

**PENGARUH MUSIK TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL
DI SMA YP UNILA BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2017/2018**



**Skripsi
Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu Tarbiyah**

Oleh

**M. FERNANDA SANDI
NPM :1311080078
Jurusan : Bimbingan dan Konseling**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1439 H/ 2017 M**

**PENGARUH MUSIK TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL
DI SMA YP UNILA BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2017/2018**

**Skripsi
Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu Tarbiyah**



**Pembimbing I : Dr. Laila Maharani, M.Pd
Pembimbing II : Hardiyansyah Masya, M.Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1439 H/ 2017 M**

ABSTRAK

PENGARUH MUSIK TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL DI SMA YP UNILA BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018

Oleh
M. Fernanda Sandi

Kecerdasan emosional adalah gabungan dari semua emosi dan kemampuan sosial untuk menghadapi seluruh aspek kehidupan manusia. Kemampuan emosional meliputi, sadar akan kemampuan emosi diri sendiri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri, kemampuan menyatakan perasaan orang lain, dan pandai menjalin hubungan dengan orang lain. Namun kenyataan yang terjadi di SMA YP Unila Bandar Lampung terdapat peserta didik kelas XI yang belum memahami tentang kecerdasan emosional, Sehingga perlu upaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional dengan menggunakan musik

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kecerdasan emosional peserta didik dan untuk mengetahui pengaruh musik dalam kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *Non-equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 20 peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 yang memiliki kecerdasan emosional dalam kategori rendah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket kecerdasan emosional, wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai teknik pendukung.

Hasil perhitungan rata-rata skor kecerdasan emosional kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatmen* musik adalah 38.40 dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan musik meningkat menjadi 75,20. Sedangkan pada kelompok kontrol adalah 37,5 dan pada saat *posttest* mendapatkan peningkatan menjadi 61,7. Dari hasil uji-T dengan $df = 18$ dengan taraf signifikan 0,05 sebesar 2,10093, dan diperoleh $t_{hitung} = 4,502$. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka $14,727 > 2,10093$ Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berbunyi musik dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA YP Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 diterima.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Musik, Kecerdasan emosional.



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung Telp (0721) 703260

PERSETUJUAN

**JUDUL SKRIPSI : Pengaruh Musik Terhadap Kecerdasan Emosional di
SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran
2017/2018**

NAMA : M.FERNANDA SANDI

NPM : 1311080078

JURUSAN : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS : TARBIYAH DAN KEGURUAN

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. Laila Maharani, M.Pd.
NIP.196701151993032001

Pembimbing II

Hardiyansyah Masya, M.Pd

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Andi Thahir, M.A., Ed. D
NIP.197604272007011015



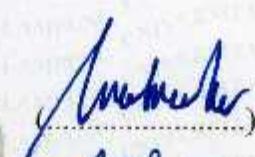
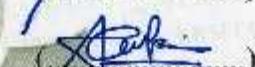
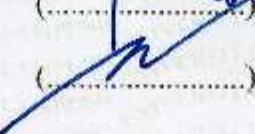
**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung Telp (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“Pengaruh Musik Terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.** Disusun oleh: M.Fernanda Sandi, NPM: 1311080078, Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam,** telah diujikan dalam sidang munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal :

TIM MUNAQOSYAH

Ketua Penguji	: Andi Thahir, M.A.,Ed.D	
Sekretaris	: Ashari Mahfud, S.Pd.I, M.Pd	
Penguji I	: Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd	
Penguji II	: Dr. Laila Maharani, M.Pd	
Pembimbing	: Hardiyansyah Masya, M.Pd	

**Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



Abdul Anwar, M.Pd
NIP. 19560810 198703 1 001

MOTTO

وَمَا نُرْسِلُ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ ^{عَلَىٰ} فَمَنْ ءَامَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ
وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٤٨﴾

Artinya : dan tidaklah Kami mengutus Para Rasul itu melainkan untuk memberikan kabar gembira dan memberi peringatan. Barangsiapa yang beriman dan Mengadakan perbaikan. Maka tak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati. (QS. Al-An'am : 48)



PERSEMBAHAN

Semua yang telah ku raih tak lepas dari segala rasa syukur kepada ALLAH S.W.T. Telah kuselesaikan sebuah karya, yang merupakan wujud tanggung jawab dan perjuangan diri dalam setiap titik kehidupan ini, yang meyakinkanku bahwa semua yang ku raih adalah bagian dari doa tulus orang-orang terkasih yang selalu menyayangi dan mencintaiku. Dengan segala kerendahan hati, serta penuh cinta dan kasih sayang, karya sederhana ini ku persembahkan untuk:

1. Kedua orangtua tercinta Bapak Fahrizal S.P. dan Ibu Emmawati As S.E. semua yang kulakukan hanya untuk membuat bapak dan ibu tersenyum, terimakasih untuk semua do'a, cucuran keringat dan air mata, pengorbanan, kepercayaan dan limpahan cinta kasih yang telah menjadi nafas kehidupanku serta mengiringi setiap langkahku.
2. Kakak tersayang, M. Fariz Sandi serta Adik-adiku yang ku cintai M. Fadly Sandi, Fadilla Femiricha, dan Febby Qonitha yang telah menantikanku untuk segera menyelesaikan studiku, karena ingin segera melihatku mengenakan seperangkat toga, atas segala dukungannya kuucapkan terima kasih banyak.
3. Teman-teman seperjuanganku seluruh mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2013. Saling mendukung dan berjuang di bangku kuliah bersama kalian terasa menyenangkan dan membahagiakan.
4. Almamaterku tercinta UIN RADEN INTAN LAMPUNG.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama M. Fernanda Sandi dilahirkan pada tanggal 30 Oktober 1994 di Bandar Lampung. Penulis adalah anak kedua dari 5 bersaudara dari pasangan Bapak Fahrizal S.P dan Ibu Emmawati AS S.E. Penulis menempuh pendidikan formal di Taman Kanak-Kanak Dharma Wanita Lampung Utara pada tahun 1999 sampai dengan tahun 2000, setelah itu penulis melanjutkan pendidikannya SD Negeri 1 Kembang Tanjung dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2006. Kemudian penulis melanjutkan studinya di SMP N 01 Abung Selatan dari tahun 2006 dan lulus pada tahun 2009, dan penulis melanjutkan pada jenjang SMA dari tahun 2009 lulus pada tahun 2012, di SMA N 4 Kotabumi Lampung Utara.

Pada tahun 2013 penulis diterima di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada program studi Bimbingan dan Konseling melalui jalur Seleksi Penerimaan Mahasiswa Baru (SPMB) IAIN Raden Intan Lampung tahun ajaran 2013/2014.

Selama saya berkuliah di UIN Raden Intan Lampung saya sempat beberapa kali untuk mengikuti perlombaan bernyanyi baik di dalam, maupun luar kampus. Beberapa diantaranya adalah mewakili Universitas dan Prov Lampung di tingkat Nasional dan menjuarai serta membawa pulang Mendali Emas pada tahun 2015 dan 2017 pada event PIONIR (Pekan Ilmiah Olahraga Seni dan Riset).

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirobbil ‘allamin

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan limpahan ilmu-Nya kepada semua makhluk. Solawat dan salam kita sanjungkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita menuju jalan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.

Penyusunan skripsi ini merupakan kajian mengenai Pengaruh Musik Terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP Unila Bandar Lampung. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk hal itu maka peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Moh Mukri, M.Ag. selaku rektor UIN Raden Intan Lampung;
2. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, yang telah memberikan kesempatan untuk belajar di Fakultas ini;
3. Andi Thahir, M.A.,Ed.D selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling;
4. Dr. Laila Maharani, M.Pd. selaku pembimbing utama, terimakasih atas kesediaanya dalam memberikan bimbingan dan sarannya;

5. Hardiyansyah Masya, M.Pd, sebagai pembimbing kedua yang telah banyak memberikan bimbingan, dan pengarahan sehingga terwujud karya ilmiah ini;
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan Konseling yang dengan sabar memberi pengetahuan dan pengalaman kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan pendidikan Bimbingan Konseling ini;
7. Seluruh staf karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, terimakasih atas kesediannya membantu penulis dalam menyelesaikan syarat-syarat administrasi;
8. YP Unila Bandar Lampung yang telah mengizinkan penulis untuk dapat melakukan penelitian disekolah;
9. Sahabat-sahabatku yang luar biasa Musdariah, Ayu iswara, febrina, Maya Puspa Rini, Anggi Arya Rinando, Dimas Abu Farhan, Rieo Candra, Tika Ega Fabella, Siti mai syaroh, Wahyu galih prasojo. terimakasih atas waktu kebersamaannya, kekompakannya dan supportnya;

Semoga Allah SWT selalu melindungi dan memberikan rahmat untuk semua pihak yang tercantum maupun yang tidak tercantum, dan juga semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, Amin.

Bandar Lampung, November 2017
Penulis

M. Fernanda Sandi
NPM. 1311080078

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	16
C. Batasan Masalah.....	17
D. Rumusan Masalah	17
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	17
F. Manfaat Penelitian	18
 BAB II LANDASAN TEORI	
A. Musik.....	19
1. Pengertian Musik	19
2. Fungsi Musik	26
3. Faktor Musik	27
B. Kecerdasan Emosional	31
1. Pengertian <i>Kecerdasan Emosional</i>	31
2. Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional	32
3. Kompetensi kecerdasan emosional	35
C. Penelitian yang Relevan	37
D. Kerangka Berpikir.....	38
E. Hipotesis	40
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	42

B. Desain Penelitian	42
C. Variabel Penelitian.....	44
D. Definisi Operasional	45
E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	48
1. Populasi.....	48
2. Sampel.....	49
3. Teknik Sampling	49
F. Teknik Pengumpulan Data	50
1. Metode Kuesioner/Angket	50
2. Observasi	51
3. wawancara.....	51
G. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	52
1. Uji validitas instrument	56
2. uji realibilitas instrument.....	57
H. Prosuder Penelitian	61
1. Tehnik pengolahan data dan analisis data	62
2. Analisis data	63

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	64
1. Profil Umum Kecerdasan Emosional	64
2. Pengaruh Musik terhadap kecerdasan emosional di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018	72
a. Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan menggunakan music dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018	72
b. Hasil Uji Efektivitas Konseling Kelompok dengan menggunakan music dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.....	78
c. Perbandingan Nilai <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	88
B. Pembahasan	90
1. Gambaran umum kecerdasan emosional.....	90
2. Efektivitas penerapan musik terhadap kecerdasan emosional	95

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....	97
B. Saran	98

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

1. Masalah Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMA YP UNILA Bandar Lampung 2017/2018.....	15
2. Definisi Opresional.....	46
3. Populasi penelitian.....	49
4. Kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian.....	52
5. Skor alternatif jawaban.....	58
6. Kriteria kecerdasan emosional.....	59
7. Gambaran Umum Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung.....	65
8. Gambaran mengenali emosi diri.....	67
9. Gambaran mengelola emosi.....	68
10. Gambara memotiffasi diri sendiri.....	69
11. Gambaran mengelola emosi orang lain.....	70
12. Gambaran membina hubungan baik.....	70
13. Gambaran kecerdasan emosional berdasarkan aspek.....	71
14. Hasil uji T independen kecerdasan emosional peserta didik kelompok ekspeimen dan kontrol secara keseluruhan.....	79
15. Hasil uji T indepdnen kecerdasan em osional pada aspek mengenali emosi diri.....	80
16. Hasil uji T indepdnen kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosi	82
17. Hasil uji T indepdnen kecerdasan emosional pada aspek memotivasi diri sendiri.....	83
18. Hasil uji T indepdnen kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosio orang lain.....	85
19. Hasil uji T indepdnen kecerdasan emosional pada aspek membina hubungan baik.....	86

20. Deskripsi data nilai pretest, posttest, gain score	88
21. Kecerdasan emosional peerta didik sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling kelompok menggunakan musik	96



DAFTAR GAMBAR

1. Bagan Kerangka Berfikir	39
2. Pola Non-equivalent Control Group Design.....	43
3. Variabel Penelitian.....	45
4. Grafik rata-rata peningkatan kelompok eksperimen dan kontrol	80
5. Peningkatan rata-rata kecerdasan emoisional aspek mengenali emosi diri	81
6. Peningkatan rata-rata kecerdasan emoisional aspek Mengelola emosi	83
7. Peningkatan rata-rata kecerdasan emoisional aspek Memotivasi diri sendiri	84
8. Peningkatan rata-rata kecerdasan emoisional aspek mengelola emosio orang lain	86
9. Peningkatan rata-rta kecerdasan emoisional aspek membina hubungan baik	87
10. Grafik peningkatan kecerdeasan emosional kelompok eksperimen dan kelompok kontol	89



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Angket Penelitian.....	102
2. RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)	103
3. Surat Keterangan Penelitian.....	104
4. Surat Keterangan Balasan Penelitian	105
5. Daftar Hadir	106
6. Data Hasil pretest dan posttest.....	107
7. Table T Statistik.....	108
8. Data Hasil Perhitungan Validitas.....	109
9. Surat Adopsi Angket	110
10. Kisi-kisi Observasi.....	111
11. Kartu Bimbingan Skripsi	112
12. Dokumentasi Hasil penelitian	113



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bagi sebagian orang, belajar dianggap sebagai kegiatan untuk mengumpulkan atau menghafalkan fakta-fakta yang tersaji dalam bentuk materi pelajaran. Bagi yang berasumsi demikian, mereka akan bangga ketika melihat anak-anaknya mampu mengungkapkan kembali secara lisan atau verbal, sebagian besar informasi yang sudah disampaikan oleh guru ataupun yang tersedia dalam buku teks. Bagi sebagian lainnya, belajar dipandang sebagai pelatihan belaka, seperti pada pelatihan membaca dan menulis.¹

Sehingga jika melihat anak-anak mereka tumbuh dengan memiliki keterampilan tertentu mereka akan puas. Walaupun keterampilan tersebut ada kalanya tidak diiringi dengan arti, hakikat, dan tujuan keterampilan tersebut. Seiring dengan perkembangan zaman, banyak pula yang menemukan dan menetapkan berbagai teori belajar dan pembelajaran. Pendapat yang kemudian berkembang bahwa belajar yaitu sebuah proses yang kompleks yang terjadi pada semua orang dan

¹ Fera andriani, "Teori Belajar Behavioristik dan Pandangan Islam Tentang Behavioristik"(On-Line). Tersedia di: ejournal.koopertais4.or.id/article-view/(4 Maret 2017).

berlangsung seumur hidup, sejak dalam kandungan (prenatal) hingga ke liang lahat. Sebagai pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut dapat berupa perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif) dan keterampilan (psikomotor), maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif).² Sehingga untuk membuat pendidikan lebih berarti dibutuhkan pula sebuah terapi pendidikan yang bertujuan untuk menyempurnakan dan meluruskan beberapa masalah yang terjadi dalam dunia pendidikan.

Dalam konteks pendidikan pula, terapi dapat didefinisikan sebagai suatu cara untuk membantu seseorang individu untuk bergerak bebas terhadap sesuatu aktifitas atau kemahiran-kemahiran yang tertentu. Konsep terapi dalam pendidikan sendiri adalah didasari dari konsep kepelbagaian kategori individu berkeperluan khas. Peserta didik perlu mempunyai potensi dan keterampilan serta kemampuan untuk mencapai perkembangan dari segi kognitif, emosi, sosial atau psikomotor.³

Adapun salah satu yang dapat dilakukan oleh konselor sekolah dalam mengembangkan potensi peserta didik adalah melalui seni (*Art Therapy*). Secara umum, seni boleh dijelaskan sebagai hasil karya yang dihasilkan oleh manusia untuk melahirkan emosi, perasaan mereka sama ada suka, sedih, marah, gembira dan sebagainya. Manakala, definisi terapi dalam konteks pendidikan pula ialah satu cara

² Fera andriyani .op.cit. "teori belajar behavioristik dan pandangan islami tentang behavioristik"(online)4maret2017

³ Nida UI hasanat "kajian toritis pengaruh art therapy dalam mengurangi kecemasan fakultas psikologi gajah mada" (On-Line), tersedjadi: <https://www.scribd.com/mobile/presentation/346737914/art-therapy>

untuk membantu seseorang peserta didik untuk bergerak bebas terhadap sesuatu aktifitas atau kemahiran. Jelaslah bahwa, terapi seni merupakan satu profesi perkembangan kemanusiaan yang menggunakan media seni, gambar, proses kreatifitas seni, dan tidak balas klien untuk menghasilkan produk. Selain itu, terapi seni turut mencerminkan perkembangan individu, kebolehan, personaliti, minat, kerisauan dan pertelingkahan. Terapi Seni ini telah menjadi kajian sekian lamanya di negara negara barat. Di Malaysia pula, terapi seni sudah didapatkan kajian yang mendalam guna mengisi ruang kosong untuk membantu menyelesaikan permasalahan pelajar dalam usaha menginterpretasi diri, memperkembangkan pengetahuan, mempertingkatkan kecerdasan, dengan menggunakan media musik sebagai alat bantunya.

Musik adalah seni bunyi yang diatur menjadi pola yang dapat menyenangkan telinga kita atau mengkomunikasikan perasaan atau suasana hati. Musik mempunyai ritme, melodi, dan harmoni yang memberikan kedalaman dan memungkinkan penggunaan beberapa instrumen atau bunyi-bunyian. Selera musik merupakan komitmen jangka panjang seseorang referensi musiknya, yang ditandai dengan perilaku seperti adanya kebiasaan membeli rekaman-rekaman baik dalam bentuk kaset,dan sebagainya. Unsur-Unsur Musik yaitu Melodi, Irama, Birama,, Harmoni,Tangga Nada, Tempo, Dinamika,Timbre,dan Ekspresi.

Menurut hasil penelitian yang dikemukakan oleh Septa Ellfira di Institut Seni Indonesi Yogyakarta dalam bahasannya mengenai hubungan karakter musik klasik poop dan jazz dengan kecerdasan emosional (EQ) mahapeserta didik jurusan musik

Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Terdapat hubungan antara karakter musik klasik dan pop-jazz dengan perbedaan kecerdasan emosi, atau dikenal sebagai emotional quotient (EQ) pada mahapeserta didik pemain musik klasik dan pop-jazz. EQ ialah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam kehidupan sosial, yang terdiri dari kemampuan intrapersonal yaitu kemampuan untuk memahami diri sendiri dan juga bertanggung jawab atas kehidupan diri sendiri, serta interpersonal yaitu Suatu kemampuan individu untuk berhubungan dengan individu yang lain dan lingkungan sekitarnya. Kecakapan tersebut meliputi, kemampuan memotivasi diri, pengendalian diri, empati, memahami dan menjaga perasaan orang lain, dan lain sebagainya.”⁴

Mereka yang beranggapan bahwa musik berfungsi sebagai sarana kataris meyakini bahwa musik juga dapat menjadi sarana pengekspresian diri. Musik diakui mempunyai kekuatan untuk mengantar dan menggugah emosi, baik dituangkan melalui penjiwaan terhadap alur cerita, musik, dan watak tokoh yang diperankan maupun sebagai sarana untuk mengekspresikan diri. Oleh sebab itu, musik tidak dapat dipisahkan dari emosi. Penjiwaan karakter dalam opera, misalnya terkait dengan sederet ekspresi emosi. Sementara itu, sebagai sarana ekspresi diri, emosi adalah parameter yang tidak terhindarkan.⁵

⁴ Septa Elfira “Hubungan Karakter Musik Klasik Dan Pop-Jazz Dengan Kecerdasan Emosional (EQ) Mahapeserta didik jurusan Musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta”(On-Line). Tersedia di: <http://journal.isi.ac.id/nex.php/saraswati/article/view/1005> (4 Maret 2017)

⁵ Djohan, *psikologi musik* yogyakarta: penerbit indonesia cerdas, 2016. Hlm. 55-59.

Para ilmuwan dari Universitas Missouri menemukan bahwa benar adanya musik mempengaruhi *mood* orang-orang yang mendengarkannya. Hasil penelitian kamu mendukung apa yang banyak orang telah lakukan: mendengarkan musik untuk meningkatkan *mood* mereka. berdasarkan riset yang dilakukan Ferguson, yang dipublikasikan di *The Journal of Positive Psychology*, orang-orang bisa lebih sukses meningkatkan *mood* mereka dan meningkatkan keseluruhan kebahagiaan mereka hanya dalam 2 minggu, dengan cara mendengarkan musik. Dalam studinya, peserta penelitian diminta mendengarkan musik untuk memperbaiki *mood* mereka, tapi ini hanya berhasil ketika mereka mendengarkan musik dengan *beat* cepat dari Copeland, dan kurang berhasil dengan musik yang sedikit *mellow* dari Stravinsky. Peserta lainnya, yang diminta mendengarkan musik tanpa tujuan mengubah *mood*, tidak melaporkan peningkatan kebahagiaan.⁶

Berdasarkan apa yang dipublikasikan para peneliti dari McGill University di Montreal, Amerika Serikat, mengatakan bahwa mendengarkan musik membuat *mood* kita terpengaruh karena musik membuat tubuh menghasilkan dopamin dalam kata lain cairan yang ada di dalam otak yang menghasilkan rasa senang, sedih, marah, kecewa dan lain lain. Meningkatnya dopamin di dalam otak yang merespon musik membuktikan bahwa manusia mendapatkan kesenangan setelah mendengarkan

⁶ Indri dwi insani “pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional anak kelompok A di tk kartika surabaya” (On-Line) tersedia di: <http://jurnalmahapeserta.didik.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai-voew/3070>

musik.⁷ Sehingga musik memiliki peranan dalam menentukan, mengembangkan dan melanjutkan kecerdasan seseorang remaja.

Ali, M & Asrori, M. Mengatakan bahwa Remaja adalah usia seseorang yang sedang dalam masa transisi yang sudah tidak lagi menjadi anak-anak, dan tidak bisa juga dinilai dewasa, saat usia remaja ini anak ingin sekali menerima hak yang sama seperti orang dewasa, karena mereka sudah merasa pantas untuk diperlakukan seperti orang dewasa. Remaja sering kali dikenal dengan fase “mencari jati diri” Bisa dikatakan remaja dalam masa pencarian identitas dengan rentang usia 15-18 tahun, banyak hal yang mereka lakukan dan ingin mencoba dan mengetahui segala sesuatu yang ada. Dan dalam hal ini musik pun tak luput dari masa percobaan remaja.⁸ Dalam pembentukan dan pengembangan kecerdasan intelektual remaja.

Kecerdasan intelektual yang sering dinyatakan dengan istilah IQ, bukan merupakan jaminan keberhasilan seseorang faktor lain yang perlu di perhatikan adalah kecerdasan emosional gejala emosi yang terjadi pada remaja terlepas dari berbagai macam pengaruh, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang hanya memiliki kecerdasan akademik yang tinggi, mereka cenderung

⁷ Agus untung yulianta”kajian psikologi musik dalam membangun karakter bangsa(online).Tersedia di:[http://stafnew.uny.ac.id//upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pd\(4 Maret 2017\)](http://stafnew.uny.ac.id//upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pd(4%20Maret%202017))

⁸ Riesa Rismawati Siddik, *Kontribusi Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Kosep Diri Remaja* , 2014 Http://Repository.Edu/7340/4/S_Ppb_091484chapture1.Pdf

memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalannya dan kemarahannya secara cepat. Mereka yang memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi tidak semuanya memiliki kesuksesan yang cemerlang dalam pekerjaan maupun kehidupan pribadi masing-masing. Sebaliknya mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi memperlihatkan pencapaian yang lebih baik.

Kecerdasan emosional setiap individu berbeda-beda. Kecerdasan emosional seseorang dapat diketahui melalui ciri-ciri kecerdasan emosional itu sendiri. Goleman mengemukakan bahwa ciri-ciri atau indikator dari kecerdasan emosional terdiri dari 5 bagian, yaitu: (a) mengenali emosi diri atau kesadaran diri; (b) mengelola emosi; (c) memotivasi diri sendiri; (d) mengelola emosi orang lain; dan (e) membina hubungan baik dengan orang lain⁹. Menurut Gardner mengatakan bahwa:

“Akar kata *emosi* adalah *movere*, kata kerja Bahasa Latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e-” untuk memberi arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Sehingga dikatakan bahwa emosi adalah akar dorongan untuk bertindak.

Sedangkan pengertian kecerdasan emosional mencakup kemampuan-kemampuan mengatur keadaan emosional diri sendiri dan memahami emosi orang lain. Menurut Goleman, kecerdasan emosional didefinisikan sebagai berikut:

”kecerdasan emosional adalah “kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi (to manage our emotional life with intelligence); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (the appropriateness of emotion and its expression) melalui keterampilan

⁹ Goleman, Daniel (alih bahasa oleh T. Hermaya), 2003. *Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta. PT. Gramedia Pustaka Utama. H. 56

kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.”¹⁰

Seorang ahli psikologi Israel Bar-on pada tahun 1992, mendefinisikan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi ketiga, kecerdasan emosional adalah “kecerdasan yang berkenaan dengan hati dan kepedulian antar sesama manusia, makhluk lain dan alam sekitar.”¹¹ Menurut Dwi Sunar P, kecerdasan emosional adalah

“kemampuan seseorang untuk menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain¹².

Sesuai dengan firman Allah s.w.t surat Al-An’am ayat 48 yang berbunyi:

وَمَا نُرْسِلُ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya : dan tidaklah Kami mengutus Para Rasul itu melainkan untuk memberikan kabar gembira dan memberi peringatan. Barangsiapa yang beriman dan Mengadakan perbaikan. Maka tak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati.

Keseharian manusia tidak terlepas dari rasa marah, senang, sedih, maupun takut. Bahkan, diatakan bahwa hidup tanpa emosi akan membosankan. Ketika tidak ada kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, harapan, kebencian misalnya, maka akan sulit untuk menginterpretasi perilaku orang lain dan dampaknya akan terasa sampai pada interaksi sosial. Rasa marah dan senang banyak diungkap di muka publik, tetapi rasa sedih dan takut lebih bersifat pribadi. Melalui ekspresi wajah, orang lain akan

¹⁰ Saefullah, *Psikologi Perkembangan.*, h. 166.

¹¹ Drs, A. Winamo ,m.Sc *Kecerdasan Emosional*, lembaga adminstrasi negara (2001)

¹² Anonim, “Pengertian Kecerdasan Emosional Menurut Para Ahli Faktor”, *Rumah Kemuning.com*, <http://rumahkemuning.com>, Mei 2012, diakses tanggal 9 Desember 2013.

membaca atau menerima informasi tentang jenis emosi mana yang sedang terjadi dalam diri seseorang, menarik dan rumitnya masalah emosi membuat aspek ini selalu memikat untuk diteliti.

Dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Serta mampu membuat diri kita dapat menilai, mengelola, dan mengontrol diri kita sendiri agar dapat lebih baik lagi dalam hal apapun.

Banyak cara kita untuk dapat mengakses musik dengan mudah pada era modern saat ini. Bisa mendengarkannya secara online ataupun offline, dan kita bisa mendownload musik yang kita sukai, serta kita butuhkan baik kapanpun dan dimanapun kita berada. Hal ini juga dapat terlihat dari hasil observasi pada tanggal 24 April 2017 di SMA YP UNILA Bandar Lampung, terlihat banyaknya peserta didik yang mendengarkan musik melalui gadgetnya ataupun laptop dalam waktu-waktu luang mereka seperti istirahat dan jam kosong untuk memainkan gadgetnya dan mendengarkan musik. Selain itu juga anak-anak yang masih sering mendengarkan lagu pada saat jam pelajaran belum dimulai. dari hasil observasi yang telah saya lakukan, mayoritas anak-anak tersebut selalu melampiaskan apa yang mereka rasakan dengan mendengarkan musik. Baik itu senang, kesal, marah.¹³

Menurut mereka, mereka bisa lebih tenang pada saat merasakan rasa jenuh. Bahkan ada beberapa anak yang mendengarkan musik sebelum waktu belajar

¹³ Hasil Observasi di SMA YP UNILA Bandar Lampung

dimulai. Dan ada yang memutar musik bersama pada saat jam pelajaran telah berakhir, dengan alasan “lebih santai, tidak tegang, dan enjoy” ujar mereka.

Namun, masalah yang sering dialami oleh peserta didik pada usia perkembangan menuju remaja berada pada persimpangan antara dunia anak-anak dan dunia dewasa. Masalah tersebut antara lain : kejenuhan, mood, beban belajar, marah. Hal tersebut yang akan menimbulkan gejolak, guncangan dan benturan yang terkadang sangat buruk dan fatal. Usia remaja merupakan usia dimana remaja tersebut telah duduk di bangku sekolah, dari rentan Sekolah Menengah Pertama hingga Sekolah Menengah Atas sehingga remaja pada usia tersebut sering dikenal dengan istilah peserta didik.

Peserta didik juga sering menghadapi berbagai permasalahan di sekolah yang hampir tidak dapat dihindari walaupun mendapatkan pengajaran yang baik. Hal ini dapat disebabkan oleh permasalahan peserta didik yang dipengaruhi oleh dirinya sendiri, ataupun cara dirinya memahami orang lain. Salah satu permasalahan yang sering terjadi pada peserta didik adalah masalah yang menyangkut tentang kecerdasan emosional yang rendah. Layanan bimbingan konseling di sekolah dalam membantu meningkatkan kecerdasan emosi peserta didik dengan memberikan pelayanan komprehensif, baik bimbingan dan konseling dalam bentuk layanan individual maupun kelompok.

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok peserta didik yang bertujuan untuk membantu peserta didik memecahkan

masalahnya yang dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi, atau arahan sehingga sekelompok peserta didik tersebut dapat mengembangkan dirinya secara positif. Upaya untuk membantu peserta didik meningkatkan kecerdasan emosinya diperlukan dengan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari Guru Pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan pelajar. Salah satu tujuan dari bimbingan kelompok adalah peserta didik mampu mengendalikan diri dan menahan emosinya.¹⁴

Kecerdasan emosional seseorang dalam proses perkembangannya dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: kecerdasan gender, status sosial ekonomi, keadaan fisik, hubungan sosial, kedudukan dalam keluarga, serta kepribadian. Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang atau peserta didik untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.¹⁵

14 Shofia Isnawati, *Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosi Peserta didik Kelas Viii Mts Wahid Hasyim Yogyakarta* [Http://Digilib.Uin-Suka.Ac.Id/13973/1/12220064_Bab-I_Iv-Atau-V_Daftar-Pustaka.Pdf](http://Digilib.Uin-Suka.Ac.Id/13973/1/12220064_Bab-I_Iv-Atau-V_Daftar-Pustaka.Pdf) (diakses pada 12oktober2017). H.7

15 Gusti Sri Adnyani, Ni Ketut Suarni, Made Sulastri, “*penerapan model konseling client centered tehnik self understanding untuk mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik kelas*

Kecerdasan emosional mencakup pengendalian diri yang berkaitan dengan relasi, berempati kepada orang lain, mengelola rasa gembira dan sedih, serta kemampuan untuk memotivasi dirinya. Kecerdasan emosional peserta didik adalah mampu secara cerdas dan pintar menggunakan emosinya. Namun pada kenyataannya, peserta didik yang mempunyai kemampuan intelegensi tinggi sering kali terpuruk ketika menghadapi permasalahan dalam kehidupannya. Oleh karena itu, taraf intelegensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang, tetapi ada faktor lain yang mempengaruhi yaitu kecerdasan emosional. Goleman menyatakan bahwa, “kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbangkan 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional atau *Emotional Intelligence* (EI)”¹⁶. Kedua kecerdasan ini sangat diperlukan dalam proses belajar peserta didik. IQ tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa partisipasi penghayatan emosional, namun keduanya saling melengkapi. Keseimbangan antara IQ dan EI merupakan kunci keberhasilan peserta didik.

Seseorang yang hanya memiliki kecerdasan akademik yang tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalannya dan kemarahannya secara cepat. Mereka yang memiliki kecerdasan intelektual yang

XC AP SMK Negeri 1 Singaraja, (Skripsi Program Sarjana Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja),h.3. (On-Line), Tersedia di: <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/78>, diakses pada (09 April 2016)

¹⁶ Goleman, Daniel (alih bahasa oleh T. Hermaya), 2003. *Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta. PT. Gramedia Pustaka Utama. H. 44

tinggi tidak semuanya memiliki kesuksesan yang cemerlang dalam pekerjaan maupun kehidupan pribadi masing-masing. Sebaliknya mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi memperlihatkan pencapaian yang lebih baik.

Kecerdasan emosional setiap individu berbeda-beda. Kecerdasan emosional seseorang dapat diketahui melalui ciri-ciri kecerdasan emosional itu sendiri. Goleman mengemukakan bahwa ciri-ciri atau indikator dari kecerdasan emosional terdiri dari 5 bagian, yaitu: (a) mengenali emosi diri atau kesadaran diri; (b) mengelola emosi; (c) memotivasi diri sendiri; (d) mengelola emosi orang lain; dan (e) membina hubungan baik dengan orang lain.¹⁷

Masalah yang sering muncul terkait dengan kecerdasan emosional khususnya bagi peserta didik yaitu mereka kurang mampu mengatur emosi diri sendiri; pikiran dan tingkah laku dalam lingkungan mereka; kurang mampu mengelola emosi baik pada diri sendiri maupun ketika berhadapan dengan orang lain; sering mengalami kelelahan emosi seperti marah, iri, dan dendam sehingga mengakibatkan tindakan agresif baik secara fisik atau verbal. Peserta didik kurang berempati dengan keadaan yang ada disekeliling mereka baik dengan guru ataupun dengan teman mereka sendiri, sikap acuh tak acuh peserta didik terhadap rekannya yang mengalami masalah, kurang mampu membina hubungan baik dengan teman sekitar, egois, dan individualisme.¹⁸ Hal tersebut sesuai dengan pendapat Nurdin mengenai ciri-ciri dari

17 Goleman, Daniel (alih bahasa oleh T. Hermaya), 2003. *Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta. PT. Gramedia Pustaka Utama. H. 56

18 Gusti Sri Adnyani, Ni Ketut Suarni, Made Sulastri, "penerapan model konseling client centered tehnik self understanding untuk mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XC AP SMK Negeri 1 Singaraja", (Skripsi Program Sarjana Pendidikan Universitas Pendidikan

peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, antara lain sebagai berikut:

(a) tidak mempunyai rasa tanggung jawab terhadap perasaan diri sendiri, tetapi menyalahkan orang lain; (b) tidak mengetahui perasaan sendiri sehingga sering menyalahkan orang lain; (c) suka menyalahkan orang lain; (d) berbohong tentang apa yang ia rasakan; (e) membiarkan segala hal terjadi atau bereaksi berlebihan terhadap kejadian yang sederhana (kecil) sekalipun; (f) tidak memiliki perasaan dan integritas; (g) tidak sensitif terhadap perasaan orang lain; (h) tidak mempunyai rasa empati dan rasa kasihan; (i) kaku, tidak fleksibel, membutuhkan aturan-aturan dan struktural untuk merasa bersalah; (j) merasa tidak aman, defensif dan sulit menerima kesalahan dan sering merasa bersalah; (k) tidak bertanggung jawab; (l) pesimis dan sering menganggap dunia tidak adil; dan (m) sering merasa kecewa, pemarah, sering menyalahkan. Menggunakan kepandaian yang dimilikinya untuk menilai dan mengkritik serta tanpa rasa hormat terhadap perasaan orang lain.¹⁹

Selain itu para peserta didik yang memasuki fase remaja di sekolah banyak yang merasa cemas dan depresi, hal tersebut ditunjukkan dengan perilaku seringkali merasa takut, sering merasa gugup dan sedih, serta selalu merasa tidak dicintai oleh lingkungan sekitar. Dalam pergaulan sosial banyak peserta didik yang menarik diri dari pergaulan, seperti lebih suka menyendiri, bersikap sembunyi-sembunyi, bermuka muram dan kurang bersemangat, merasa tidak bahagia dan terlalu bergantung kepada sesuatu. Permasalahan lain dalam hal perhatian dan berfikir yaitu banyak diantara peserta didik yang tidak mampu memusatkan perhatian dengan baik atau duduk tenang, seringkali melamun, bertindak tanpa berfikir, bersikap terlalu tegang sehingga tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar, sering mendapatkan nilai buruk di sekolah serta tidak mampu membuat fikiran menjadi tenang.

Ganesha Singaraja),h.3-4. (On-Line), Tersedia di:
<http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/781> diakses pada (09 April 2016)

19 Nurdin, “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Sosial Peserta didik Di Sekolah” (On-Line), Tersedia di: http://file.upi.edu/Direktori/fip/jur._administrasi_pendidikan/197907122005011-nurdin/karya_ilmiah_8.pdf (09 April 2016)

Dari hasil penyebaran angket tersebut, terdapat 20 peserta didik yang terindikasi memiliki kecerdasan emosional rendah. Seperti tampak pada tabel 1:

Tabel 1
Masalah Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMA YP UNILA
Bandar Lampung 2017/2018

No	Indikator	Peserta Didik	Persentase
1	Belum mampu mengenali emosi diri atau kesadaran diri	7	35,00%
2	Belum mampu mengelola emosi	4	20,00%
3	Belum mampu memotivasi diri sendiri	4	20,00%
4	Belum mampu mengelola emosi orang lain	2	10,00%
5	Belum mampu membina hubungan baik dengan orang lain	3	15,00%

Sumber: Data hasil penyebaran angket kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA YP UNILA Bandar Lampung 2017/2018

Dari tabel 1, terlihat dari 35,00 % peserta didik kelas XI IPA yang kurang mampu mengenali emosi diri sendiri atau kesadaran diri, 20,00 % peserta didik kelas XI IPA kurang mampu mengelola emosi, 20,006 % peserta didik kelas XI IPA kurang mampu memotivasi diri sendiri, 10,00 % peserta didik kelas XI IPA kurang mampu mengelola emosi orang lain, dan 15,00 % peserta didik kelas XI IPA kurang mampu membina hubungan dengan orang lain. Dari beberapa indikator kecerdasan emosional peserta didik tidak hanya memiliki satu indikator namun bisa lebih dari itu yang memiliki permasalahan dengan kecerdasan emosional.

Hal ini dapat diperkuat dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling bahwa peserta didik di kelas XI SMA YP UNILA Bandar Lampung

memang memiliki permasalahan dalam kecerdasan emosional. Para peserta didik menunjukkan tanda-tandanya dengan kurang memiliki rasa empati dan hormat dengan keadaan sekitar baik dengan guru ataupun dengan teman-temannya, mudah terpuruk bila menghadapi permasalahan sehingga kurang mampu memotivasi diri sendiri, mudah tersinggung dan sakit hati, menarik diri dari lingkungan dan sulit menyesuaikan diri dengan orang lain. Jika ini terus berlanjut maka akan mengganggu proses belajar mengajar, mempengaruhi hasil belajar peserta didik, serta akan mengganggu kehidupan dan pola pikir peserta didik.

Berdasarkan hasil pra-penelitian di sekolah tersebut upaya yang sudah dilakukan guru BK belum ada karena mereka menganggap hal itu masih biasa saja dan lumrah hanya untuk menghilangkan kejenuhan pada mereka. Karena kurangnya informasi adanya keterkaitan bahwa musik dapat mempengaruhi *mood* seseorang, baik itu kejenuhan, sedih, kesal, marah, bahagia dan sebagainya.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh Musik Terhadap kecerdasan Emosional Di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Terdapat 35,00% peserta didik yang belum mampu mengenali emosi diri atau kesadaran diri
2. Terdapat 20,00 % peserta didik yang belum mampu mengelola emosi

3. Terdapat 20,00 % peserta didik yang belum mampu memotifasi diri sendiri
4. Terdapat 10,00 % peserta didik yang belum mampu mengelola emosi orang lain.
5. Terdapat 15,00 % peserta didik yang belum mampu membina hubungan baik dengan orang lain.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka peneliti membatasi masalah agar permasalahan yang di bahas tidak meluas. Masalah yang dibahas peneliti adalah “Pengaruh Musik terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh Musik terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”?.

E. Tujuan penelitian

Sesuai dengan pokok permasalahan yang di kemukakan, maka tujuan yang ingin dicapai peneliti dalam penelitian ini adalah:

1. Tujuan

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh musik terhadap Kecerdasan Emosional pada di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018

2. Manfaat penelitian :

a. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam memahami kecerdasan emosional melalui musik.

b. Manfaat praktis

1. Bagi penelitian metodologis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan tambahan informasi terkait dengan pengetahuan tentang musik dapat mempengaruhi kecerdasan emosional dan mood seseorang.

2. Bagi Peserta didik

dapat dan mampu mengendalikan emosi atau mood ketika sudah mengetahui bahwa musik dapat mempengaruhi kecerdasan emosional kita. Sehingga dapat mengatur, mengelola, mengarahkan diri sendiri dan orang lain.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Musik

1. Pengertian Musik

Musik adalah pengelompokan musik sesuai dengan kemiripannya satu sama lain. Musik juga dapat dikelompokkan sesuai dengan kriteria lain, misalnya geografi. Sebuah genre dapat didefinisikan oleh teknik musik, gaya, konteks, dan tema musik juga mampu memengaruhi perubahan perubahan emosi seseorang dimana perubahan perubahan emosi tersebut disertai dengan fisiologis yang dapat diamati. menurut Monty, musik yang mampu meningkatkan perkembangan intelegensi adalah musik klasik karna musik kalasik kaya akan harmoni dan ritme.¹ Menurut Sloboda musik dapat meningkatkan intensitas emosi dan akan lebih akurat bila emosi musik itu dijelaskan sebagai suasana hati, pengalaman, dan perasaan yang dipengaruhi akibat mendengarkan musik. Diakui atau tidak musik dapat meningkatkan perasaan khususnya secara langsung dan cepat menimbulkan

¹ Agus untung yulianta”kajian psikologi musik dalam membangun karakter bangsa(online).Tersedia di:[http://stafnew.uny.ac.id//upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pd\(4 Maret 2017\)](http://stafnew.uny.ac.id//upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pd(4%20Maret%202017))

rasa senang. Persepsi dan penghargaan terhadap musik juga akan mempengaruhi tingkat kesukaan yang selanjutnya akan menstimulasi emosi. Semakin sebuah musik familiar maka semakin besar pengaruhnya terhadap respon, khususnya emosi. Ketika individu biasa mendengarkan suatu musik tertentu maka secara tidak langsung hal tersebut akan mempengaruhi keadaan emosi. Psikologi musik merupakan ilmu kijiwaan ditinjau dari kecerdasan bermusik yang dimilikinya, dan hal tersebut berhubungan erat dengan kemampuan musikalitas seseorang. Untuk mengoptimalkan potensi psikologi dasar yang dimiliki manusia.

Menurut Gardner's mengembangkan *Theory of Multiple Intellegences* (Kecerdasan Majemuk), tahun 1983 yang menyebutkan bahwa manusia memiliki delapan inteligensi dasar, kemudian pada tahun 1993

Thomas Armstrong mengembangkan teorinya Gardner's menyatakan kecerdasan majemuk merupakan kecerdasan yang dapat dioptimalkan dalam kerangka kerja praktek pendidikan.

Djohan mengatakan: "Musik memiliki dimensi kreatif selain bagian-bagian yang identik dengan proses belajar secara umum. Sebagai contoh, dalam musik terdapat analogi melalui persepsi, visual, auditori, antisipasi, induktif-deduktif, memori, konsentrasi dan logika".

.Berikut ini unsur-unsur musik yang membentuk sebuah lagu.

1. Melodi

Merupakan suatu kesatuan frase yang tersusun dari nada-nada dengan urutan, interval, dan tinggi rendah yang teratur. Melodi menjadi daya tarik dari suatu musik.

2. Irama

Merupakan pergantian panjang pendek, tinggi rendah, dan keras lembut nada atau bunyi dalam suatu rangkaian musik. Irama adalah penentu ketukan dalam musik.

3. Birama

Merupakan unsur seni yang berupa ketukan atau ayunan berulang-ulang yang hadir secara teratur di waktu yang bersamaan. Birama yang nilai penyebutnya genap disebut birama bainar, sedangkan birama yang penyebutnya ganjil disebut birama tenair.

4. Harmoni

Merupakan sekumpulan nada yang apabila dimainkan bersama-sama akan menghadirkan sebuah bunyi yang enak dinikmati (didengar). Selain itu, harmoni bisa diartikan dengan suatu rangkaian akor-akor yang disusun selaras dan dimainkan sebagai iringan musik.

5. TanggaNada

Merupakan deret nada yang disusun bertingkat, ada 2 jenis tangga nada yaitu tangga nada diatonis dan pentatonis. Tangga nada diatonis tersusun dari 7 buah nada dengan 2 jarak ($\frac{1}{2}$ dan 1), sedangkan pentatonis tersusun dari 5 buah nada dengan jarak tertentu.

6. Tempo

Merupakan ukuran kecepatan birama lagu. Semakin cepat sebuah lagu dimainkan, semakin besar juga nilai tempo dari lagu tersebut

7. **Dinamika**

Merupakan tanda untuk memainkan nada dengan volume lembut atau keras. Dinamika penting karena dapat menunjukkan nuansa sebuah lagu (sedih, senang, riang, agresif, datar, dll).

8. **Timbre**

Merupakan kualitas atau warna bunyi. Keberadaan timbre sangat dipengaruhi oleh sumber bunyi dan cara bergetarnya. Timbre yang dihasilkan alat musik tiup akan berbeda dengan alat musik petik, meskipun dimainkan di nada yang sama.

9. **Ekspresi**

Ungkapan perasaan dari dalam hati bisa ditunjukkan melalui ekspresi, apakah gembira, sedih, romantis, dan lainnya. Karena itu penyanyi harus bernyanyi secara total agar pendengar terbawa suasana.²

Berikut ini adalah jenis-jenis musik yang dibagi berdasarkan sejarahnya:

1. **Pop (Populer)**

Merupakan bentuk modern dari rock and roll. Terbentuk tahun 1950-an dan mulai diterima di Amerika Serikat, seniman yang memperkenalkan istilah Pop adalah Lawrence Alloway seorang pengamat seni rupa yang terinspirasi dari gerakan seni rupa di Amerika Serikat. Jenis musik ini menjadi genre paling populer dan paling easy listening.

² “Unsur-unsur dalam musik” (On-Line). Tersedia di: www.e-journal.com/2013/12/fungsi-musik-menurut-william.html/ (10 April 2017).

2. RNB

RnB singkatan dari '*rhythm & blues*' adalah genre yang cukup populer yang berasal dari musik Afrika-Amerika pada tahun 1940-an periode awal musik R&B berfokus pada ritme boogie dengan musisi ternama seperti Chuck Berry. Dari waktu ke waktu, kesan genre R&B sebagai musisi kalangan berkulit hitam semakin memudar dengan menyebarnya musik ini keseluruh dunia. Satu band RnB biasanya terdiri dari pianis, satu atau dua gitaris, vokalis, bass, drum, dan saxophone.

3. Rock

Merupakan musik populer yang berasal dari musik *rock and roll* di AS tahun 1950-an. Musik ini mendapat pengaruh dari blues, jazz, klasik, dll. Musik rock fokus pada gitar listrik. Grup band rock didominasi oleh lelaki. Dalam perkebangannya hingga tersebar keseluruh dunia musik Rock juga melahirkan beberapa band ternama dan bisa dibilang legendaris seperti The Beatles, Dream Theater, dll

4. Dangdut

Merupakan musik andalan di tanah air kita. Bentuk musik ini berpusat dari musik Melayu pada tahun 1940-an pada awalnya musik Dangdut ini hanya dinikmati oleh masyarakat menengah kebawah saja, namun seiring berjalannya waktu musik ini sudah bisa dinikmati oleh semua kalangan dan menyebar keseluruh dunia serta menjadi identitas Indonesia bahwa musik Dangdut adalah musik Indonesia.

Penyanyi yang paling terkenal dengan ratusan lagunya yaitu raja dangdut Rhoma Irama.

5. Blues

Berasal dari Afrika-Amerika dan muncul pada abad ke 19. Blues sendiri tercipta dari konotasi perasaan frustrasi dari melankolis, selain itu musik musik pujian dan spritual yang muncul dari kalangan budak budak Afrika yang tinggal di Amerika. Ciri musik blues adalah lirik awalnya yang terdiri dari 1 baris yang diulang 4 kali.

6. Country

Jenis musik ini berasal dari AS selatan di Atlanta dan Georgia tahun 1920 banyak orang yang berimigrasi dari Irlandia, Inggris, Jerman, Spanyol, dan Italia menuju Texas. Waktu demi waktu musik Country mulai diterima di Amerika Serikat akhirnya menyebar keseluruh dunia. Ciri khas musik country adalah sebagian besar menggunakan instrumen string. Musik ini juga identik dengan koboi.

7. Elektronik

Musik yang sepenuhnya menggunakan teknologi elektronik, contoh alat musiknya adalah gitar listrik, *telharmonium*, dan *organ hammond*.

8. Hip Hop

Merupakan jenis musik yang terdiri dari musik berirama dan bergaya yang biasanya terdapat rap dan vokal ritmis. Vokalis biasanya membaca lirik lagu seperti membaca biasa namun dengan ritme

tertentu. Hiphop mulai ada sekitar tahun 1970an yang dipelopori oleh kalangan Afro-Amerika dan Amerika Latin.

9. Jazz

Aliran musik yang berasal dari Amerika di akhir abad ke-20. Musik ini dikenal memiliki alunan yang merdu instrumen yang digunakan dalam musik Jazz ini adalah biola, piano, saksofon, bass, drum, gitar. Dan musik ini adalah improvisasi dari berbagai jenis musik. Jazz mendapatkan pengaruh besar dari budaya Afrika Barat dan Eropa.

10. Klasik

Jenis musik yang berakar pada tradisi musik Barat dan sudah ada sejak abad ke-11. Tokoh musik klasik yang terkenal seperti Beethoven dan Johann Sebastian Bach.

11. Reggae

Musik ini berasal dari Jamaika di akhir tahun 1960-an. Reggae terpengaruh oleh jazz Amerika dan RnB dahulu musik Reggae sering dianggap dan berkaitan dengan jiwa muda saja namun sekarang musik reggae sudah bisa di adaptasikan dengan jenis musik yang lain seperti pop, rock, r&b dll. Salah satu elemen yang paling mudah dikenali dari musik reggae adalah ritme offbeat yang berasal dari gitar atau piano.

2. Fungsi Musik

Proses mendengar musik merupakan salah satu bentuk komunikasi afektif dan memberikan pengalaman emosional. Emosi yang merupakan suatu pengalaman subjektif yang inherent terdapat pada setiap manusia. Untuk dapat merasakan dan menghayati serta mengevaluasi makna dari interaksi dengan lingkungan, ternyata dapat dirangsang dan dioptimalkan perkembangannya melalui musik sejak masa dini. Campbell 2001 dalam bukunya efek Mozart mengatakan musik romantik (Schubert, Schuman, Chopin, dan Tchaikovsky) dapat digunakan untuk meningkatkan kasih sayang dan simpati. Musik digambarkan sebagai salah satu “bentuk murni” ekspresi emosi. Musik mengandung berbagai contour, spacing, variasi intensitas dan modulasi bunyi yang luas, sesuai dengan komponen-komponen emosi manusia

1. Mengungkapkan emosi, musik berfungsi untuk meluapkan emosi baik oleh penulis lagu maupun para penikmat music;
2. Sebagai sarana hiburan, musik yang dimainkan secara bersama-sama akan menghasilkan suara yang ramai dan menghibur;
3. Sebagai sarana bisnis, saat ini industri musik adalah salah satu industri kreatif yang paling menguntungkan. Contoh dari penjualan merchandise, tiket konser, dan sponsor;
4. Menenangkan jiwa, musik juga digunakan sebagai salah satu sarana relaksasi dan penenangan jiwa;
5. Sebagai sarana komunikasi, contohnya jika suatu upacara telah dimulai maka akan dibunyikan musik khusus sebagai isyarat bahwa upacara telah dimulai;
6. Menyambut tamu, contohnya menyambut para pemain sepakbola yang masuk ke lapangan;
7. Meningkatkan kecerdasan, ada penelitian yang menunjukkan bahwa bermain musik dapat meningkatkan kecerdasan;
8. Pengiring tarian, musik juga digunakan sebagai pengiring tarian;

9. Pengiring pertunjukan, pentas drama dan film selalu diiringi musik yang disesuaikan dengan suasana adegannya;
10. Sebagai sarana pendidikan, musik juga bisa digunakan sebagai sarana penyampaian nasehat yang mendidik anak;
11. Sebagai ciri khas kebudayaan setempat, contohnya Indonesia mempunyai berbagai musik tradisional sebagai ciri khas kebudayaan yang dimiliki;³

3. Faktor-Faktor Musik

Berdasarkan apa yang dipublikasikan, para peneliti dari McGill University di Montreal, Amerika Serikat, mengatakan bahwa mendengarkan musik membuat *mood* kita terpengaruh karena musik membuat tubuh menghasilkan dopamin. Meningkatnya dopamin di dalam otak yang merespon musik membuktikan bahwa manusia mendapatkan kesenangan setelah mendengarkan musik. Ada 15 genre atau jenis musik yang bias Anda dengarkan dan semuanya akan mempengaruhi *mood* Anda. Tergantung seperti apa kondisi atau *mood* yang Anda rasakan sekarang, tapi ketika Anda mendengarkan semua genre tersebut atau beberapa di antaranya saja, *mood* Anda akan jadi lebih pas seperti yang Anda inginkan. 15 musik yang bisa mempengaruhi mood:

1. Blues

Jika Anda merasa sedikit gugup atau gelisah, Anda mungkin ingin mendengarkan musik blues. Ritme musiknya bisa sedikit memperlambat detak jantung Anda dan membuat Anda tenang;

³ Ibid

2. Rock & punk

Musik satu ini memang enerjik dan bisa mendorong tingkat *mood* Anda. Jika Anda menikmati musik rock dan punk, adrenalin dan dorongan energi Anda akan jauh meningkat. Rasanya membuat Anda ingin mengangguk dan berjingkrak-jingkrak;

3. Reggae

Genre atau jenis musik satu ini cocok bagi Anda yang emosinya sering meledak-ledak. Reggae adalah salah satu musik yang bisa menenangkan Anda. Beberapa orang bilang genre reggae memiliki ritme musik yang menyehatkan untuk jantung manusia, khususnya ketika mendengarkannya saat beristirahat;

4. Pop/rock mainstream

Mendengarkan musik yang *mainstream* di pasaran, seperti di TV, radio, internet, baik itu pop atau rock bisa membantu Anda ketika Anda ingin berolahraga setelah selesai bekerja, tapi Anda merasa malas melakukannya. Tempo yang menenangkan dan ritme yang mudah dicerna (termasuk liriknya) membuat detak jantung Anda normal dan nafas konsisten;

5. Lagu cinta klasik

Mendengarkan lagu ini memang cocoknya ketika lagi senang-senanginya baru mendapatkan pasangan. Tapi kalau baru putus? Sebaiknya jangan dengarkan lagu-lagu romantis. Kalau Anda menonton *Bridget Jones' Diary* dan ingat bagian lagu *All By Myself*, jangan lakukan hal yang sama;

6. Dance

Lagu bergenre *dance* akan membuat Anda merasa lebih baik dengan cepat. Tempo yang cepat dan tingginya tingkat energi yang dimiliki akan membuat Anda bergoyang;

7. Musik klasik

Musik ini bisa meningkatkan *mood* seseorang sekaligus menenangkan. Musik jenis ini juga disebut bisa mempengaruhi tingkat kemampuan otak, oleh karena itulah musik klasik sering digunakan di sekolah dan juga di rumah sakit. Selain itu, lagu klasik juga bisa membuat Anda (dan anak-anak Anda, tentunya) tidur lebih baik di malam hari;

8. Rap & hip-hop

Jenis musik satu ini bisa mengubah *mood* Anda dalam beberapa cara tergantung dari lirik lagunya, tempo musiknya, dan keseluruhan pesan yang terkandung dalam lagunya sendiri. Lagu rap sering membawa pesan tentang kemarahan, keangkuhan, dan kekerasan, tapi beberapa orang mengatakan bahwa rap membuat mereka rileks. Mungkin hindari 'gangsta rap' dan pilih sesuatu dengan lirik lebih masuk akal dan mudah dimengerti, sekaligus lebih baik;

9. Heavy metal

Lirik dan melodi yang agresif bisa mempengaruhi Anda dengan efek negatif tertentu pada *mood* Anda. Sama seperti rap dan hip hop, setiap orang berbeda dan beberapa orang mungkin berpendapat bahwa orang-

orang yang mendengarkan musik heavy metal memiliki harga diri yang lebih tinggi;

10. Country

Musik *country* berhubungan dengan depresi dan bahkan bunuh diri. Jika Anda sedang depresi atau *down* jangan dengarkan lagu ini;

11. New Age

New Age lebih banyak diisi dengan instrumen dan berbagai macam suara. Menggunakan musik ini membawa Anda kepada ketenangan dan tepat untuk meditasi dan relaksasi;

12. Broadway

Mendengarkan lagu-lagu dari *soundtrack* teater dan musikal bisa sangat memotivasi. Musik ini memberikan inspirasi dan kepekaan soal kreativitas;

13. Latino

Musik latin bersifat mendorong energi. Baik itu hari yang berat di kantor atau Anda sedang benar-benar kelelahan, musik latin bisa mempengaruhi Anda jadi lebih semangat dengan menghilangkan gejala-gejala kelelahan;

14. Disco

Sepelan apapun musik ini dimainkan, musik disko dari tahun ke tahun bisa membuat Anda terbawa suasana dan bersiap memulai hari baru yang lebih baik. Jangan lupa berjoget asyik ketika mendengarkannya;

15. Meditasi

Mungkin yang termasuk dalam musik satu ini adalah lagu-lagu yang bernuansa menenangkan, seperti lagu-lagu akustik atau folk. Dengan mendengarkan lagu yang seakan membuat Anda “bermeditasi” ini, Anda bisa mengurangi tingkat stres dan kegelisahan ketika meningkatkan rasa tenang dan relaksasi;⁴

B. KECERDASAN EMOSIONAL

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional menurut John Naisbitt adalah menggunakan emosi serta perasaan secara efektif untuk mencapai tujuan, membangun hubungan produktif dan meraih keberhasilan ditempat kerja. Sedangkan Emosi berasal dari perkataan *emotus* atau *emovere*, yang artinya mencera “*to strip up*”, yaitu sesuatu yang mendorong terhadap sesuatu. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, emosi dapat diartikan sebagai: 1) luapan perasaan yang berkembang dan surut diwaktu singkat; 2) keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis, seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan, keberanian yang bersifat subyektif⁵.

Menurut Crow & Crow mengatakan, bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi atau berperan sebagai inner adjustment, atau penyesuaian dari dalam terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu tersebut.

⁴<http://diahnunuk.wordpress.co.id/2014/06/pengaruh-musik-terhadap-tingkat-emosi-28.html>

⁵Satria sakti “eksperimen mengenai emosi oleh musik bahagia dan sedih dengan volume tertentu fakultas psikologi universitas sanata dharma” (On-Line) tersedia di: <https://zh.scribd.com/mobile/document/332538777/069114012--full>

Sedangkan W. James dan Carl Lange (Efendi dan Praja, 1985:82) mengatakan, bahwa emosi ditimbulkan karena adanya perubahan-perubahan pada sistem vasomater “otak-otak” atau perubahan jasmaniah individu. Misalnya, individu merasa senang, karena ia tertawa bukan tertawa karena senang, dan sedih karena menangis.

Adapun Menurut Harvey Carr, bahwa emosi adalah penyesuaian organis yang timbul secara otomatis pada manusia dalam menghadapi situasi-situasi tertentu. Misalnya, emosi marah timbul jika organisme dihadapkan pada rintangan yang menghambat kebebasannya untuk bergerak, sehingga semua tenaga dan daya dikerahkan untuk mengatasi rintangan itu dengan diiringi oleh gejala-gejala seperti denyut jantung yang meninggi, pernafasan semakin cepat, dan sebagainya.⁶

Dari ungkapan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah gabungan dari semua emosional dan kemampuan sosial untuk menghadapi seluruh aspek kehidupan manusia. Kemampuan emosional meliputi, sadar akan kemampuan emosi diri sendiri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri, kemampuan menyatakan perasaan orang lain, dan pandai menjalin hubungan dengan orang lain. Kemampuan ini, merupakan kemampuan yang unik yang terdapat di dalam diri seseorang, karenanya hal ini merupakan sesuatu yang sangat penting dalam kemampuan psikologi seseorang. Dan apabila kemampuan untuk memahami dan mengendalikan emosi siswa dalam belajar sudah baik, maka hal itu akan menumbuhkan semangat, motivasi, dan minat untuk belajar pada diri siswa

2. Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

⁶ “Teori kecerdasan emosi menurut para ahli” (On-Line) tersedia di: <http://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/vview/3070>

Menurut Goleman terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, yaitu: Faktor internal, yakni faktor yang timbul dari dalam diri individu yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosional seseorang. Otak emosional dipengaruhi oleh amygdala, neokorteks, sistem limbik, lobus prefrontal dan hal-hal yang berada pada otak emosional, dan Faktor Eksternal yakni faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi atau mengubah sikap pengaruh luar yang bersifat individu dapat secara perorangan, secara kelompok, antara individu dipengaruhi kelompok atau sebaliknya, juga dapat bersifat tidak langsung yaitu melalui perantara misalnya media massa baik cetak maupun elektronik serta informasi yang canggih lewat jasa satelit.⁷

Sedangkan menurut Agustian faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, yaitu: faktor psikologis, faktor pelatihan emosi dan faktor pendidikan

1) Faktor psikologis

Faktor psikologis merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu. Faktor internal ini akan membantu individu dalam mengelola, mengontrol, mengendalikan dan mengkoordinasikan keadaan emosi agar termanifestasi dalam perilaku secara efektif. Menurut Goleman (2007) kecerdasan emosi erat kaitannya dengan keadaan otak emosional. Bagian otak yang mengurus emosi adalah sistem limbik. Sistem limbik terletak jauh dalam hemisfer otak besar dan terutama bertanggung jawab atas

⁷Fuji Lestari, kecerdasan emosi (emosional intelligence),

tersedia di: <https://personalityffuji.wordpress.com> (24 juni 2017)

pengaturan emosi dan impuls. Peningkatan kecerdasan emosi secara fisiologis dapat dilakukan dengan puasa. Puasa tidak hanya mengendalikan dorongan fisiologis manusia, namun juga mampu mengendalikan kekuasaan impuls emosi. Puasa yang dimaksud salah satunya yaitu puasa sunah Senin Kamis.

2) Faktor pelatihan emosi

Kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang akan menciptakan kebiasaan, dan kebiasaan rutin tersebut akan menghasilkan pengalaman yang berujung pada pembentukan nilai (value). Reaksi emosional apabila diulang-ulang pun akan berkembang menjadi suatu kebiasaan. Pengendalian diri tidak muncul begitu saja tanpa dilatih. Melalui puasa sunah Senin Kamis, dorongan, keinginan, maupun reaksi emosional yang negatif dilatih agar tidak dilampiaskan begitu saja sehingga mampu menjaga tujuan dari puasa itu sendiri. Kejernihan hati yang terbentuk melalui puasa sunah Senin Kamis akan menghadirkan suara hati yang jernih sebagai landasan penting bagi pembangunan kecerdasan emosi.

3) Faktor pendidikan

Pendidikan dapat menjadi salah satu sarana belajar individu untuk mengembangkan kecerdasan emosi. Individu mulai dikenalkan dengan berbagai bentuk emosi dan bagaimana mengelolanya melalui pendidikan. Pendidikan tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga di lingkungan keluarga dan masyarakat. Sistem pendidikan di sekolah tidak boleh hanya menekankan pada kecerdasan akademik saja, memisahkan kehidupan dunia

dan akhirat, serta menjadikan ajaran agama sebagai ritual saja. Pelaksanaan puasa sunah Senin Kamis yang berulang-ulang dapat membentuk pengalaman keagamaan yang memunculkan kecerdasan emosi. Puasa sunah Senin Kamis mampu mendidik individu untuk memiliki kejujuran, komitmen, visi, kreativitas, ketahanan mental, kebijaksanaan, keadilan, kepercayaan, penguasaan diri atau sinergi, sebagai bagian dari pondasi kecerdasan emosi⁸

3. Kompetensi Kecerdasan Emosional

Dalam menelaah kompetensi seseorang yang didasarkan pada tingkat kecerdasan emosional, maka dapat dikelompokkan ke dalam empat dimensi, yaitu:

1. Kesadaran diri sendiri

Kemampuan seseorang sangat tergantung kepada kesadaran dirinya sendiri, juga sangat tergantung kepada pengendalian emosionalnya. Apabila seseorang dapat mengendalikan emosinya dengan sebaik-baiknya, memanfaatkan mekanisme berpikir yang tersistem dan konstruktif dalam otaknya, maka orang tersebut akan mampu mengendalikan emosinya sendiri dan menilai kapasitas dirinya sendiri. Orang dengan kesadaran diri yang tinggi, akan memahami betul tentang impian, tujuan, dan nilai yang melandasi perilaku hidupnya. Apabila seseorang telah mengetahui akan dirinya sendiri, maka akan muncul pada dirinya

⁸*Ibid.*

kesadaran akan emosinya sendiri, penilaian terhadap dirinya secara akurat, dan percaya akan dirinya sendiri.

2. Pengelolaan diri sendiri

Seseorang, sebelum mengetahui atau menguasai orang lain, ia harus terlebih dahulu mampu memimpin atau menguasai dirinya sendiri. Orang tersebut harus tahu tingkat emosional, keunggulan, dan kelemahan dirinya sendiri. Apabila tingkat emosional tidak disadari, maka orang tersebut akan selalu bertindak mengikuti dinamika emosinya. Manakala kebetulan resonansi yang dipancarkan dari amygdale-nya, maka gelombang positif yang dapat ditangkap oleh orang lain secara efektif, dan komunikasi pun dapat berjalan dengan baik.

Tetapi manakala yang terpancar dari amygdale-nya disonansi, maka yang dapat ditangkap oleh orang lain hanyalah kemarahan dan emosional yang tak terkendali, akhirnya komunikasi tidak berjalan dengan baik. Untuk menciptakan tingkat kompetensi pengelolaan diri sendiri yang tinggi, ada beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu pengontrolan terhadap diri sendiri, transparansi, penyesuaian diri, pencapaian prestasi, inisiatif, dan optimistis.

3. Kesadaran sosial

Sebagai makhluk sosial, kita harus dan selalu berhubungan dan bergesekan dengan orang lain, baik dalam lingkungan keluarga maupun

lingkungan masyarakat, karena kita tidak akan dapat hidup sendiri tanpa orang lain.⁹

Oleh karena itu, semua orang harus memiliki kesadaran sosial, dan apabila seseorang telah mempunyai kesadaran sosial, maka dalam dirinya akan muncul empati, kesadaran, dan pelayanan. Manajemen hubungan social apabila seseorang telah memiliki kemampuan yang tinggi untuk mengendalikan secara efektif emosionalnya, memanage dirinya sendiri, dan memiliki kesadaran sosial yang tinggi, maka perlu satu langkah lagi, yaitu bagaimana memanage hubungan sosial yang telah berhasil dibangun agar dapat bertahan bahkan berkembang lebih baik lagi. Hal ini, yang disebut sebagai manajemen hubungan sosial. Jadi, manajemen hubungan sosial merupakan muara dari derajat kompetensi emosional dan intelegensi.

C. Penelitian Yang Relevan

Berdasarkan telaan pustaka dan kajian ppenulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu:

1. Jurnal skripsi disusun Iswandi. Memaparkan bahwa Musik sebagai salah satu cabang seni yang sangat dekat dan hadir bagi kehidupan manusia dalam setiap waktu. Melalui perspektif kajian sosial, konsentrasi demikian sering disebut semiologi musikal atau bagaimana fungsi musik sebagai sebuah karya seni dalam masyarakat.

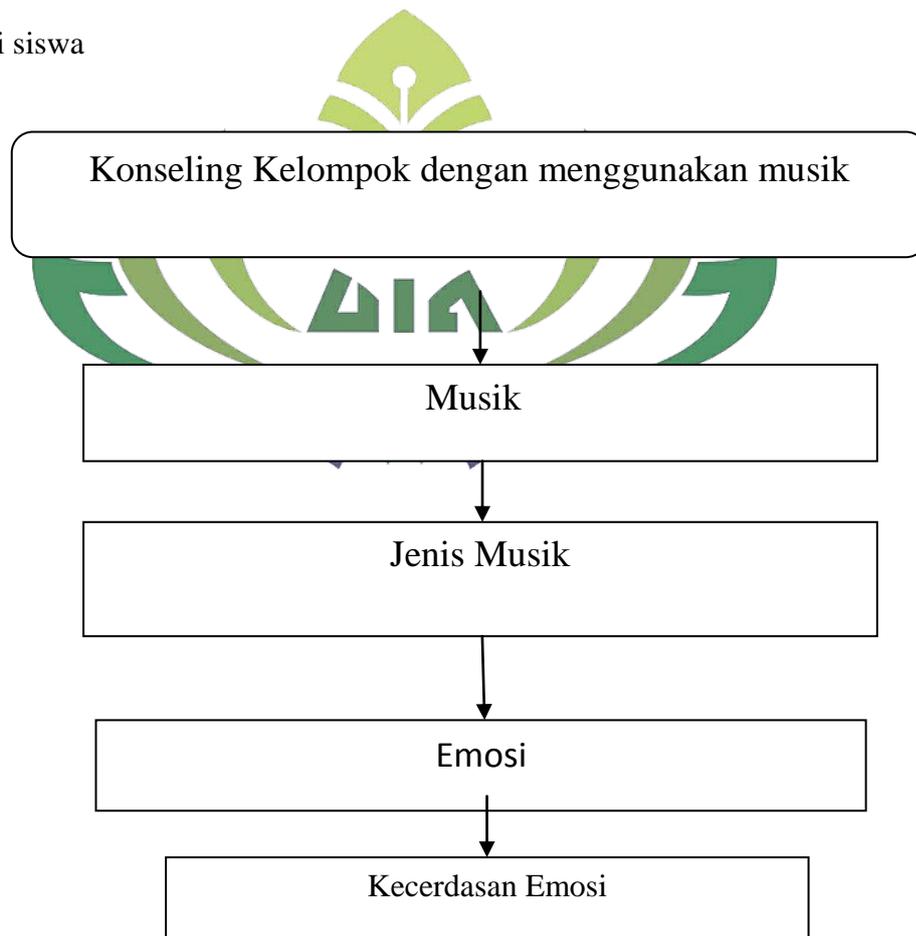
⁹ "Kajian psikologi musik dan emosional universitas sumatera utara" (On-Line) tersedia di: [repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/23607/chapter II.pdf;cf11c2709f625c57720130143076/square](https://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/23607/chapter%20II.pdf;cf11c2709f625c57720130143076/square)

2. Jurnal skripsi disusun Septa Ellfira. Memaparkan bahwa bahwa musik klasik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosional anak. Hal tersebut dibuktikan dengan perbedaan hasil selisih antara kelompok kontrol (kelompok yang tidak diberi perlakuan musik apapun), dengan kelompok eksperimen (kelompok yang diberi perlakuan musik klasik) cukup signifikan. Selain itu, penelitian ini menyebutkan bahwa musik klasik dapat dimanfaatkan sebagai media dalam upaya mengembangkan kecerdasan emosional anak.
3. Jurnal skripsi disusun Siti Ngalifah. Memaparkan bahwa musik bisa disimpulkan memiliki pengaruh yang signifikan bagi kecerdasan emosional anak di TK Kemala Bayangkari 06 Kalasan, hal tersebut dapat dibuktikan dengan melihat hasil selisih antara kelompok kontrol (kelompok yang tidak diberi perlakuan musik apapun) dengan kelompok eksperimen (kelompok yang diberi perlakuan musik klasik).

D. Kerangka Berfikir

Dapat menggunakan emosi serta perasaan secara efektif untuk mencapai tujuan, membangun hubungan produktif dan meraih keberhasilan ditempat kerja. Sedangkan Emosi berasal dari perkataan *emotus* atau *emovere*, yang artinya mencera “to strip up”, yaitu sesuatu yang mendorong terhadap sesuatu. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, emosi dapat diartikan sebagai: 1) luapan perasaan yang berkembang dan surut diwaktu singkat; 2) keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis, seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan, keberanian yang bersifat subyektif gabungan dari semua emosional dan kemampuan sosial untuk menghadapi seluruh aspek kehidupan manusia.

Kemampuan emosional meliputi, sadar akan kemampuan emosi diri sendiri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri, kemampuan menyatakan perasaan orang lain, dan pandai menjalin hubungan dengan orang lain. Kemampuan ini, merupakan kemampuan yang unik yang terdapat di dalam diri seseorang, karenanya hal ini merupakan sesuatu yang sangat penting dalam pribadi seseorang. Dan apabila kemampuan untuk memahami dan mengendalikan emosi siswa dalam belajar sudah baik, maka hal itu akan menumbuhkan semangat, motivasi, dan minat untuk belajar pada diri siswa



Gambar 1
Bagan Kerangka Berfikir

E. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya harus diuji *empiris*.¹⁰ Dengan demikian hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_0). Sementara yang dimaksud hipotesis alternatif (H_a) adalah menyatakan saling berhubungan antara dua variabel atau lebih, atau menyatakan adanya perbedaan dalam hal tertentu pada kelompok-kelompok yang dibedakan. Sementara yang dimaksud hipotesis nol (H_0) adalah hipotesis yang menunjukkan tidak adanya saling hubungan antara kelompok satu dengan kelompok lain.¹¹

Rumus uji hipotesis sebagai berikut:

H_0 = tidak terdapat pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional

H_a = terdapat pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional

Berikut hipotesis statistiknya:

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$

$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$

Dimana:

μ_1 : kecerdasan emosional sebelum diberikan teratment layanan konseling kelompok dengan musik.

¹⁰ Abdurrahman Fatoni, *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*, Jakarta: Rineka Cipta, 2011, H. 20

¹¹ Abdurrahman Fatoni, *Ibid*, H. 22

μ_2 : kecerdasan emosional setelah diberikan teratment layanan konseling kelompok dengan musik.

Untuk menguji hipotesis, selanjutnya nilai $t(t_{hitung})$ dibandingkan dengan nilai-t dari tabel distribusi $t(t_{tabel})$. Cara penentuan nilai t tabel berdasarkan pada taraf signifikan tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = n-1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk uji yaitu:

Tolak H_a , jika $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ dan

Terima H_0 , jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian *quasi experimental*. Alasan peneliti menggunakan metode ini karena, dalam rancangan metode *quasi experimental*, terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sehingga memudahkan peneliti mengambil kesimpulan akhir.¹

B. Desain Penelitian

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Namun hanya kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan (*treatment*). Desain eksperimen ini digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan bimbingan kelompok dengan menggunakan musik, namun pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan sepenuhnya seperti pada kelompok eksperimen, selanjutnya

¹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Bandung, Alfabeta, H.77

dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti. Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

	Pengukuran (<i>Pretest</i>)	Perlakuan	Pengukuran (<i>Post-test</i>)
E	O ₁	X	O ₂
K	O ₃		O ₄

Gambar 2 : Pola *Non-equivalent Control Group Design*

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O₁ dan O₃ : Pengukuran kecerdasan emosional pada peserta didik, sebelum diberikan perlakuan dengan menggunakan konseling kelompok akan diberikan *pretest*. *Pre-test* merupakan pengumpulan data peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional rendah dan belum mendapat perlakuan.

O₂ : Pemberian *post-test* untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan. Di dalam *post-test* akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan, dimana kecerdasan emosional pada peserta didik menjadi menurun atau tidak menurun sama sekali.

O₄ : Pemberian *post-test* untuk mengukur kecerdasan emosional pada kelompok kontrol, tanpa diberikan perlakuan menggunakan layanan BK berupa layanan konseling kelompok .

X : Pemberian perlakuan dengan menggunakan layanan BK melalui konseling kelompok untuk mengetahui kecerdasan emosional terhadap peserta didik.²

²Sugiyono, *Op.Cit*, 2009, hal 79.

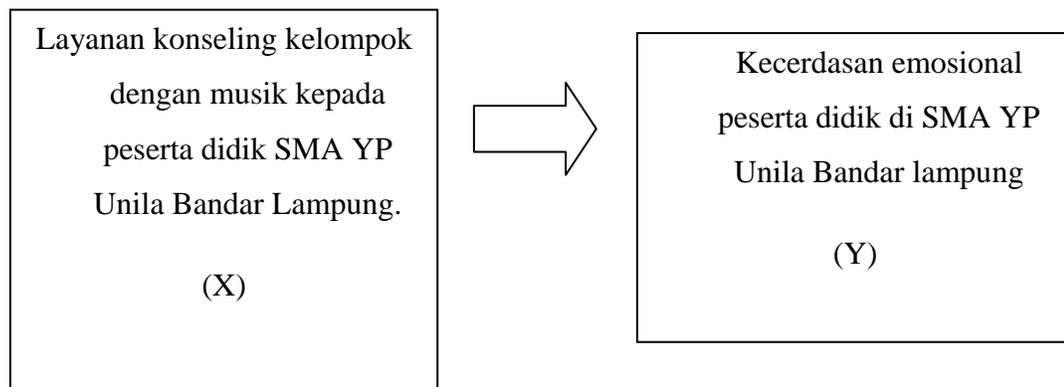
Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian untuk mencari pengaruh saat sebelum diberikan perlakuan tindakan dan saat sesudah diberikan perlakuan tindakan.

C. Variabel Penelitian

Variabel pada dasarnya adalah segala sesuatu yang membentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut yang kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan permasalahan pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional di SMA YP UNILA Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018 terdiri dari dua variabel, yaitu: (a) variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat); dan (b) variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.³

Dalam penelitian ini, layanan konseling kelompok merupakan variabel bebas yang diberi simbol X. Sementara kecerdasan emosional pada peserta didik merupakan variabel terikat yang diberi simbol Y. Jadi, korelasi antara dua variabel tersebut dapat digambar sebagai berikut:

³Sugiyono, *Ibid*, Hal, 39.



Gambar 3
Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional dibuat untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian.⁵ Adapun definisi operasional dari penelitian ini adalah:

⁵ Andriyani Reta (1111080013), *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Bullying Di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 16 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2014/2015*. (Skripsi Program Sarjana Pendidikan Institut Agama Islam Negeri Lmapung, Lampung, 2015), h.55

Tabel 2
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Hasil Ukur	Alat Ukur	Skala Ukur
1	Variabel bebas (X): pengaruh musik	Jenis musik adalah pengelompokan <u>musik</u> sesuai dengan kemiripannya satu sama lain.	<ul style="list-style-type: none"> a) Blues: memperlambat detak jantung anda dan membuat anda tenang: b) Rock dan punk: membuat adrenalin dan dorongan energi akan jauh meningkat: c) Reggae : menenangkan jantung manusia: d) Pop/rock: membuat detak jantung normal dan nafas konsisten: e) Lagu cinta klasik: mengingat masa lalu: f) Dance: membuat anda bergoyang karena ingkat energi yang tinggi: g) Musik klasik: mengingat mood sekaligus menenangkan: 	-	-	-

			<p>h) Rapp/hiphop: mengubah mood dalam beberapa cara tergantung lirik lagu nya dan tempo musik nya:</p> <p>i) Heavy metal: membuat anda terlalu jauh lebih percaya diri:</p> <p>j) Country: membuat tingakt emosi jauh lebih turun:</p> <p>k) New age: membuat ketengan dan tepat untuk meditasi dan relaksasi:</p> <p>l) Brodway: mampu memotivasi dan mengin spirasi:</p> <p>m) Latino: menghilangkan gejala-gejala kelelahan:</p> <p>n)Disco:mampu membawa suasana</p> <p>0) Meditasi: mengurangi tigtat stres dan kegelisahan:</p>		
--	--	--	--	--	--

2	Variabel terikat (Y): kecerdasan emosional	kecerdasan emosional adalah gabungan dari semua emosional dan kemampuan sosial untuk menghadapi seluruh aspek kehidupan manusia	<ul style="list-style-type: none"> a) Belum mampu mengenali emosi diri atau kesadaran diri b) Belum mampu mengelola emosi c) Belum mampu memotivasi diri sendiri d) Belum mampu mengelola emosi orang lain e) Belum mampu membina hubungan baik dengan orang lain 	Angket (kuisoner) kecerdasan emosional 20 item pertanyaan SS: sangat sering S:sering KK: kadang kadang J:jarang TP:tidak pernah	skala penilialecer dasan emosional dengan katagori 0; (tidak baik) (kurang baik) 3: (sangat baik)	interval
---	--	---	--	---	---	----------

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya.⁶ Dalam penelitian ini, populasinya adalah peserta didik kelas XI IPA SMA YP UNILA Bandar Lampung, untuk mencari perbandingan Kecerdasan Emosional maka jumlah kelas XI IPA dibagi menjadi 2 kelompok sebagai kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dalam penelitian ini populasi berjumlah 118 peserta didik XI IPA SMA YP UNILA Bandar Lampung, hal ini dapat dilihat dari tabel 3 sebagai berikut:

⁶ Sugiono, Op.Cit, h.80

Tabel 3
Populasi Penelitian

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah Peserta didik
XI IPA 1	17	22	39
XI IPA 2	15	24	39
XI IPA 3	17	23	40
Jumlah seluruh populasi			118
Jumlah sample			20

Sumber: Dokumentasi, SMA YP UNILA Bandar Lampung

2. Sampel dan Teknik Sampling

a. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dijadikan objek dalam penelitian, dan dianggap dapat mewakili seluruh populasi hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Sugiyono bahwa Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁷ Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sampel merupakan sebagian dari populasi yang diambil dengan teknik tertentu sebagai sumber data yang dianggap dapat mewakili populasi. Karena jumlah peserta didik XI IPA terdiri dari 118 peserta didik maka pada penelitian ini peneliti hanya mengambil 20 peserta didik yang akan dibagi kedalam 2 kelompok yaitu, 10 peserta didik pada kelompok eksperimen yang akan di berikan perlakuan menggunakan

⁷Sugiyono, *Ibid*, Hal, 81.

musik dan 10 peserta didik pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan menggunakan musik. Namun tetap di kontrol perkembangannya.

b. Teknik sampling

Teknik yang peneliti gunakan dalam pengambilan sampel adalah *Random sampling* yaitu, sesuatu cara pengambilan sample yang memberikan kesempatan atau peluang yang sama untuk diambil kepada setiap elemen populasi. Dari populasi yang telah ditentukan yakni kelas XI IPA SMA YP UNILA Bandar Lampung, peneliti telah memilih kelas XI IPA sebanyak 20 peserta didik Sebagai sample dengan kriteria dan langkah-langkah sebagai berikut : (a) peserta didik kelas XI IPA 1 SMA YP UNILA Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018; (b) peserta didik memiliki Kecerdasan Emosional yang rendah, berdasarkan hasil angket yang telah dibagikan; dan (c) peserta didik bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Kelas ini ditetapkan dan diambil sebagai sampel yang diyakini mampu bersifat representatif. Karena kelas tersebut dianggap memiliki kecerdasan emosional yang rendah dibandingkan kelas yang lainnya berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada pra penelitian sebelumnya.

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Metode kuisisioner/Angket

Kuesioner atau angket adalah suatu metode pengumpulan data dengan jalan mengajukan suatu daftar pertanyaan tertulis kepada sejumlah individu, dan individu-individu yang diberikan daftar pertanyaan tersebut diminta untuk memberikan

jawaban secara tertulis pula. Kuisisioner yang digunakan peneliti adalah kuisisioner langsung. Kuisisioner langsung digunakan untuk memperoleh data tentang Kecerdasan emosional rendah peserta didik kelas XI IPA 1 SMA YP UNILA Bandar Lampung.

2. Metode Observasi

Mengutip dari Anwar Sutoyo pengertian “observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap obyek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu”.⁸ Jenis observasi yang peneliti gunakan adalah observasi *kurasi-partisipan* yaitu peneliti terlibat langsung dalam memberikan layanan. Karena dalam memberikan layanan untuk mengetahui pengaruh musik dengan kecerdasan emosional ini sasarannya merupakan peserta didik kelas XI IPA 1, karena dalam hal ini kelas XI IPA 1 mendominasi dalam hal kecerdasan emosional diantara kelas lainnya.

3. Metode Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.⁹ Peneliti dalam hal ini menggunakan jenis *interview* bebas terpimpin, guna memperoleh data yang valid, yaitu: peneliti membawa kerangka pertanyaan-pertanyaan untuk disajikan, tetapi bagaimana cara pertanyaan-pertanyaan itu diberikan tidak secara sistematis, atau pemberian pertanyaan secara fleksibel sesuai dengan keadaan.

⁸Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), Hal. 85.

⁹Anwar Sutoyo, *Ibid.* Hal. 152.

Metode ini digunakan sebagai metode untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan sehingga data-data yang akurat dapat diperoleh. Metode *interview* ini peneliti tujukan kepada responden dari kepala SMA, guru pembimbing dan peserta didik, untuk mengetahui apakah ada pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional pada peserta didik.

G. Pengembangan Instumen Penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket/kuisisioner, tes, metode wawancara (*interview*), dan metode dokumentasi. Berdasarkan metode pengumpulan data, maka instrumen pegumpulan data yang cocok untuk mengetahui kecerdasan emosional adalah dengan lembar angket.

Adapun kisi-kisi pengembangan instrument sebagai berikut:

Tabel 4
Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian

Variabel	Indikator	Positif (+)	Negatif (-)	Jumlah Item
Kecerdasan Emosional	1. Mengenal emosi diri atau kesadaran diri	1. Saya tidak tergesa-gesa untuk memutuskan suatu hal karena dorongan emosi semata 2. Dengan siapapun saya bicara, saya berusaha untuk menjadi pendengar yang baik 3. Saya memaklumi	5. Saya cenderung kurang pertimbangan dalam mengatasi masalah yang timbul 6. Saya tidak dapat mengetahui dengan pasti perasaan yang sedang	7

		<p>setiap perbedaan pendapat yang terjadi saat sedang belajar dikelas</p> <p>4. Saya memahami bahwa tidak semua siswa di sekolah dapat menjadi teman baik saya</p>	<p>saya alami</p> <p>7. Saya sering mengalami perasaan sedih tanpa sebab yang saya ketahui</p>	
	2. Mengelola emosi	<p>8. Jika saya marah pada teman yang menyinggung perasaan saya biasanya saya berusaha mengendalikan rasa marah itu terlebih dahulu</p> <p>9. Walaupun sedang marah, saya berusaha untuk tetap menguasai diri</p> <p>10. Saya tetap dapat berbicara dengan sopan dengan teman walaupun dalam keadaan marah dengan teman lain</p> <p>11. Saya dapat mengatasi rasa malas dengan tetap belajar dengan baik</p> <p>12. Saya tetap dapat tegas terhadap orang yang berbuat kesalahan</p>	<p>13. Saya akan berkata kasar pada teman yang telah melakukan kesalahan kepada saya</p> <p>14. Saya kurang memperdulikan perasaan orang lain</p> <p>15. Teman-teman sekelas di sekolah berusaha menghindari saya karena saya ketus</p> <p>16. Saya akan menyalahkan orang lain yang membuat saya marah</p>	9

		meskipun itu teman baik saya		
	3. Memotivasi diri sendiri	<p>17. Saya akan cepat menyelesaikan perbedaan pendapat yang dapat menyebabkan pertikaian</p> <p>18. Dalam pengambilan keputusan, saya berusaha untuk memberikan pendapat/masukan yang dapat diterima oleh teman yang lain</p> <p>19. Saya tidak akan menyalahkan diri sendiri secara berlebihan walaupun prestasi saya kurang memuaskan</p> <p>20. Walaupun tugas-tugas yang saya hadapi berat, saya tetap dapat berprestasi</p>	21. Bila menghadapi hambatan dalam mencapai suatu tujuan, saya cepat menjadi putus asa	5
	4. Mengelola emosi orang lain	<p>22. Saya berusaha untuk lebih menghibur teman yang sedang mengalami kesedihan</p> <p>23. Saya akan menjenguk teman yang sedang sakit</p>		3

		24. Saya merasa terharu ketika melihat orang/teman sedang mengalami musibah		
5. Membina hubungan baik dengan orang lain	25. Saya menghargai pendapat dari teman 26. Saya berpikir bahwa kenyamanan dibutuhkan dalam membina persahabatan 27. Saya akan menolak dengan halus ajakan teman untuk meninggalkan pelajaran di sekolah 28. Saya merasa senang karena teman-teman selalu melintarkan saya dalam pembicaraan mereka 29. Apabila teman-teman yang melanggar aturan yang berlaku di sekolah, maka saya akan menegurnya dengan kata-kata yang tepat	30. Saya sulit bekerjasama dengan teman yang tidak saya sukai 31. Saya sering kali bertengkar dengan teman 32. Teman sekolah jarang melibatkan saya dalam pengambilan keputusan di kelas 33. Saya kurang memiliki minat untuk mengikuti organisasi sosial yang ada di sekolah 34. Saya lebih suka bekerja seorang diri	11	

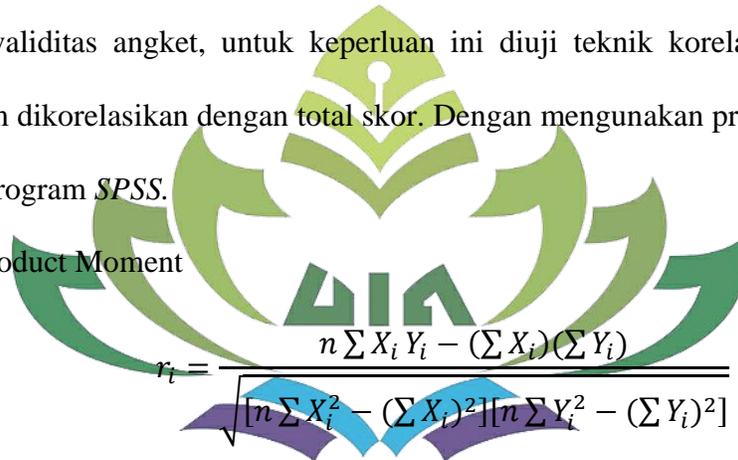
Jumlah	21	13	34
--------	----	----	----

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji validitas dan realibilitas angket tersebut untuk mengetahui angket tersebut layak untuk digunakan, berikut ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan daya yang dilaporkan peneliti.¹⁰ Uji validitas digunakan untuk menguji validitas angket, untuk keperluan ini diuji teknik korelasi jawaban pada setiap item dikorelasikan dengan total skor. Dengan menggunakan prodak moment dan bantuan program SPSS.

Rumus Product Moment



$$r_i = \frac{n \sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{[n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2][n \sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2]}}$$

Keterangan:

- r_i = angka indeks korelasi “*r*”
- n = *number of Cases*
- $\sum X_i Y_i$ = jumlah perkalian antara skor X dan skor Y
- $\sum X_i^2$ = jumlah seluruh skor X
- $\sum Y_i^2$ = jumlah seluruh skor Y¹¹

¹⁰Sugiono, *Op.Cit*, 2009. Hal, 267.

¹¹Sugiono, *Statistik untuk Penelitian*, Bandung: Alfabetha, 2011. Hal. 256

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama, menghasilkan data yang sama, apabila sekelompok data jika dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda.¹² Pengujian reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS*.

Rumus Reliabel

$$R_1 = \frac{2 \cdot r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan:

R_1 = reliabel

R_b = data yang valid¹³

Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab suatu pertanyaan dalam angket peneliti menggunakan bentuk jawaban skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena .¹⁴

¹²*Ibid*, Hal. 268

¹³Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, Raja Grafindo, Jakarta, 2008, hal. 206.

¹⁴ Sugiono, *Op. Cit*, 2009, Hal. 93.

Tabel 5
Skor Alternatif Jawaban

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban				
	Sangat Sering	Sering	Kadang-Kadang	Jarang	Tidak Pernah
favorable (pertanyaan positif)	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i> (pernyataan negatif)	5	4	3	2	1

Penilaian kecerdasan emosional dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1-5 dengan banyaknya item 34. Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- a) skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- b) jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- c) skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;
- d) jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala 5, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi 5 kelas interval; dan
- e) penentuan jarak interval (J_i) diperoleh dengan rumus:

$$J_i = (t - r)/J_k$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

$Jk = \text{Jumlah kelas interval.}^{15}$

Berdasarkan pendapat pendapat Eko, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Skor tertinggi : $5 \times 20 = 100$
- b. Skor terendah : $1 \times 20 = 20$
- c. Rentang : $100 - 20 = 80$
- d. Jarak interval : $80 : 5 = 16$

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria kecerdasan emosi dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6
Kriteria Kecerdasan Emosional

Interval	Kriteria	Deskripsi
84-100	Sangat Tinggi	Peserta didk dengan kategori sangat tinggi ditandai dengan; menggunakan emosi serta perasaan secara efektif untuk mencapai tujuan, membangun hubungan produktif dan meraih keberhasilan ditempat kerja.

¹⁵ Eko Putra Widoyo, *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014) Hal, 144.

67-83	Tinggi	Peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi ditandai dengan; menerima,menilai,mengelola,serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain.
51-67	Sedang	Peserta didik yang masuk dalam kategori sedang ditandai dengan: Menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dririnya dan orang lain tetapi belum mampu menstabilkan emosi dengan baik.
35-51	Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah tidak bisa mengontrol emosi nya degan baik, selalu menggap atau melija sesuatu dengan sama, serta memilih dalam hal apapun emi dirinya sendiri
20-35	Sangat Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori sangat rendah terlalu mudah marah,terlalu mudah sedih,terlalu mudah bahagia, serta berlarut-larut dalam kesedihan.

H. Prosedur Penelitian

- a. Langkah 1: *pretest* kegiatan untuk mengetahui profil masalah kecerdasan emosional peserta didik sebelum pemberian program;
- b. Langkah 2: Melaksanakan bimbingan kelompok dengan materi Musik dan Emosi dalam bentuk RPL dengan tujuan adalah: (1) mengatasi permasalahan kecerdasan emosional peserta didik; dan (2) meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik (3) serta memahami adanya pengaruh dari mendengarkan musik terhadap emosional seseorang.
- c. Langkah 3: Memulai layanan Bimbingan kelompok dengan materi Pengetahuan Tentang Musik dalam bentuk RPL. Tujuan langkah ini adalah: (1) memahami jenis jenis musik pada peserta didik;
- d. Langkah 4: melaksanakan layanan bimbingan kelompok melalui pemutaran musik terhadap peserta didik yang kecerdasan emosional nya rendah dengan Tujuan sebagai berikut: (1) memahami permasalahan kecerdasan emosional (2) adanya pengaruh setelah mendengarkan musik pop terhadap mood seseorang
- e. Langkah 5: *posttest* merupakan kegiatan untuk mengetahui perubahan kecerdasan emosional peserta didik setelah diberikan pengetahuan tentang adanya pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional.

I. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan data

Menurut Notoadmojo setelah data-data terkumpul, dapat dilakukan pengolahan data dengan menggunakan *editing*, *coding*, *procesing*, dan *cleaning*.

- a. *Editing*(pengeditan data), adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuisioner. Apakah semua pertanyaan sudah terisi, apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbaca, apakah jawabannya relevan dengan pertanyaannya, dan apakah jawaban-jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan lainnya.
- b. *Coding*(pengkodean), setelah melakukan *editing*, selanjutnya dilakukan pengkodean atau "*coding*", yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.
- c. *Data Entry* (Pemasukan Data), yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk "kode" (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program "*software*" *SPSS for widows reliase 16* yang sering digunakan untuk "entri data" penelitian.
- d. *CleaningData* (Pembersihan Data), apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode dan ketidaklengkapan, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.¹⁶

¹⁶HerliaWati, "*Metode Penelitian*" (online) blogspot, tersedia:[Http://herliamer.blogspot.com/2012/05/babIV.html](http://herliamer.blogspot.com/2012/05/babIV.html), (diakses tgl 04 februari 2016 jam. 20.21)

2. Analisis data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket, tes, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya penurunan perilaku *bullying* peserta didik dapat digunakan rumus uji t atau *t-testsprated varians* yang digunakan untuk menguji hipotesis kompratif dua sampel independen. Analisis data ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and service solution*). Ada pun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan:

- X_1 : nilai rata-rata sampel 1 (kelompok eksperimen)
- X_2 : nilai rata-rata sampel 2 (kelompok kontrol)
- S_1^2 : varians total kelompok 1 (kelompok eksperimen)
- S_2^2 : varians total kelompok 2 (kelompok kontrol)
- n_1 : banyaknya sample kelompok 1 (kelompok eksperimen)
- n_2 : banyak nya sample kelompok 2 (kelompok kontrol).¹⁷

¹⁷ Sugiyono, *Op.Cit*, 2012, hal 138.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA YP Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 dari tanggal 24 Agustus sampai 24 September, yang sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan sasaran/subjek penelitian. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai profil/gambaran kecerdasan emosional peserta didik dan sekaligus sebagai dasar penyesuaian penerapan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik. Hasil penyebaran instrumen dijadikan analisis awal untuk perumusan program musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik yang kemudian diuji cobakan guna memperoleh keefektifan. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung yang berjumlah 118 (Seratus Delapan Belas) peserta didik. Hasil penelitian terdiri dari profil/gambaran kecerdasan emosional, hasil rumusan pelaksanaan musik dan hasil uji efektivitas musik.

1. Profil Umum Kecerdasan Emosional

Berdasarkan hasil penyebaran instrumen kecerdasan emosional terhadap 118 peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018, diperoleh persentase profil kecerdasan emosional peserta didik yang

selanjutnya dikategorikan dalam tiga kategori sebagaimana terdapat pada tabel 8 sebagai berikut.

Tabel 7
Gambaran Umum Kecerdasan Emosional
Peserta Didik Kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung

Kategori	Rentang Skor	Σ	Persentase
Sangat Tinggi	$\geq 84 - 100$	4	20,00%
Tinggi	$\geq 67 - 83$	5	25,00%
Sedang	$\geq 51 - 67$	7	35,00%
Rendah	$\geq 35 - 51$	2	10,00%
Sangat Rendah	$\geq 20 - 35$	2	10,00%
Jumlah		20	100%

Tabel 7 menyatakan bahwa gambaran kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung terdapat 14 peserta didik (20,00%) yang memiliki kecerdasan emosional sangat tinggi, 5 peserta didik (25,00%) kecerdasan emosional yang tinggi, 7 peserta didik (35,00%) kecerdasan emosional yang sedang, 2 peserta didik (10,00%) yang rendah dan 2 peserta didik (10,00%) yang sangat rendah. Berdasarkan hal tersebut terlihat bahwa kecerdasan emosional peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung sebagian besar berada pada kategori rendah dalam kategori ini peserta didik memiliki kecerdasan emosi rendah namun belum sepenuhnya/terus-menerus dilakukan, selain itu juga masih terdapat peserta didik yang berada dalam kategori rendah dalam kategori ini peserta didik belum menunjukkan kemampuan kecerdasan emosional. Tujuan diberikannya musik agar peserta didik mampu meningkatkan pengetahuan tentang kecerdasan emosionalnya.

Selanjutnya gambaran kecerdasan emosional peserta didik dapat terlihat pada beberapa aspek yaitu (1) mengenali emosi diri atau kesadaran diri; (2) meneglola emosi; (3) memotivasi diri sendiri; (4) mengelola emosi orang lain; dan (5) membina hubungan baik dengan orang lain.

kecerdasan emosional peserta didik di SMA YP Unila Bandar Lampung sebagian besar berada pada kategori tinggi dalam kategori peserta didik telah menunjukkan kecerdasan emosional, namun masih terdapat peserta didik yang berada pada kategori sedang, dalam kategori ini peserta menunjukkan kecerdasan emosional namun belum sepenuhnya, selain itu juga masih terdapat peserta didik yang berada dalam ketegori rendah dan juga dalam kategori sangat rendah dalam kategori ini peserta didik belum menunjukkan tentang kecerdasan emosional. Tujuan diberikannya musik agar dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung .

Selanjutnya gambaran kecerdasan emosional peserta didik dapat terlihat dari setiap aspek atau indikator pendukungnya yaitu (1) mengenali emosi diri atau kesadaran diri; (2) meneglola emosi; (3) memotivasi diri sendiri; (4) mengelola emosi orang lain; dan (5) membina hubungan baik dengan orang lain. Hasil penelitian kelima aspek kecerdasan emosional peserta didik kelas SMA YP Unila Bandar Lampungdideskripsikan sebagai berikut:

a. Gambaran Mengenali Emosi Diri

Hasil penelitian menunjukkan gambaran mengenali emosi diri peserta didik pada kategori sangat tinggi sebanyak 5 peserta didik (25,01%), pada kategori

tinggi sebanyak 6 peserta didik (30,89%), pada kategori sedang sebanyak 4 peserta didik (20,94%), pada kategori rendah sebanyak 3 peserta didik (15,66%), dan pada kategori sangat rendah sebanyak 2 peserta didik (10,47%) Secara rinci disajikan pada Tabel 9.

Tabel 9
Gambaran Mengenali Emosi Diri

Kategori	Interval	Σ	Persentase
Sangat Tinggi	$77,3 \geq 98,1$	5	25,01%
Tinggi	$64,1 \geq 77,3$	6	30,89%
Sedang	$46 \geq 64,1$	4	20,94%
Rendah	$33,6 \geq 46$	3	15,66%
Sangat rendah	$18,5 \geq 33,6$	2	10,47%
		20	

Berdasarkan Tabel 9 persentase aspek mengenali emosi diri dalam kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung sebagian besar berada pada kategori tinggi dan rendah, sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori sangat tinggi, sedang, dan sangat rendah.

b. Gambaran Mengelola Emosi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran mengelola emosi peserta didik pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 peserta didik (15,10%), pada kategori tinggi sebanyak 4 peserta didik (20,42%), pada kategori sedang sebanyak 5 peserta didik (25,57%), serta pada kategori rendah sebanyak 5 peserta didik (25,57%) dan sangat rendah sebanyak 3 peserta didik (15,10%) . Hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 9

Tabel 9
Gambaran Mengelola Emosi

Kategori	Interval	Σ	Persentase
Sangat Tinggi	$79,6 \geq 97,88$	3	15,10%
Tinggi	$64,2 \geq 79,6$	4	20,42%
Sedang	$47,7 \geq 64,2$	5	25,57%
Rendah	$31,7 \geq 64,2$	5	25,57%
Sangat rendah	$18,3 \geq 31,7$	3	15,10%
		20	

Tabel 9 menggambarkan aspek mengelola emosi peserta didik, mengelola emosi peserta didik pada umumnya berada pada kategori tinggi, sedangkan beberapa peserta didik juga berada pada kategori sangat tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

c. Gambaran Memotivasi Diri Sendiri

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran memotivasi diri sendiri peserta didik pada kategori sangat tinggi sebanyak 2 peserta didik (10,94%), pada kategori tinggi sebanyak 3 peserta didik (15,57%), pada kategori sedang sebanyak 4 peserta didik (20,18%), pada kategori rendah sebanyak 6 peserta didik (30,42%) serta pada kategori sangat rendah 5 peserta didik (25,86%).

Hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 11

Tabel 11
Gambaran Memotivasi Diri Sendiri

Kategori	Interval	Σ	Persentase
Sangat Tinggi	$77,2 \geq 96$	2	10,94%
Tinggi	$62 \geq 77,2$	3	15,57%
Sedang	$45 \geq 62$	4	20,18%
Rendah	$32,2 \geq 45$	6	30,42%
Sangat Rendah	$17,2 \geq 32,2$	5	25,86%
		20	

Tabel 11 menggambarkan aspek memotivasi diri sendiri peserta didik berada pada kategori yang berbeda-beda seperti pada kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

d. Gambaran Mengelola Emosi Orang Lain

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran mengelola emosi orang lain peserta didik pada kategori sangat tinggi sebanyak mengelola emosi orang lain sebanyak 4 peserta didik (20,71%) pada kategori tinggi sebanyak 3 peserta didik (15,72%), pada kategori sedang sebanyak 5 peserta didik (25,11%), dan pada kategori rendah sebanyak 5 peserta didik (25,18%) serta pada kategori sangat rendah terdapat 3 peserta didik (15,25%). Hasil penelitian tersebut akan lebih jelas dapat dilihat pada tabel 12

Tabel 12
Gambaran Mengelola Emosi Orang Lain

Kategori	Interval	Σ	Persentase
Sangat Tinggi	$73,66 \geq 95$	4	20,71%
Tinggi	$56,33 \geq 73,6$ 6	3	15,72%
Sedang	$42,6 \geq 56,33$	5	25,11%
Rendah	$29 \geq 42,6$	5	25,18%
Sangat Rendah	$14 \geq 29$	3	15,25%
		20	

Tabel 12 menggambarkan aspek mengelola emosi orang lain, peserta didik pada umumnya berada pada kategori tinggi, sedangkan beberapa peserta didik juga berada pada kategori sangat tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

e. Gambaran Membina Hubungan Baik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran membina hubungan baik peserta didik pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 peserta didik (15,25%), pada kategori tinggi sebanyak 3 peserta didik (15,19%), pada kategori sedang sebanyak 4 peserta didik (20,50%), serta pada kategori rendah sebanyak 6 peserta didik (30,81%), dan pada kategori sangat rendah terdapat 4 peserta didik (20,25%)

. Hasil penelitian ini akan lebih jelas dilihat pada Tabel 13

Tabel 13
Gambaran Membina Hubungan Baik

Kategori	Interval	Σ	Persentase
Sangat Tinggi	$80,5 \geq 98,2$	3	15,25%
Tinggi	$64,7 \geq 80,5$	3	15,19%
Sedang	$47,6 \geq 64,7$	4	20,50%
Rendah	$33,2 \geq 47,6$	6	30,81%
Sangat Rendah	$18,2 \geq 33,2$	4	20,25%
		20	

Tabel 13 menggambarkan aspek membina hubungan baik peserta didik berada pada kategori yang berbeda-beda seperti pada kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Ringkasan hasil penelitian berdasarkan setiap aspek, maka diperoleh gambaran kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung Tabel 13

Tabel 13
Gambaran Kecerdasan Emosional Berdasarkan Aspek

Aspek	Kategori	Interval	Σ	Persentase
Mengenali Emosi Diri	Sangat Tinggi	$77,3 \geq 98,1$	5	25,01%
	Tinggi	$64,1 \geq 77,3$	6	30,89%
	Sedang	$46 \geq 64,1$	4	20,94%
	Rendah	$33,6 \geq 46$	3	15,66%
	Sangat Rendah	$18,5 \geq 33,6$	2	10,47%
Mengelola Emosi	Sangat Tinggi	$79,6 \geq 97,88$	3	15,10%
	Tinggi	$64,2 \geq 79,6$	4	20,42%
	Sedang	$47,7 \geq 64,2$	5	25,57%
	Rendah	$31,7 \geq 64,2$	5	25,57%
	Sangat Rendah	$18,3 \geq 31,7$	3	15,10%
Memotivasi Diri Sendiri	Sangat Tinggi	$77,2 \geq 96$	2	10,94%
	Tinggi	$62 \geq 77,2$	3	15,57%
	Sedang	$45 \geq 62$	4	20,18%
	Rendah	$32,2 \geq 45$	6	30,42%
	Sangat Rendah	$17,2 \geq 32,2$	5	25,86%
Mengelola Emosi orang lain	Sangat Tinggi	$73,66 \geq 95$	4	20,71%
	Tinggi	$56,33 \geq 73,66$	3	15,72%
	Sedang	$42,6 \geq 56,33$	5	25,11%
	Rendah	$29 \geq 42,6$	5	25,18%

	Sangat Rendah	14 \geq 29	3	15,25%
Membina Hubungan Baik	Sangat Tinggi	80,5 \geq 98,2	3	15,25%
	Tinggi	64,7 \geq 80,5	3	15,19%
	Sedang	47,6 \geq 64,7	4	20,50%
	Rendah	33,2 \geq 47,6	6	30,81%
	Sangat Rendah	18,2 \geq 33,2	4	20,25%

Secara keseluruhan gambaran aspek kecerdasan emosional menunjukkan perbedaan yang tidak jauh dari setiap aspeknya. Berdasarkan persentase tertinggi urutan aspek kecerdasan emosional sebagai berikut (1) mengeali emosi diri (38,89%), (2) membina hubungan baik dengan orang lain (30,81%), (3) memotifasi diri sendiri (30,42%), (4) mengelola emosi (25,57%), (5) mengelola emosi orang lain (25,18%).

2. Pengaruh Musik terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018

a. Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan menggunakan musik dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018

pelaksanaan Layanan konseling kelompok dengan menggunakan musik dilaksanakan pada kelompok eksperimen yang berjumlah 10 peserta didik. Kegiatan dilakukan gedung Aula SMA YP Unila . Gambaran pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok menggunakan musik adalah sebagai berikut:

1. Tahap pertama

Pretest diberikan kepada seluruh siswa kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung yaitu 118 peserta didik, Pada tahap ini merupakan tahap pengenalan dan upaya dalam menumbuhkan sikap kebersamaan serta saling menerima dalam kelompok, memperkenalkan tujuan atau garis besar sesi konseling pada konseli dan mengidentifikasi kondisi awal konseli sebelum menerima perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan menggunakan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

Kemudian menjelaskan secara singkat mengenai tujuan dalam kegiatan layanan dan petunjuk pengisian instrumen kecerdasan emosional, *mayoritas* peserta didik memahami dan memberikan informasi kecerdasan emosional yang dilakukannya. Hasil dari *Pretest* kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan kecerdasan emosional. Hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran kecerdasan emosional yang terjadi pada peserta didik. Untuk menentukan subjek penelitian berdasarkan tujuan penelitian yaitu peserta didik yang memiliki karakteristik kecerdasan emosional yang rendah.

Berdasarkan hasil pengamatan, pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar ditunjukkan dengan peserta didik yang memberikan informasi kecerdasan emosional dalam seluruh item instrumen dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan diselesaikan pada waktu yang telah ditentukan.

2. Tahap Kedua

Pada tahap ini peneliti telah menentukan kelompok eksperimen dan kontrol berdasarkan karakteristik kecerdasan emosional peserta didik. Kemudian, peneliti menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan. Tujuan dari tahap ini untuk memfasilitasi peserta didik agar dapat mengidentifikasi kecerdasan emosional yang terjadi pada dirinya. Berdasarkan hasil pengamatan pada tahap ini berjalan dengan baik, namun pada awalnya tidak sedikit dari peserta didik berprasangka buruk terhadap kegiatan ini karena menganggap akan dihukum karena perilaku kurang baik di sekolah. Namun setelah peneliti memberi penjelasan dan menunjukkan penerimaan yang hangat berupa permainan serta motivasi, peserta didik lebih paham mengenai tujuan dilaksanakan. Setelah melakukan kegiatan konseling rata-rata peserta didik mengagap kegiatan ini bermanfaat untuk mereka.

Dengan menjelaskan kepada peserta didik tentang aturan selama mengikuti tahap konseling dan mendorong peserta didik untuk mantap dalam mengikuti seluruh kegiatan konseling, peserta didik mulai terdorong untuk antusias dalam melakukan konseling berikutnya. Hal ini diketahui sebagian besar peserta didik menjalani kegiatan ini dengan semangat karena kegiatan konseling tersebut menjadi seru dan menyenangkan. Tahap diakhiri dengan pemberian komitmen peserta didik terhadap bimbingan selanjutnya. Peserta didik tidak keberatan untuk menyepakati hal tersebut.

3) Tahap Ketiga

Tahap ini dalam konseling kelompok merupakan tahap peralihan, dalam tahap ini pimpinan kelompok menyatakan kembali kepada seluruh anggota kelompok apakah anggota kelompok telah memahami dengan baik mengenai kegiatan konseling kelompok ini, dan mengulas kembali mengenai asas-asas yang telah disampaikan. Pada tahap ini pimpinan kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kelompok tugas, kemudian pimpinan kelompok menanyakan apakah para anggota sudah siap untuk memulai kegiatan pada tahap berikutnya.

4) Tahap Keempat

Tahap keempat merupakan lanjutan dari tahap ketiga, yaitu bimbingan konseling kelompok menggunakan musik. Tahap ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengelola emosi orang lain, membina hubungan baik dengan orang lain, dan mendengarkan beberapa jenis musik yang ada dan peserta didik memahami, mengekspresikan, dan menceritakan dari beberapa musik yang ada musik dapat di putar selama kurang lebih 45 menit.

Dalam tahap ini yang pertama dilakukan peneliti yaitu, mengidentifikasi keadaan atau faktor-faktor yang mengindikasikan tentang kecerdasan emosional, peneliti meminta peserta didik menyatakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi terkait materi tentang ciri-ciri kecerdasan emosional yang dibahas. Adapun materi/topik yang dibahas, yaitu pada pertemuan pertama membahas

mengenai pandangan atau pemahaman tentang diri, kemudian pada pertemuan berikutnya tentang optimis, pada pertemuan ketiga mengenai tanggung jawab, pertemuan keempat cara membina hubungan yang positif, pertemuan kelima menyesuaikan diri, dan pertemuan terakhir membahas semua materi yang telah dibahas pada pertemuan pertama sampai dengan kelima. Sedangkan pada kelompok kontrol pertemuan pertama membahas tentang penyesuaian diri, pertemuan berikutnya tentang tanggung jawab, pada pertemuan ketiga membahas tentang optimis, pertemuan keempat tentang pandangan atau pemahaman tentang diri, pertemuan kelima membahas tentang cara membina hubungan yang positif, dan pada pertemuan yang terakhir membahas ulang materi yang telah dibahas sebelumnya. Adapun deskripsi gambaran disetiap pertemuan dalam tahap layanan konseling klasikal, yaitu mengutamakan membahas aspek yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik.

5) Tahap Kelima

Pimpinan kelompok dan anggota kelompok bersama-sama menyimpulkan hasil hasil dari kegiatan layanan konseling kelompok, pimpinan kelompok mengingatkan bahwa kegiatan akan segera berakhir.

6) Tahap Keenam

Setelah layanan konseling kelompok selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* Kamis, 23 September 2017 dengan tujuan untuk mengetahui kecerdasan emosional peserta didik setelah diberikan *treatment/perlakuan* konseling dengan menggunakan musik.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum pelaksanaan *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol dapat dikatakan lancar dapat dilihat dari seluruh peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol maupun memberikan informasi terkait kecerdasan emosional peserta didik setelah diberi *treatment* dengan mengisi seluruh item instrumen sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai pada waktu yang ditentukan

7) Hasil Uji Efektivitas Konseling Kelompok menggunakan musik dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun 2017/2018

Efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik dapat dilihat dari perbandingan hasil *gain score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan musik. Sebelum dilakukan perbandingan *gain score*, terlebih dahulu dilakukan uji t untuk mengetahui pengaruh musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

1) Uji Efektivitas pelaksanaan musik Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Secara Keseluruhan

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H_0 = tidak terdapat peningkatan kecerdasan emosional peserta didik setelah menerapkan musik

H_a = terdapat peningkatan kecerdasan emosional peserta didik setelah menerapkan musik

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

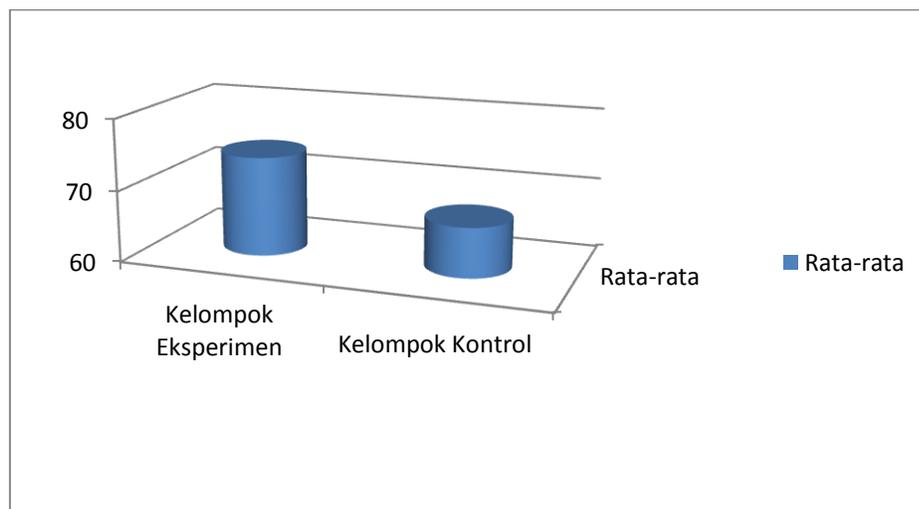
Berdasarkan hasil uji t *independen sampel test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik didapat hasil sebagai berikut:



Tabel 14
 Hasil Uji t Independen Kecerdasan Emosional Peserta Didik
 Kelompok Eksperimen dan Kontrol Secara Keseluruhan

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerataan	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	74,2000	3.55278	6.80000	5.232	0.137	0,000	Signifikan
Kontrol	67,4000	2.06559					

Berdasarkan Tabel 14, diperoleh nilai Sig (0,137) $\geq \alpha$ (0,05), maka varians kedua kelompok tidak homogen, dan berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh t_{hitung} 5,232 pada derajat kebebasan (df) 18 kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} 0,05 = 2,101, maka $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ (5,232 \geq 2,101), nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 (0,000 \leq 0,005), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, selain itu nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol (74,2000 \geq 67,4000). Jika dilihat dari nilai rata-rata, maka peningkatan kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Gambar 5 menunjukkan rata-rata peningkatan kecerdasan emosional kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



Gambar 4
Grafik Rata-rata Peningkatan
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

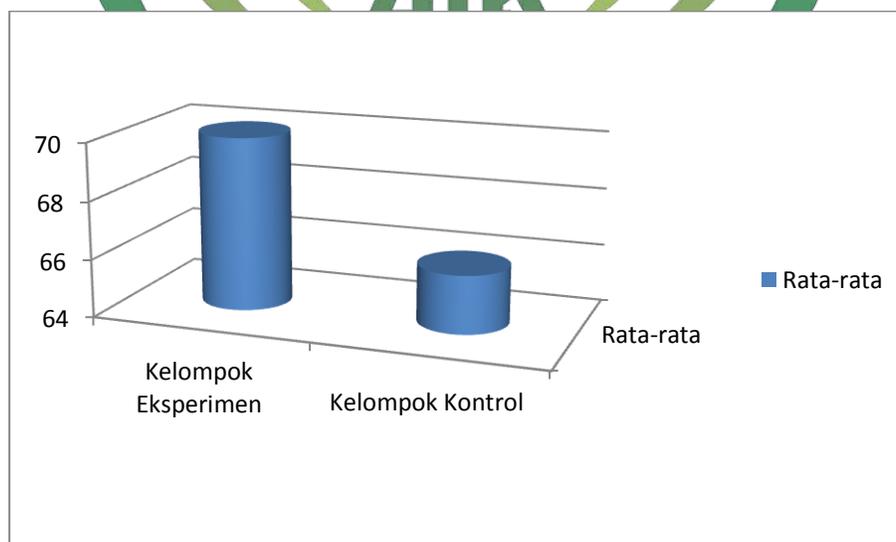
2) Uji Efektivitas pelaksanaan musik dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Pada Aspek Mengenal Emosi Diri

Hasil uji efektivitas pelaksanaan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada aspek mengenali emosi diri diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 15
Hasil Uji t Independen Kecerdasan Emosional
Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol
Pada Aspek Mengenal Emosi Diri

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerataan	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	70,0000	2.90593	3.80000	3.943	0.078	0,000	Signifikan
Kontrol	66.2000	1.91894					

Berdasarkan Tabel 15, tampak bahwa pada aspek mengenali emosi diri hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai sign 2. Tailed $< 0,05$ ($0,000 \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aspek mengenali emosi diri antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan aspek mengenali emosi diri pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan musik pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan aspek mengenali emosi diri dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 6 menunjukkan data peningkatan aspek mengenali emosi diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



Gambar 5
Peningkatan Rata-Rata Kecerdasan Emosional Aspek Mengenali Emosi Diri
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

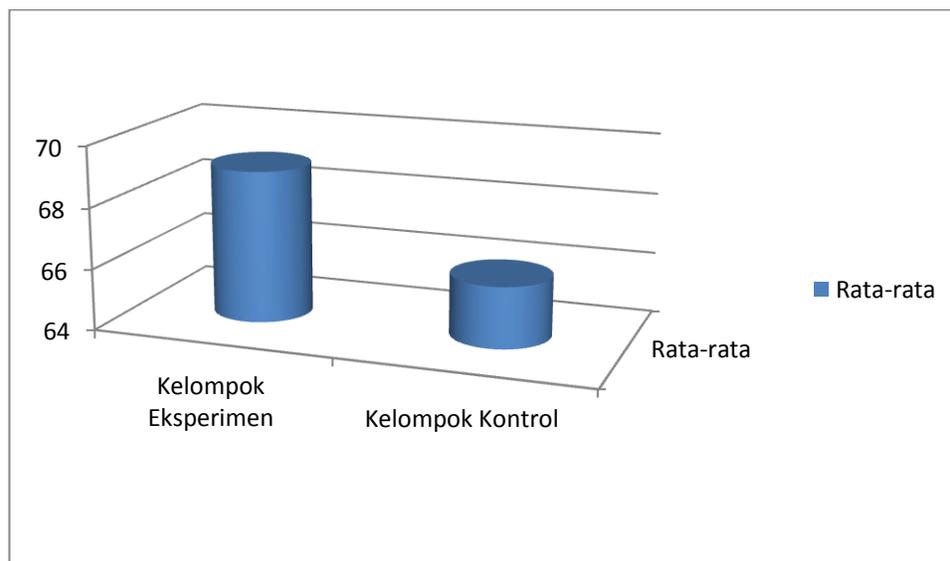
3) Uji Efektivitas pelaksanaan musik dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Pada Aspek Mengelola Emosi

Hasil uji efektivitas pelaksanaan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosi diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 16
Hasil Uji t Independen Kecerdasan Emosional
Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol
Pada Aspek Mengelola Emosi

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerataan	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	69.7000	1.41814	3.70000	6.871	0,316	0,000	Signifikan
Kontrol	66.0000	0.94281					

Berdasarkan Tabel 16, tampak bahwa pada aspek mengelola emosi hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai $\text{sig. 2. Tailed} < 0,05$ ($0,000 \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aspek mengelola emosi antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan aspek mengelola emosi diripada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan musik pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan aspek mengelola emosi dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 7 menunjukkan data peningkatan aspek mengelola emosi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



Gambar 6
Peningkatan Rata-Rata Kecerdasan Emosional Aspek Mengelola Emosi
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

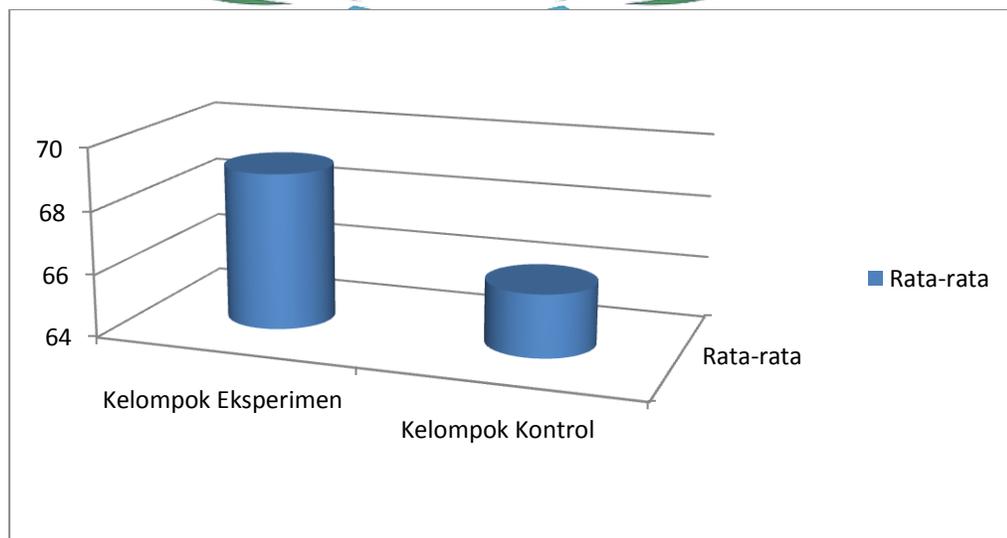
4) Uji Efektivitas pelaksanaan musik dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Pada Aspek Memotivasi Diri Sendiri

Hasil uji efektivitas *assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosi diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 17
Hasil Uji t Independen Kecerdasan Emosional
Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol
Pada Aspek Memotivasi Diri Sendiri

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerataan	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	69.6000	2.06559	3.40000	3.912	0,051	0,001	Signifikan
Kontrol	66.2000	1.24212					

Berdasarkan Tabel 17, tampak bahwa pada aspek memotivasi diri sendiri hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai $2. \text{Tailed} < 0,05$ ($0,001 \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aspek memotivasi diri sendiri antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan aspek memotivasi diri sendiri diripada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan musik pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan aspek memotivasi diri sendiri dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 8 menunjukkan data peningkatan aspek mengelola emosi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



Gambar 7
Peningkatan Rata-Rata Kecerdasan Emosional Aspek Memotivasi Diri Sendiri
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

5) Uji Efektivitas pelaksanaan musik dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Pada Aspek Mengelola Emosi Orang Lain

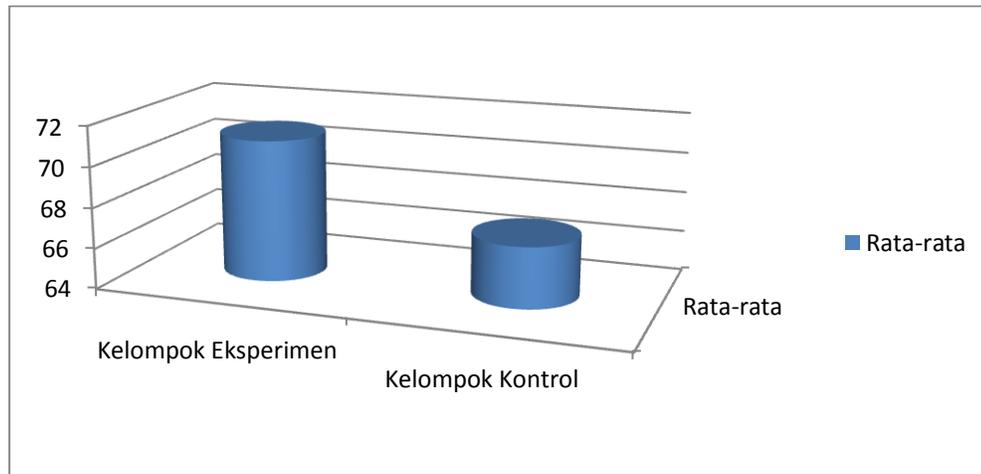
Hasil uji efektivitas pelaksanaan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosi diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 18
Hasil Uji t Independen Kecerdasan Emosional
Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol
Pada Aspek Mengelola Emosi Orang Lain

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerataan	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	71.3000	67.6000	3.70000	3.731	0, .099	0,002	Signifikan
Kontrol	67.6000	1.50555					

Berdasarkan Tabel 18, tampak bahwa pada aspek mengelola emosi orang lain hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai $\text{sig. 2-tailed} < 0,05$ ($0,002 \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aspek mengelola emosi orang lain antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan aspek mengelola emosi orang lain diripada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan musik pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan aspek mengelola emosi orang lain dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 9 menunjukkan data

peningkatan aspek mengelola emosi orang lain kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



Gambar 8
Peningkatan Rata-Rata Kecerdasan Emosional Aspek Mengelola Emosi Orang Lain
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

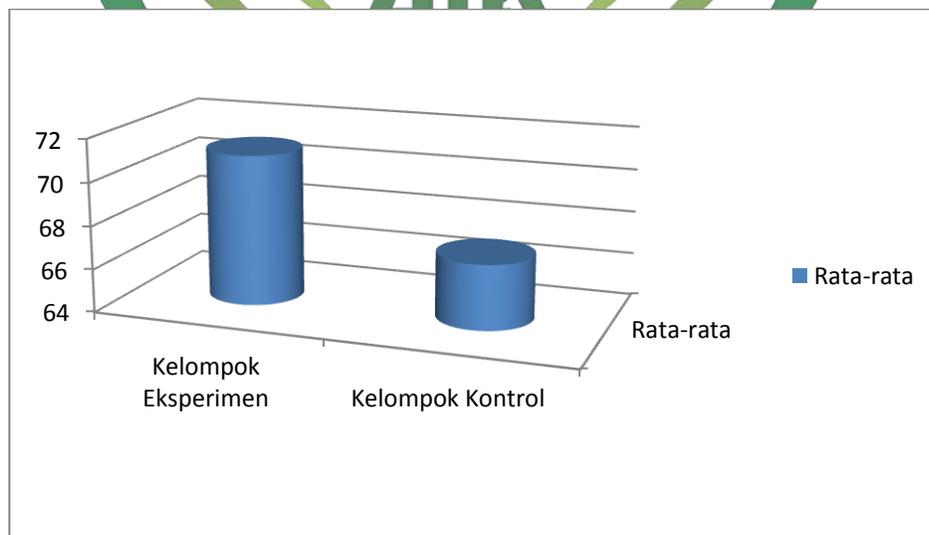
6) Uji Efektivitas Penerapan Musik Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Aspek Membina Hubungan Baik

Hasil uji efektivitas penerapan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosi diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 19
Hasil Uji t Independen Kecerdasan Emosional
Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol
Pada Aspek Membina Hubungan Baik

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerataan	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	71.3000	2.75076	3.70000	3.731	0,099	0,002	Signifikan
Kontrol	67.6000	1.50555					

Berdasarkan Tabel 19, tampak bahwa pada aspek membina hubungan baik hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai $2\text{-Tailed} < 0,05$ ($0,002 \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aspek mengelola emosi antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan aspek membina hubungan baik diri pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan musik pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan aspek membina hubungan baik dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 10 menunjukkan data peningkatan aspek mengelola emosi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



Gambar 9
Peningkatan Rata-Rata Kecerdasan Emosional Aspek Membina Hubungan Baik
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

7) Perbandingan Nilai *Pretest*, *Posttest*, dan *Gain Score*

Setelah dilakukan layanan konseling kelompok *assertive training* didapat

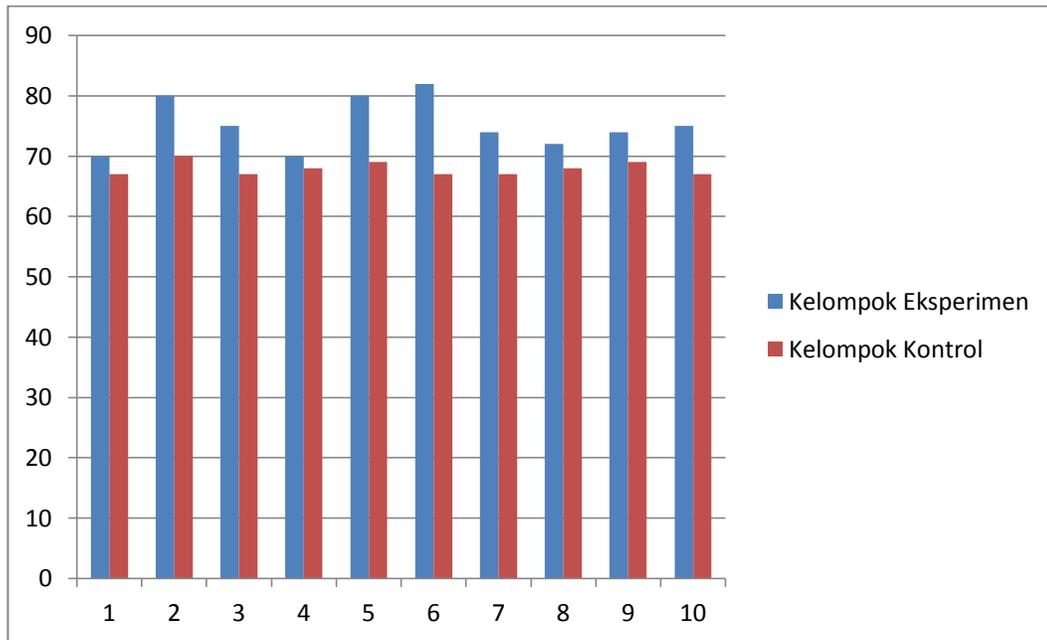
hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score* sebagai berikut:

Tabel 20
Deskripsi Data Nilai *Pretest*, *Posttest*, *Gain Score*

Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
NO	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	NO	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>
1	35	70	35	1	40	67	27
2	40	80	40	2	45	70	25
3	35	75	40	3	40	67	27
4	40	70	30	4	35	68	33
5	50	80	30	5	45	69	24
6	50	82	32	6	35	67	32
7	35	74	39	7	50	67	13
8	32	72	40	8	50	68	18
9	35	74	39	9	34	69	35
10	32	75	43	10	35	67	32
Σ	384	752	368	Σ	409	679	266
Rata-rata	35,2	68,5	36,8	Rata-rata	37,5	61,7	26,6

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami kenaikan, pada kelompok eksperimen ($35,2 \leq 68,5$) dan pada kelompok kontrol ($37,5 \leq 61,7$). Namun, meskipun kedua kelompok sama-sama mengalami peningkatan, tetapi nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dan kelompok eksperimen mengalami peningkatan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, hal ini bisa dilihat dari hasil *posttest* kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ($68,5 \geq 61,7$). Maka, dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan konseling kelompok *assertive training*

peserta didik mengalami peningkatan kecerdasan emosional. Untuk lebih jelasnya, peningkatan kecerdasan emosional dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 10
Grafik Peningkatan Kecerdasan Emosional
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Sedangkan untuk mengetahui kelompok mana yang lebih efektif dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata *gain score*. Pada tabel terlihat bahwa rata-rata *gain score* kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada rata-rata *gain score* kelompok kontrol ($47,86 \geq 30,53$). Maka dapat dikatakan bahwa penerapan musik lebih efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

A. Pembahasan Penelitian

Pembahasan hasil penelitian diawali dengan profil kecerdasan emosional, dilanjutkan dengan menganalisis layanan yang tepat. Adapun pembahasan pengaruh layanan konseling kelompok dengan menggunakan musik dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik adalah sebagai berikut:

1. Pembahasan Profil/Gambaran Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 terdapat peserta didik yang berada pada kategori rendah. Apabila kecerdasan emosional peserta didik yang rendah dibiarkan maka akan dapat menghambat proses belajar mengajar bagi peserta didik tersebut, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik. Hal ini berarti kesempatan belajar makin banyak dan optimal jika siswa tersebut menunjukkan kemampuannya dalam mengelola kecerdasan emosionalnya. Kecerdasan emosional merupakan suatu bentuk kesadaran akan memahami diri sendiri, orang lain, mengelola emosi, dan memotivasi..¹

1. Kondisi kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung berdasarkan presentase tertinggi urutan aspek kecerdasan emosional

¹ Goleman, Daniel (alih bahasa oleh T. Hermaya), 2003. *Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta. PT. Gramedia Pustaka Utama. H. 56

adalah sebagai berikut: (1) mengenali emosi diri (29,66%); (2) membina hubungan baik (28,81%); (3) memotifasi diri sendiri (25,42%); (4) mengelola emosi orang lain (24,57%), dan (5) mengelola emosi (21,18%) Dengan hasil tersebut maka peneliti mengajukan layanan konseling kelompok menggunakan musik untuk meningkatkan kecerdasan emosional, hal ini selaras dengan pendapat Septa Elfira. Memaparkan bahwa bahwa musik klasik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosional anak. Hal tersebut dibuktikan dengan perbedaan hasil selisih antara kelompok kontrol (kelompok yang tidak diberi perlakuan musik apapun), dengan kelompok eksperimen (kelompok yang diberi perlakuan musik klasik) cukup signifikan. Selain itu, penelitian ini menyebutkan bahwa musik klasik dapat dimanfaatkan sebagai media dalam upaya mengembangkan kecerdasan emosional anak.²

Berdasarkan analisis data menunjukkan adanya perbedaan kecerdasan emosional peserta didik setelah di laksanakan layanan kelompok menggunakan musik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan menggunakan musik menjadi lebih baik.

² Septa Elfira ‘‘Hubungan Karakter Musik Klasik Dan Pop-Jazz Dengan Kecerdasan Emosional (EQ) Mahasiswa jurusan Musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta’’(On-Line). Tersedia di: <http://journal.isi.ac.id/nex.php/saraswati/article/view/1005> (4 Mret 2017)

Adapun peningkatan kecerdasan emosional dapat dilihat melalui indikator kecerdasan emosional, menurut Crow and Crow yaitu:

(a) Mengenal Emosi Diri

Mengenal emosi diri adalah kesadaran diri yaitu tentang perasaan sewaktu perasaan terjadi, kemampuan mengenali emosi diri merupakan dasar kecerdasan emosional. Kesadaran diri berarti waspada baik terhadap suasana hati. Kesadaran diri berarti dapat menjadi pemerhati yang tidak reaktif dan tidak menghakimi keadaan-keadaan batin. Waspada berarti berada di atas aliran emosi bukan atau berada dalam aliran emosi. Kekurangan waspada terhadap perasaan diri dapat membawa bahaya yang besar karena dapat menjadi mudah larut dalam aliran emosi. Situasi kekerasan yang terjadi sedikit banyak merupakan hasil perbudakan emosi. Perbudakan emosi dapat kita hindari jika kita memiliki pemahaman tentang perasaan sendiri. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi. Kemampuan mengenali emosi merupakan persyaratan penting untuk mengenali emosi. Pemahaman akan perasaan memudahkan untuk mengendalikan emosi. Individu yang sadar akan emosinya sendiri umumnya mandiri dan yakin akan batas-batas yang dibangun, kesehatan jiwanya bagus dan cenderung berpendapat positif terhadap kehidupan. Bila suasana hatinya sedang buruk, tidak larut didalamnya dan mampu melepaskan diri dari

suasana hal itu dengan lebih cepat. ketajaman pola pikir dapat mengatur emosi.

(b) Mengelola dan Mengekspresikan Emosi

Mengelola emosi berarti menanggapi perasaan agar perasaan terungkap sesuai dengan kesadaran diri. mengelola emosi dapat juga berarti penguasaan diri yaitu kemampuan untuk menghadapi badai emosi yang terjadi dan bukan budak nafsu. pengendalian bukan berarti menekan emosi tetapi merupakan keseimbangan emosi, setiap perasaan mempunyai nilai dan makna. Aristoteles dalam Goleman menyatakan yang dikehendaki adalah emosi yang wajar, keselarasan antara perasaan dan lingkungan. Apabila emosi terlampau ditekan maka akan tercipta kebosanan. emosi yang tidak dikendalikan atau terlampau ekstrim dapat menjadi sumber penyakit. Jika kemampuan di atas dapat dikuasai dan dapat dikelola dengan baik akan memberikan keuntungan. orang yang mampu mengelola emosi dengan baik dapat melawan emosi murung, marah, serta lebih mampu cepat menguasai perasaan-perasaan dan bangkit kembali dalam kehidupan emosi yang normal. individu yang rendah kemampuan emosinya cenderung pesimis terus menerus, bertarung melawan perasaan murung dan mudah marah.

(c) Memotivasi Diri

Menata emosi sebagai alat ukur untuk mencapai tujuan merupakan hal penting dalam berkenaan dengan memberikan perhatian dalam memotivasi diri sendiri menguasai diri sendiri serta untuk bereaksi. Kendali diri emosional menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Orang yang memiliki keterampilan memotivasi diri cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apaun yang mereka kerjakan. orang yang mampu memotivasi diri sendiri adalah orang yang memiliki ciri-ciri mampu mengendalikan kecemasan, memiliki pola pikir yang positif, optimism, mampu mencapai keadaan Flow yaitu keadaan ketika seseorang sepenuhnya terserap kedalam apa yang sedang dikerjakannya, perhatiannya hanya terfokus pada apa yang sedang dikerjakannya, serta kesadaran menyatu dengan tindakan. Kemampuan memotivasi diri dalam hal ini diartikan sebagai kemampuan-kemampuan untuk membangkitkan dorongan-dorongan dan minat-minat agar dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai.

(d) Mengenal Emosi Orang Lain

Mengenal emosi orang lain merupakan untuk membaca perasaan orang lain yang ditampakkannya melalui isyarat-isyarat yang ditangkap. Ciri orang yang mampu mengendalikan emosi orang lain adalah mampu berempati. Empati diartikan sebagai kemampuan yang bergabung pada kesadaran diri yang merupakan “keterampilan bergaul” dasar. Individu yang memiliki empati

tinggi lebih mampu untuk menangkap sinyal-sinyal yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang lain.

(e) Membina Hubungan

Membina hubungan dengan orang lain adalah keterampilan-keterampilan untuk berhubungan dengan orang lain yang merupakan kecakapan emosional yang mendukung keberhasilan dalam bergaul dengan orang lain. Keterampilan membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan. Individu yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang berhubungan dengan pergaulan interaksi dengan orang lain.³

2. Efektivitas Penerapan Musik Terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung

Uji efektivitas kecerdasan emosional diperoleh dengan membandingkan tingkat kecerdasan emosional peserta didik sebelum dilakukan layanan konseling kelompok menggunakan musik dan setelah dilakukan layanan konseling kelompok menggunakan musik, yang menunjukkan adanya pengaruh layanan konseling kelompok menggunakan musik terhadap kecerdasan emosional peserta didik. Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data hasil uji efektivitas menggunakan analisis statistik yakni *uji t*, diperoleh gambaran

³ Teori kecerdasan emosi menurut para ahli” (On-Line) tersedia di: <http://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/vview/3070>

bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* kelompok eksperimen. Sebagaimana dijelaskan pada tabel 21:

Tabel 21
Kecerdasan Emosional Peserta Didik Sebelum dan Sesudah
Pelaksanaan Konseling Kelompok Menggunakan Musik

Kecerdasan emosional	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik uji t	Sig	Sig.2 Tailed	Keterangan
Pre-test	38.4000	6.68664	36.80000	14.727	0,169	0,000	Signifikan
Pos-test	75.2000	4.21110					

Dari data tersebut diketahui bahwa terjadi peningkatan kecerdasan emosional peserta didik, sebelum diberi perlakuan/pre-test nilai rata-rata 38,4000 setelah melaksanakan konseling kelompok menggunakan musik/ pos-tes nilai rata-rata meningkat menjadi 75,2000, jadi dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok menggunakan musik efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan pada tujuan penelitian, dan hasil pembahasan penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Gambaran awal tingkat kecerdasan emosional peserta didik kelas X SMA YP Unila Bandar Lampung sudah cukup baik, yang artinya menunjukkan bahwa peserta didik sebagian besar sudah memahami kecerdasan emosional yang baik, namun belum mampu secara *continue* menerapkan sikap dan perilakunya dalam kehidupan sehari-hari. Peserta didik yang telah memiliki tingkat kecerdasan emosional yang cukup baik ditandai dengan: (a) peserta didik sudah mampu mengelola emosi diri dengan baik kemampuan mengenali emosi diri merupakan dasar kecerdasan emosional agar mampu memanager diri sendiri (b) peserta didik mampu mengelola dan mengekspresikan diri secara baik dan memiliki penguasaan diri yang baik serta dapat menangani perasaan agar perasaan terungkap sesuai dengan kesadaran diri; (c) peserta didik mampu memotivasi diri dengan baik. Orang yang memiliki keterampilan memotivasi diri cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apaun yang mereka kerjakan; (d) peserta didik sudah mampu mengenali emosi diri dan orang lain, adapun ciri orang yang mampu

mengendalikan emosi orang lain adalah mampu berempati; (e) peserta didik mampu membina hubungan dengan baik keterampilan-keterampilan untuk berhubungan dengan orang lain yang merupakan kecakapan emosional yang mendukung keberhasilan dalam bergaul dengan orang lain. keterampilan membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan. Adapun hasil penelitian kecerdasan emosional pada peserta didik kelas XI SMA YP Unila Bandar Lampung bahwa terdapat terdapat peningkatan kecerdasan emosional sebanyak 36,8% pada kelompok eksperimen dari 38,40% menjadi 75,20%, sedangkan pada kelompok kontrol peningkatan kecerdasan emosional sebanyak 26,6% dari 37,5% menjadi 61,7%.

Secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa penerapan musik efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik. Efektivitas konseling kelompok menggunakan musik ditandai dengan adanya peningkatan kecerdasan emosional peserta didik. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan dan perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest*.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan meningkatkan kecerdasan emosional sehingga dapat mencapai tujuan agar mampu mengelola emosi dengan baik.

2. Guru bimbingan dan konseling agar dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara optimal untuk membantu meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik. Didalam proses konseling,
3. Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan dua jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling untuk membantu perkembangan peserta didik.
4. Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai kecerdasan emosional hendaknya dapat bekerjasama dengan pihak lain seperti orang tua maupun guru wali kelas/mata pelajaran, serta sebelum diadakan konseling kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah-masalah terkait kecerdasan emosional peserta didik secara mendalam.
5. Untuk peneliti selanjutnya disarankan bahwa musik POP adalah salah satu jenis musik yang digandrungi oleh masa remaja, karena jenis musik POP merupakan jenis musik yang lebih netral di segala kalangan dan usia

DAFTAR PUSTAKA

- Al- Quran dan Terjemahannya*. 2007. Departemen Agama RI, (Bandung: Al-Hikmah)
- Abdurrahman Fatoni. 2011. “ *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*”. (Jakarta: Rineka Cipta)
- Yulianta Untung Agus.19 november 2011.”kajian psikologi musik dalam membangun karakterbangsa”(online).Tersediadi:<http://stafnew.uny.ac.id/upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pdf> (4 Maret 2017)
- Sudijono Anas,2008. “ *Pengantar Statistik Pendidikan*, Raja Grafindo”, (Jakarta)
- Anonim, Mei 2012. “Pengertian Kecerdasan Emosional Menurut Para Ahli Faktor”, *Rumah Kemuning.com*, <http://rumahkemuning.com>, , (9 Desember 2013).
- Sutoyo Anwar,2012” *Pemahaman Individu*” (Yogyakarta: Pustaka Pelajar).
- Djohan, 2016. ”*psikologi musik*”,(yogyakarta:penerbit indonesia cerdas).
- Drs, A. Winamo ,m.Sc,2001. “*Kecerdasan Emosional*,” (lembaga administrasi negara)
- Andriani Fera,2017. “Teori Belajar Brhavioristik dan Pandangan Islam Tentang Behavioristik”(On-Line). Tersedia di: ejournal.koopertais4.or.id-article-view/
- Fera andriyani 4 maret 2017 .op.cit.”*teori belajar behavioristik dan pandangan islami tentang behavioristik*”(online)
- HerliaWati,2016. “*Metode Penelitian*” (online) tersedia:[Http://herliamer.blogspot.com/2012/05/babIV.html](http://herliamer.blogspot.com/2012/05/babIV.html),
- Indri dwi insani “pengaruh musik terhadap kecerdasan emosional anak kelompok A di tk kartika surabaya” (On-Line) tersedia di: <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai-/voew/3070>
- “Kajian psikologi musik dan emosional universitas sumatera utara” (On-Line) tersedia di: [repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/23607/chapter II.pdf;cf11c2709f625c57720130143076/square](http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/23607/chapterII.pdf;cf11c2709f625c57720130143076/square)
- UI hasanat Nida “kajian toritis pengaruh art therapy dalam mengurangi kecemasan fakultas psikologi gajah mada” (On-Line), tersedia di:<https://www.scribd.com/mobile/presentation/346737914/art-therapy>

Sastri Damara Prinska 2013. “ kecerdasan emosional pada pemusik di urusan seni musik UPI” (On-Line) tersedia di: <http://docplayer.info42379346-prinska-damara-sastri-2013.html>

Sakti Satria “eksperimen mengenai emosi oleh musik bahagia dan sedih dengan volume tertentu fakultas psikologi universitas sanata dharma” (On-Line) tersedia di: <https://zh.scribd.com/mobile/document/332538777/069114012--full>

Elfira Septa 2017. “Hubungan Karakter Musik Klasik Dan Pop-Jazz Dengan Kecerdasan Emosional (EQ) Mahasiswa jurusan Musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta” (On-Line). Tersedia di: <http://journal.isi.ac.id/nex.php/saraswati/article/view/1005> (4 Maret 2017)

Ngalifah Siti 2010. “pengaruh musik klasik terhadap kecerdasan emosional anak di tk kemala bayangkari 06 glondong tirtomatani sleman yogyakarta tahun ajaran 2009/2010” (On-Line). Tersedia di: <http://disilib.uin.ac.id/4356/1/bab%201%20civ.pdf>

Sugiono, 2013. “Statistik untuk Penelitian” (Bandung: Alfabeta).

Sugiyono, 2013. “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D,” (Bandung, Alfabeta).

“Teori kecerdasan emosi menurut para ahli” (On-Line) tersedia di: <http://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/vview/3070>

“Unsur-unsur dalam musik” 2017 (On-Line). Tersedia di: www.e-journal.com/2013/12/fungsi-musik-menurut-william.html/.

“15 Genre Musik Yang Mempengaruhi Mood Seseorang” (On-Line) Tersedia di: <https://hellosehat.com/ini-dia-efek-genre-musik-terhadap-mood-kita/> (11 April 2017)

