------------------|--------|
| Z | -1.841 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .006 |

Pembahasan

Dari empat kali pertemuan dengan perlakuan pemberian video puisi untuk menstabilkan emosi akibat perceraian orangtua, terlihat bahwa kondisi kestabilan emosi siswa memiliki kecendrungan pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan bahwa, sebagian siswa belum mencapai tingkat perkembangan emosi yang stabil maka kestabilan emosi harus ditingkatkan. Untuk itu

kestabilan emosi siswa yang mengalami perceraian orangtua perlu ditingkatkan agar dapat menjalani aktivitas sosial dengan baik, memiliki motivasi dan hasil prestasi belajar yang baik.

Puisi atau sajak adalah bentuk ekspresi sastra yang menggunakan bahasa secara kreatif untuk menyampaikan ide, perasaan, atau pengalaman melalui pemilihan kata-kata, ritme, dan struktur yang khas. Puisi sering kali memiliki keindahan artistik yang tinggi dan dapat menggugah perasaan pembaca atau pendengarnya. Biasanya puisi berisi ungkapan penulis mengenai emosi, pengalaman maupun kesan yang kemudian dituliskan dengan bahasa yang baik sehingga dapat berima dan enak untuk dibaca. Di dalam puisi tema memberikan pesan kepada pendengar melalui bait-bait puisi. Sebagaimana puisi dan syair berisi petatah petitih, mengandung pesan, nasihat, petuah maupun tunjuk ajar, pesan moral dan pendidikan (Hasmidar, 2020; Syaifulloh & Wibowo, 2017). Selain larik-larik yang digubah menarik untuk didengar, kemerduan suara pembaca puisi yang jelas dan lantang menarik perhatian orang yang mendengar, membuat hati semakin nikmatinya. Barisan-barisan yang tersusun dalam syair membantu siswa dalam memahami diri yang mempengaruhi emosi siswa (Halida et al., 2022). Puisi dibuat sesuai dengan topik pada acara tertentu.

Digunakannya metapora terapeutik video puisi dalam penelitian ini karena berdasarkan hasil penelitian (Hasrul et al., 2022; Marti & van der Houwen, 2019; Steen, 2008) mengatakan bahwa metafora bukan hanya sebagai sarana untuk membuat puisi, tetapi merupakan sistem kata dan pemikiran, sebagai lukisan mengungkapkan isi hati. Dapat disimpulkan bahwa menggunakan metafora terapeutik dalam layanan konseling individu merupakan upaya memfasilitasi dan membangun hubungan antara konseli dengan konselor melalui penciptaan makna secara tidak langsung sehingga siswa dapat memperoleh pencerahan baru dengan mudah.

Beberapa studi yang dilakukan sebelumnya yang meneliti tentang hubungan stabilitas emosi dengan kebahagiaan pada remaja korban perceraian orang tua di sma kabupaten pidie jaya yang dilakukan oleh Al Ghifari (2023) terdapat 45,8% pengaruh stabilitas emosi terhadap kebahagiaan pada remaja korban perceraian orang tua sekolah menengah atas (SMA) di Kabupaten Pidie Jaya. Dampak negatif yang dirasakan oleh peserta didik adalah kondisi kstabilan emosi yang labil ditunjukkan dengan sikap peserta didik yang menutup diri dari pergaulan, menyendiri dan terkadang bertindak agresif Al Yakin (2016).

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa rendahnya tingkat kstabilan emosi yang dimiliki oleh siswa memiliki banyak dampak negatif. Kestabilan emosi yang dimiliki siswa akan mempengaruhi pada aktivitas sosial dan belajar siswa, semakin tinggi kstabilan emosi siswa semakin baik pula dalam menjalani aktivitasnya. demikian pula, jika rendahnya tingkat emosi siswa akan menunjukkan dorongan pikiran dan perasaan yang meluap-luap sehingga pola pikir, respon fisik dan perilaku terganggu. Kondisi tersebut berarti bahwa, diperlukan suatu upaya untuk membantu siswa dalam meningkatkan kestabilan emosi, mengingat dampak yang ditimbulkan apabila tidak segera ditindaklanjuti. Adapun upaya yang dapat dilakukan dalam bentuk layanan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua yang telah dijelaskan sebelumnya pada bagian pendahuluan.

Tujuan uji keefektifan pemberian layanan ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai sejauh mana keberhasilan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua. Berdasarkan hasil pengamatan selama pemberian layanan secara umum berjalan lancar. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya perubahan tingkat kstabilan emosi antara sebelum dan sesudah diberikanya perlakuan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi yang dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan dengan tahapan-tahapan yang ada dilihat juga dari hasil ungkapan.

4. Simpulan dan saran

Dibawah ini akan dipaparkan mengenai hasil penelitian konseling individu melalui

metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak. 1) Kestabilan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa SMAN 6 Pontianak sebelum diberikan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua berada pada kategori sedang. 2) Intervensi dengan konseling individu melalui metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa SMAN 6 Pontianak.

Berdasarkan hasil simpulan diatas peneliti menyampaikan beberapa saran untuk menjadi masukan kepada pihak-pihak terkait penelitian, saran yang diajukan adalah sebagai berikut : 1) Kepada Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling hendaknya melakukan pelatihan kepada Guru BK terkait teknik konseling individu metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa. 2) Kepada Guru BK lebih kreatif dalam menangani masalah dengan berbagai teknik, diantaranya menggunakan teknik konseling individu metafora terapeutik video puisi untuk meningkatkan kestabilan emosi akibat perceraian orangtua pada siswa; 3). Kepada peneliti selanjutnya penelitian ini bisa dijadikan dasar oleh peneliti selanjutnya untuk menyempurnakan keterbatasan penelitian. Peneliti merekomendasikan agar peneliti selanjutnya menggunakan desain pengukuran yang merencanakan *follow-up (repeated measure)* untuk melihat dampak intervensi yang diberikan dalam jangka waktu yang lebih lama terhadap kestabilan emosi akibat perceraian orangtua.

5. Daftar Pustaka

- Al Ghifari, G. (2023). Hubungan Stabilitas Emosi dengan Kebahagiaan pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua di SMA Kabupaten Pidie Jaya (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry).
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory of Mass Communication. *Media Psychology*, 3(3), 265–299. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0303_03
- Berg, R. C. B., Landreth, G. L., & Fall, K. A. (2006). *Group Counseling*. Taylor & Francis Group.
- Brabendar, V., & April, F. (2009). Group Development in Practice. In *American Psychological Association* (First Edit). American Psychological Association. <http://annualreports.teliasonera.com/en/2015/directors-report/group-development-2015/>
- Brown, C. (2009). Structural realism, classical realism and human nature. *International Relations*, 23(2), 257–270. <https://doi.org/10.1177/0047117809104638>
- Catterall, J. S. (1987). An Intensive Group Counseling Dropout Prevention Intervention: Some Cautions on Isolating At-Risk Adolescents Within High Schools. *American Educational Research Journal*, 24(4), 521–540. <https://doi.org/10.3102/00028312024004521>
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (Eight Edit). Thomson, Brooks/Cole.
- Corey, G. (2012). *Theoary & Practice of Group Counseling. Eighth Edition* (Eight Edit) Brooks/Cole. <https://doi.org/10.1093/oseo/instance.00096853>
- Corey, G. (2016). *Theory & Practice of Group Counseling* (Ninth Edit). Cengage Learning.
- Costuchen, A. L., & Dimitrova, D. D. (2022). Roman Palace : A Videogame for Foreign-Language Vocabulary Retention. *IJET*, 17(05), 87–102.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research. Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (Christina Robb (ed.); Fourth Edi). Pearson.

www.pearsonhighered.com

- Farid Rifai, C., Utami, D., & Farich, A. (2020). Kualitas Tidur dan Kestabilan Emosi dengan Hasil Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran The Sleep Quality and Emotional Stability with Learning Achievement Results in Medical Faculty Students. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 72–77. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.223>
- Gladstone, T., Marko-Holguin, M., Rothberg, P., Nidetz, J., Diehl, A., DeFrino, D. T., Harris, M., Ching, E., Eder, M., Canel, J., Bell, C., Beardslee, W. R
- Brown, C. H., Griffiths, K., & Van Voorhees, B. W. (2015). An internet-based adolescent depression preventive intervention: Study protocol for a randomized control trial. *Trials*, 16(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s13063-015-0705-2>
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2012). Developing & managing your school guidance & counseling program, 5th ed. In *Developing & managing your school guidance & counseling program, 5th ed.*
- Halida, Mappiare-AT, A., Ramli, M., & Radjah, C. L. (2020). Spectrum of Guidance and Counseling Services Implementation in Strengthening Character in Junior High School. *Conference Proceeding, 501(Icet)*, 186–192. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201204.033>
- Halida, Mappiare-at, A., Ramli, M., Jagad, A., Dewantara, A., & Fitriyah, F. K. (2022). Is Symbolic Modeling Videos Containing Malay Values Effective to Improve Student's Social Harmony? *Pegegog*, 12(3), 144–153. <https://doi.org/10.47750/pegegog.12.03.16>
- Hasmidar, O. (2020). Seni Syair Gulung sebagai Sarana Edukasi Moral pada Masyarakat di Kabupaten Ketapang. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 9(4), 1–10.
- Syaifulloh, M., & Wibowo, B. (2017). Nilai-nilai Syair Gulung sebagai upaya Pendidikan Kebencanaan Berbasis Komunitas pada Masyarakat Melayu di Kabupaten Ketapang Kalimantan Barat. *Jurnal Refleksi Edukatika*, 8(1), 49–53. <https://doi.org/p-ISSN:2087-9385 e-ISSN: 2528-696X>
- Hasrul, Mappiare-AT, A., Hidayah, N., & Muslihati. (2022). The Use of Proverbs as a Metaphor in Solution-Focused Brief Counseling: A Preliminary Study and Framework for School Counselors. *Pegem Egitim ve Ogretim Dergisi*, 13(1), 267–274. <https://doi.org/10.47750/pegegog.13.01.29>
- Hoogerheide, V., Loyens, S. M. M., & van Gog, T. (2016). Learning from video modeling examples: does gender matter? *Instructional Science*, 44(1), 69–86. <https://doi.org/10.1007/s11251-015-9360-y>
- Irani, L. C., Handarini, D. M., & Fauzan, L. (2018). Pengembangan Panduan Pelatihan Keterampilan Mengelola Emosi sebagai Upaya Preventif Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 22–32. <https://doi.org/10.17977/um001v3i12018p022>
- Jariah, A. (2019). Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Melalui Kebiasaan Membaca Al-Quran. *Jurnal Studia Insania*, 7(1), 52. <https://doi.org/10.18592/jsi.v7i1.2630>
- Marti, P., & van der Houwen, E. B. (Ward. (2019). Poetry as a cross-cultural analysis and sensitizing tool in design. *AI and Society*, 34(3), 545–558. <https://doi.org/10.1007/s00146-017-0721-8>
- Nadhiroh, Yahdinil, F. (2017). Pengendalian emosi (kajian religio-psikologis tentang psikologi manusia). *Jurnal Saintifika Islamica*, 2(1), 53–63.

- Nazier, M. (2016). Metode Penelitian. In *Ghalia Bogor*.
- Păsărelu, C. R., & Dobrean, A. (2018). A video-based transdiagnostic REBT universal prevention program for internalizing problems in adolescents: Study protocol of a cluster randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 18(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1684-0>
- Permendikbud. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. *Jakarta: Kemendikbud RI*, 1–45.
- Poonsawad, A., Srisomphan, J., & Sanrach, C. (2022). *Synthesis of Problem-Base Interactive Digital Storytelling Learning Model Under Gamification Environment Promotes Students ' Problem-Solving Skills*. 17(05), 103–11.
- Pragholapati, A. (2020). Dampak Perceraian Di Indonesia : Systematic Literature Review. *Stikes Pku Muhammadiyah*, 15(2), 1–31.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence* (fifteenth). Mc Graw Hill Education. https://www.m-culture.go.th/mculture_th/download/king9/Glossary_about_HM_King_Bhumibol_Adulyadej's_Funeral.pdf
- Sembiring, M., Milfayetty, S., & Siregar, N. I. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Kecerdasan Spiritual Dengan Perilaku Prosocial Mahasiswa Calon Katekis. *ANALITIKA: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 1–11.
- Steen, G. (2008). The paradox of metaphor: Why we need a three-dimensional model of metaphor. *Metaphor and Symbol*, 23(4), 213–241. <https://doi.org/10.1080/10926480802426753>
- Syaifulloh, M., & Wibowo, B. (2017). Nilai-nilai Syair Gulung sebagai upaya Pendidikan Kebencanaan Berbasis Komunitas pada Masyarakat Melayu di Kabupaten Ketapang Kalimantan Barat. *Jurnal Refleksi Edukatika*, 8(1), 49–53. <https://doi.org/p-ISSN:2087-9385 e-ISSN: 2528-696X>
- Tamm, A., & Tulviste, T. (2015). The Role of Gender, Values, and Culture in Adolescent Bystanders' Strategies. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(3), 384–399. <https://doi.org/10.1177/0886260514535097>
- Untari, I., Putri, K. P. D., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 106. <https://doi.org/10.26576/profesi.272>
- Wijayanti, U. T. (2021). Analisis Faktor Penyebab Perceraian pada Masa Pandemi Covid-19 di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 14(1), 14–26. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.1.14>
- Zeratsion, H., Bjertness, C. B., Bjertness, E., Dalsklev, M., Haavet, O. R., Halvorsen, J. A., Lien, L., & Claussen, B. (2015). The Influence of Parental Divorce on Educational Ambitions of 18/19 Year-Old Adolescents from Oslo, Norway. *Journal of Child and Family Studies*, 24(10), 2865–2873. <https://doi.org/10.1007/s10826-014->