

**TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN  
KECERDASAN EMOSIONAL SISWA DI PANTI ASUHAN YATIM  
MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO**

**SKRIPSI**



Disusun oleh :

**ADI PURWANTO**

**NIM. 17.12.21.111**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2022**

**TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN  
KECERDASAN EMOSIONAL SISWA DI PANTI ASUHAN YATIM  
MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Jurusan Dakwah dan Komunikasi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Disusun oleh :

**ADI PURWANTO**

**NIM. 17.12.21.111**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2022**

## **NOTA PEMBIMBING**

**GALIH FAJAR FADILLAH, M.Pd.**

**DOSEN PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
UNIVERSITAS RADEN MAS SAID SURAKARTA**

### **NOTA PEMBIMBING**

Hal : Skripsi Sdr. Adi Purwanto

Lamp : -

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

UIN Raden Mas Said Surakarta

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh,*

Setelah membaca, meneliti, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap saudara:

Nama : Adi Purwanto

NIM : 171221111

Judul : **Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo**

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada Sidang Munaqosyah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Raden Mas Said Surakarta.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh*

Surakarta, 30 Agustus 2022

Pembimbing,



Galih Fajar Fadillah, M.Pd.

NIK.19900807 201701 1 129

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adi Purwanto  
NIM : 171221111  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi yang berjudul “**Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo**” adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Surakarta, 30 Agustus 2022

Yang menyatakan,



Adi Purwanto

17.12.21.111

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN**  
**KECERSADASAN EMOSIONAL SISWA DI PANTI ASUHAN YATIM**  
**MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO**

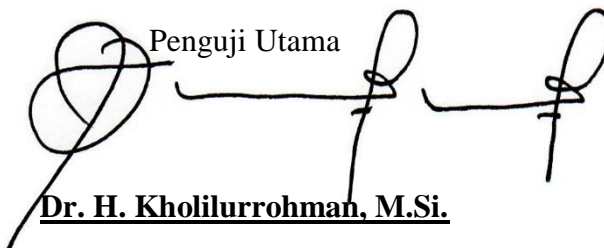
**Disusun Oleh:**

**ADI PURWANTO**

**NIM. 171221111**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta Pada Tanggal 08 September 2022 dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial.

Surakarta, 15 September 2022

Penguji Utama  
  
**Dr. H. Kholilurrohman, M.Si.**

**NIP. 19741225 200501 1 005**

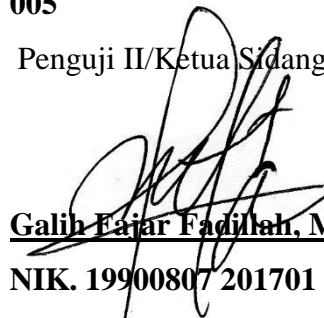
Penguji I/Sekretaris Sidang



**Lintang Seira Putri, M.A.**

**NIP. 19910414 201903 2 011**

Penguji II/Ketua Sidang



**Galih Fajar Fadillah, M.Pd.**

**NIK. 19900807 201701 1 129**

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

UIN Raden Mas Said Surakarta



**Dr. Islah, M.Ag.**

**NIP. 19730522 200312 1 001**

## **PERSEMBAHAN**

Dalam perjuangan dan kerja keras kupersembahkan karya tulis skripsi ini untuk orang-orang yang selalu hadir memberikan doa dan dukungannya. Kupersembahkan bagi mereka yang selalu mendukung kerja kerasaku, yaitu :

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak Heri Purwanto dan Ibu Suwarni yang telah membesarkan, selalu memberikan kasih sayang, dan selalu mendo'akan dalam setiap sujud dan tahajudnya, serta doa yang selalu diberikan untuk anaknya dalam menempuh pendidikan khususnya dan kebaikan bagi anaknya.
2. Keluarga besar yang selalu mendukung dan mendo'akan, selalu memberi saran yang baik dan motivasi untuk keberhasilanku.

## **MOTTO**

Orang pesimis selalu melihat kesulitan dalam setiap kesempatan,  
tapi orang optimis selalu melihat kesempatan dalam setiap kesulitan.

Ali Bin Abi Tholib

## ABSTRAK

Adi Purwanto (17.12.21.111). **Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo** Program studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2022.

Siswa di panti asuhan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal barunya sehingga menyebabkan siswa belum bisa mengelola emosinya dengan baik. Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan siswa. Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional harus dimulai dari diri sendiri melalui teknik *self management*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses teknik *self management* dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan naratif. Subyek berjumlah empat orang terdiri dari dua koordinator panti dan dua remaja yang dipilih dengan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Dalam penelitian ini keabsahan data menggunakan triangulasi sumber. Teknik analisis data dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Penelitian ini menggunakan teknik *self management*, proses pelaksanaan konseling dilakukan dengan tahapan 1. Tahap observasi diri atau monitori diri, dimana siswa melakukan dengan membuat rancangan target yang ingin dicapai dan cara mencapainya. Kemudian siswa membuat target untuk menjadikan perilaku sebelumnya yang dirasa kurang sesuai menjadi lebih terarah. 2. Tahap evaluasi diri, siswa mengevaluasi tugas yang diberikan. Kemudian siswa akan membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah dilakukannya *treatment*. 3. Tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman, dimana siswa diberikan motivasi, siswa juga diberikan hukuman jika tidak bisa melakukan perubahan pada tingkah lakunya. Hasil penelitian menunjukkan dampak dari *self management* yaitu siswa menunjukkan perubahan yang signifikan dari segi pola pikir dan tingkah laku, perilaku siswa yang lain seperti mudah marah, kurang mampu menyusun rencana, dan tidak bertanggung jawab sudah mulai jarang terlihat pada siswa.

**Kata Kunci : Kecerdasan Emosional, Siswa, Teknik *Self Management***



## ***ABSTRACT***

Adi Purwanto (17.12.21.111). **Techniques *Self Management* to Improve Emotional Intelligence of Students at the Grogol Sukoharjo Muhammadiyah Orphanage** Study Program of Islamic Guidance and Counseling, Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Raden Mas Said State University Surakarta, 2022.

Students at the orphanage have difficulty adjusting to their new living environment, causing students to not be able to manage their emotions well. Emotional intelligence is one of the factors that influence the success of student education. One effective way to increase emotional intelligence must start from oneself through *self-management techniques*. The aim of this research is techniques *self-management* in improving students' emotional intelligence.

This study uses a qualitative research method with a narrative approach. The subjects consisted of four people consisting of two orphanage coordinators and two teenagers who were selected by *purposive sampling*. Data collection techniques in the form of interviews, observation and documentation. In this study the validity of the data using source triangulation. Data analysis techniques with data reduction, data presentation, and drawing conclusions.

This study uses *self-management*, the process of implementing counseling is carried out in stages 1. The stage of self-observation or self-monitoring, where students do plan the targets to be achieved and how to achieve them. Then students make targets to make the previous behavior that was felt less appropriate to be more focused. 2. Self-evaluation stage, students evaluate the given task. Then students will compare behavior before and after *treatmentt*. 3. The stage of giving reinforcement, elimination and punishment, where students are given motivation, students are also given punishment if they cannot make changes to their behavior. The results of the study show the impact of *self-management* , namely: students showed significant changes in terms of thought patterns and behavior, other student behaviors such as irritability, inability to plan, and irresponsibility had begun to be rarely seen in students.

**Keywords: Emotional Intelligence, Students, *Self Management Techniques***

## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb*

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunianya, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial, kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Penulis menyadari bahwa karya skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

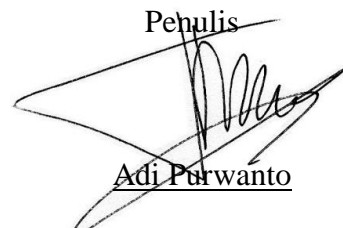
1. Bapak Prof. Dr. Mudhofir, S.Ag., M.Pd selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Dr. Islah, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
3. Bapak Dr. Agus Wahyu Triatmo, M.Ag selaku Kepala Jurusan Dakwah Dan Komunikasi Fakultas Ushuludin dan Dakwah.
4. Bapak Dr. H. Lukman Harahap, S.Ag., M.Pd selaku sekretaris jurusan dakwah dan komunikasi Fakultas Ushuludin Dan Dakwah
5. Bapak Alfin Miftakhul Khairi, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan Konseling Islam Jurusan Dakwah dan Komunikasi Fakultas Ushuludin dan Dakwah.
6. Bapak Dr. H. Kholilurrohman, M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan ilmu dan arahnya kepada saya dan sebagai Penguji Utama yang telah menguji, memberikan saran, dan kritik yang membangun, sehingga skripsi ini bisa lebih baik untuk kedepannya.
7. Bapak Galih Fajar Fadilah, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang selalu meluangkan waktunya, memberikan masukan serta motivasi untuk menyelesaikan skripsi.

8. Ibu Lintang Seira Putri, M.A selaku Penguji I yang telah menguji, memberikan saran dan kritik yang membangun sehingga skripsi ini bisa lebih baik.
9. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu yang luar biasa.
10. Staff Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan pelayanan yang baik.
11. Staff UPT Perpustakaan UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan pelayanan dengan baik.
12. HA Djazim Djuwairi, B.A selaku Kepala Panti yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian dan memberikan pelayanan yang baik.
13. Seluruh Pengasuh Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol yang telah banyak membantu dalam pengambilan data, sehingga skripsi ini menjadi lebih baik lagi.
14. Seluruh Siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol yang telah berkenan membantu berjalannya proses penelitian skripsi.
15. Teman-teman BKI angkatan 2017, khususnya kelas BKI C yang selalu memberikan banyak kesan, pesan dan semangat yang luar biasa kepada saya. Memberikan do'a selama ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
16. Almamater tercinta, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, semua pihak yang tidak bisa saya jelaskan dan sebutkan satu-persatu. Terimakasih segala bantuannya dalam menyusun skripsi ini. Semoga Allah SWT memberikan balasan untuk keikhlasan yang telah diberikan.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb*

Surakarta, 30 Agustus 2022

Penulis



Adi Purwanto

NIM : 17.12.21.111

## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                                   | <b>i</b>    |
| <b>NOTA PEMBIMBING .....</b>                                 | <b>ii</b>   |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>               | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>                               | <b>iv</b>   |
| <b>PERSEMBAHAN.....</b>                                      | <b>v</b>    |
| <b>MOTTO .....</b>   | <b>vi</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>   | <b>vii</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>  | <b>viii</b> |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                   | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                       | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                                     | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                    | <b>xv</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                 | <b>xvi</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                              | 1           |
| B. Identifikasi Masalah .....                                | 6           |
| C. Pembatasan Masalah.....                                   | 6           |
| D. Rumusan Masalah .....                                     | 6           |
| E. Tujuan Penelitian .....                                   | 6           |
| F. Manfaat Penelitian .....                                  | 7           |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>                           | <b>8</b>    |
| A. <i>Self Management</i> .....                              | 8           |
| 1. Pengertian <i>Self Management</i> .....                   | 8           |
| 2. Tujuan <i>Self Management</i> .....                       | 9           |
| 3. Aspek-aspek <i>Self Management</i> .....                  | 9           |
| 4. Tahap-tahap <i>Self Management</i> .....                  | 11          |
| B. Kecerdasan Emosional .....                                | 13          |
| 1. Pengertian Kecerdasan Emosional .....                     | 13          |
| 2. Ciri-ciri Kecerdasan Emosional.....                       | 14          |
| 3. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....                     | 15          |
| 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional..... | 17          |

|   |           |
|---|-----------|
| C. Pengasuh.....  | 19        |
| 1. pengertian pengasuh.....   | 19        |
| 2. Kriteria menjadi pengasuh.....                                   | 19        |
| D. Siswa.....   | 20        |
| 1. Pengertian siswa.....  | 20        |
| 2. Sifat-sifat dari anak didik (siswa).....                         | 21        |
| E. Hasil Penelitian yang Relevan .....                              | 21        |
| F. Kerangka Berpikir.....   | 25        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>                               | <b>29</b> |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian.....                                 | 29        |
| 1. Tempat Penelitian.....   | 29        |
| 2. Waktu Penelitian .....   | 30        |
| B. Jenis Penelitian .....   | 30        |
| C. Subjek Penelitian .....  | 31        |
| D. Teknik Pengumpulan Data .....                                    | 32        |
| E. Keabsahan Data .....   | 34        |
| F. Teknik Analisis Data .....                                       | 34        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>                  | <b>37</b> |
| A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....                                 | 37        |
| 1. Profil Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol.....               | 37        |
| 2. Sejarah Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol.....              | 37        |
| 3. Visi dan Misi Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol .....       | 38        |
| 4. Sasaran Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol .....             | 39        |
| 5. Kegiatan Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol .....            | 39        |
| 6. Susunan Pengurus Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol.....     | 40        |
| B. Hasil Temuan .....   | 40        |
| C. Tahapan <i>Self Management</i> .....                             | 41        |
| 1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional.....        | 44        |
| 2. Dampak <i>Self Management</i> Terhadap Kecerdasan Emosional..... | 46        |
| D. Pembahasan.....  | 51        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>   | <b>59</b> |
| A. Kesimpulan .....   | 59        |
| B. Keterbatasan Penelitian .....                                    | 59        |
| C. Saran.....   | 60        |

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b> | <b>61</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>       | <b>64</b> |

## **DAFTAR TABEL**

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 Waktu Penelitian .....          | 30 |
| Tabel 3.2 Identitas Subjek Primer .....   | 32 |
| Tabel 3.3 Identitas Subjek Sekunder ..... | 32 |
| Tabel 3.4 Kegiatan Panti .....            | 39 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Gambar 1 Kerangka Berpikir ..... | 28 |
|----------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup .....      | 64 |
| Lampiran 2 Panduan Observasi .....         | 65 |
| Lampiran 3 Transkrip Hasil Observasi.....  | 66 |
| Lampiran 4 Panduan Wawancara.....          | 69 |
| Lampiran 5 Transkrip Hasil Wawancara ..... | 70 |
| Lampiran 6 Dokumentasi .....               | 92 |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sebagai manusia kita harus senantiasa bersyukur atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT. Memiliki badan yang sehat, karir yang sukses dan keluarga yang utuh merupakan idaman bagi setiap individu. Di sisi lain, hal tersebut tidak serta merta bisa diperoleh begitu saja. Di dalam kehidupan, terdapat individu yang memiliki finansial yang kurang namun memiliki keluarga yang utuh, dan ada pula individu yang memiliki finansial yang cukup, tetapi tidak memiliki keluarga. Hal ini relevan dengan siswa yang tinggal di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Keberuntungan yang tidak dirasakan siswa panti menjadikan mereka harus tinggal di panti asuhan. Mayoritas dari siswa panti yang tinggal di sini disebabkan oleh kesulitan finansial pada keluarganya, tidak memiliki orang tua (meninggal dunia), dan korban *broken home*. Di panti ini, terdapat 32 siswa laki-laki. Mereka harus meninggalkan keluarganya dan tinggal di panti asuhan. Dari perubahan kondisi lingkungan itulah menyebabkan siswa harus melakukan adaptasi lagi.

Kebiasaan siswa dari lingkungan tempat tinggalnya, masih melekat pada dirinya hingga terkadang beberapa kebiasaan siswa masih muncul ketika sudah tinggal di panti. Hal itu membuat siswa menjadi kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal barunya sehingga menyebabkan siswa belum bisa mengelola emosinya dengan baik. Hal ini dikarenakan siswa yang ada di panti tidak bisa menemukan lingkungan yang dapat menggantikan fungsinya sebagai keluarga. Sejalan dengan pandangan Syamsu Yusuf (2009), Sehingga siswa akan mengalami kegoncangan emosi yang disebabkan oleh tekanan dan ketegangan dalam mencapai kematangannya.

Allah SWT menciptakan manusia di dunia ini dalam bentuk yang sempurna yang berperan sebagai khalifah di muka bumi dengan kebutuhan emosional, fisiologis, dan spiritual yang kompleks. Islam menghargai ketiga elemen tersebut dengan setara. Islam pun tak luput mengajarkan umatnya untuk

bersikap moderat dalam beragama mesti diiringi dengan hal penting lainnya, seperti kemampuan individu untuk mengendalikan emosinya. Emosi dalam perspektif Islam identik dengan nafsu yang dianugerahkan oleh Allah SWT. Nafsu inilah yang dapat membawa menjadi hal baik maupun jelek.

Dalam pandangan El-Sulthani (2002), menyebutkan bahwa nafsu terdiri dari lima yaitu nafsu amarah, nafsu rendah, nafsu lawwamah, nafsu mussawilah, dan nafsu mutmainah. Oleh karena itu, individu harus mampu mengendalikan emosinya dengan baik. Emosi secara bahasa berasal dari kata *movere* yang artinya bergerak, menggerakkan, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Menurut Goleman (2015), emosi merupakan dorongan dalam bertindak dan rencana untuk mengatasi masalah. Individu yang dapat mengontrol emosinya adalah individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam bahwa Allah SWT memerintah kita dalam mengontrol dan mengendalikan emosi supaya menjadikan kita sebagai manusia yang memiliki kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengenal perasaannya maupun perasaan orang lain, dan kemampuan mengelola emosi yang baik dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Individu yang mampu mengetahui dan memahami perasaan diri sendiri dan orang lain merupakan ciri individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi. Individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung tidak memiliki rasa gelisah, tidak rewel, tidak menarik diri, dan mengekspresikan kemarahan di saat yang tepat (Nurita, 2012).

Dalam hal ini, kecerdasan emosional semakin perlu dipahami, dimiliki, dan diperhatikan bagi kehidupan setiap individu karena mereka memiliki tingkat emosi yang berbeda. Kemampuan individu dalam mengelola emosinya dengan baik menjadi suatu yang bermanfaat bisa menjadi kecerdasan emosional dalam diri setiap individu. Kecerdasan emosional ini tidak muncul begitu saja melainkan timbul karena adanya beberapa faktor. Goleman (2015) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional terdiri dari faktor internal yang berasal dari dalam diri yang dipengaruhi oleh keadaan otak

emosional individu, dan faktor eksternal yang berasal dari luar individu seperti lingkungan keluarga dan faktor lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo pada bulan Oktober, diketahui bahwa siswa belum bisa mengelola kecerdasan emosionalnya dengan baik. Hal ini ditunjukkan dengan sikap siswa laki-laki berinisial OAI dan MYM seperti : 1. Pemaarah, hal ini terlihat kedua siswa tersebut sangat sensitif, sering kali kehilangan kesabaran dan kesal terhadap hal yang tidak jelas, 2. Sulit mengontrol emosi, kedua siswa tersebut sering berkelahi kurang lebih satu minggu sekali terhadap hal yang sepele seperti mengejek satu sama lain, 3. Kurang memotivasi diri, tidak adanya target dalam kehidupannya sehingga kebiasaan buruk masih melakat, 4. Tidak bertanggung jawab, seringkali aktif menantang atau menolak untuk mematuhi permintaan atau aturan yang dibuat oleh pihak panti asuhan. Selain itu, peneliti juga melihat OAI dan MYM sedang bercanda, kemudian MYM merasa tersinggung dengan perkataan yang dilontarkan OAI. Tidak lama kemudian MYM berbicara kotor dan langsung memukul OAI yang berada disampingnya. Kejadian ini diketahui oleh pengasuh panti namun MYM tidak menghiraukannya. Dari peristiwa tersebut menggambarkan bagaimana kondisi emosional MYM yang mudah tersinggung dan berperilaku kasar, sedangkan OAI tidak menunjukkan sikap bijaksananya untuk meminta maaf terhadap MYM. Kedua siswa ini belum mampu mengelola kecerdasan emosionalnya dengan baik. (Observasi, 20 Oktober 2021).

Hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan pengasuh Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yang berinisial Ibu NH, beliau mengatakan bahwa terdapat dua siswa yang berinisial OAI dan MYM di panti tersebut yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Hal ini dikarenakan kedua siswa tersebut memiliki sikap yang mudah marah, sulit mengontrol emosi, kurang memotivasi diri, dan tidak bertanggung jawab ketika diarahkan oleh ustadz maupun pengasuh panti. Selain itu, OAI dan MYM selalu marah dan berbicara dengan nada suara tinggi ketika diarahkan untuk menyelesaikan hafalan Al-Qur'an oleh ustadz maupun pengasuh panti. Dari hasil wawancara

tersebut menggambarkan OAI dan MYM belum memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik (Wawancara Ibu NH, 23 Oktober 2021).

Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang masih kurang dapat diminimalisir melalui kegiatan bimbingan atau konseling. Dalam penelitian ini, peneliti memilih pendekatan *behavior* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Pendekatan *behavior* dipilih karena konsepnya, bahwa semua tingkah laku adaptif dan maladaptif dapat dipelajari. Selain itu, layanan ini dapat dilakukan secara lebih mendalam kepada individu yang bersangkutan. Teknik yang dipilih peneliti untuk diterapkan oleh pengasuh panti kepada siswa panti dalam penelitian ini yaitu teknik *self management*.

Menurut Komalasari, dkk (2016) *self management* atau manajemen diri merupakan prosedur dimana seseorang mengatur perilakunya sendiri. Hal ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar seperti menentukan perilaku, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diharapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Manajemen diri juga dapat digunakan untuk mengatur pikiran, perasaan, perilaku pribadi, dan lingkungan sekitarnya. *Self management* merupakan teknik yang ditujukan untuk menata perilaku seseorang yang bertujuan mengelola pribadinya dan mengarahkan diri supaya mencapai kehidupan yang produktif (Suwardani dkk, 2014).

Teknik *self management* juga memudahkan peneliti dalam menggali data melalui manajemen diri siswa di panti asuhan. Proses penerapan *self management* dilakukan di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yang diberikan pembimbing atau guru dalam mengatasi kemampuan kecerdasan emosional siswa yang masih kurang. *Self management* yang dilakukan di panti, diharapkan mampu menjadikan siswa panti memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dirinya dengan baik. Siswa dapat dikatakan memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang baik apabila mampu memotivasi diri (*self motivation*), penyusunan diri (*self organization*),

pengendalian diri (*self control*), dan pengembangan diri (*self development*) Gie (2000).

Selain dari diri siswa sendiri, pihak panti juga mengarahkan siswa agar dapat mengontrol emosinya dengan melakukan aktivitas, seperti beristigfar, berwudhu, sholat, membaca Al-Qur'an yang bertujuan untuk menenangkan pikiran siswa. Hal ini dilakukan agar siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah, dapat memanajemen diri dengan baik dan dapat mengontrol emosinya dengan melakukan hal-hal yang positif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Annisa (2017) dengan judul Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan kecerdasan emosional setelah melaksanakan layanan *behavioral* dengan teknik *self management*.

Penelitian yang relevan juga dilakukan oleh Thofa (2016), dengan judul Mengatasi Rendahnya Kecerdasan Emosional Melalui Layanan Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas XI SMA N 1 Jekulo Kudus. Hasil penelitian menunjukkan perubahan perilaku kecerdasan emosional menjadi meningkat oleh tiga subyek setelah diberikan teknik *self management*. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai *self management* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di panti asuhan. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi calon konselor dan menjadi bekal keterampilan jika ke depannya ia mendapatkan klien dengan permasalahan yang serupa. Dari paparan diatas, perlu adanya penelitian yang lebih mendalam yang kaitannya dengan kasus-kasus siswa yang mengalami kecerdasan emosional rendah di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo, dimana spesifikasinya merujuk pada "Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo".

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari pemaparan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Siswa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal barunya (panti asuhan) sehingga menyebabkan siswa belum bisa mengelola emosinya dengan baik.
2. Perilaku siswa yang kurang baik seperti berkata kasar ketika tinggal bersama keluarganya terkadang masih terbawa ketika tinggal di panti asuhan.
3. Siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol belum mampu menemukan lingkungan yang dapat menggantikan fungsinya sebagai keluarga.
4. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan Ibu pengasuh panti, terdapat dua siswa panti berinisial OAI dan MYM yang memiliki sikap pemaarah, mudah tersinggung, berkata kasar, dan tidak bisa mengontrol emosinya.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka diperlukan adanya pembatasan masalah agar menghindari kesalahpahaman dalam memahami judul ini. Berdasarkan gejala perilaku yang muncul pada data awal peneliti membatasi masalah dan memfokuskan pada “Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan sikap Kecerdasan Emosional Siswa Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo”.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah : Bagaimana teknik *self management* yang dilakukan dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo?.

## **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah: “Untuk mendeskripsikan proses teknik *self management* dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah :

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi serta wawasan keilmuan Bimbingan Konseling Islam, terutama tentang menerapkan teknik *self management* dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Memberikan gambaran tentang standar teknik *self management* di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo sebagai bahan untuk melakukan langkah-langkah dalam menyelesaikan permasalahan pada siswa yang mengalami kecerdasan emosional rendah.
- b. Memberikan pengetahuan dan sumbangan pemikiran tentang cara mengatasi rendahnya kecerdasan emosional siswa dengan melalui teknik *self management*.
- c. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung tentang cara mengatasi rendahnya kecerdasan emosional melalui teknik *self management*.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kajian Teori

##### 1. *Self Management*

###### a. Pengertian *Self Management*

*Self management* adalah bagian dari pendekatan behavioral. Pendekatan *behavioral* bertujuan untuk mencoba mengubah perilaku seseorang secara langsung dan mengajarkan perilaku baru sehingga permasalahan akan mudah dihadapi. *Self management* merupakan cara individu mengelola diri sehingga tercipta pribadi yang sehat, efektif serta produktif untuk dapat mengelola perilaku secara universal, termasuk pikiran, perasaan, dan perkataan sesuai ajaran Allah SWT. Artinya *self management* merupakan dorongan diri sendiri untuk maju dan mengendalikan kemampuan untuk hal baik (Gie, 2000). Lebih lanjut Gie (2000) menyatakan *self management* yaitu suatu keterampilan yang dimiliki individu untuk mengatur seluruh unsur dalam kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan dengan tujuan untuk meraih hal-hal baik dan pengembangan diri.

Menurut Komalasari, dkk (2016) *self management* atau manajemen diri merupakan prosedur dimana seseorang mengatur perilakunya sendiri. Hal ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar seperti menentukan perilaku, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diharapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.

Dalam mengartikan *self management*, diperlukan pemahaman mengenai kemampuan dalam mengatur berbagai elemen dalam diri individu seperti perilaku, perasaan, maupun pemikiran. Menurut Suwardani, dkk (2014) *self management* merupakan teknik yang ditujukan untuk menata perilaku seseorang yang bertujuan mengelola pribadinya dan mengarahkan diri supaya mencapai kehidupan yang produktif.

Berdasarkan berbagai sumber dari penjelasan *self management*, dapat disimpulkan bahwa *self management* adalah kemampuan diri dalam individu untuk mengatur dan merubah dirinya dalam berbagai hal-hal seperti masalah yang menyimpang pada diri sendiri, kurang mempunya mengontrol hawa nafsu, dan strategi yang dapat mengembangkan diri menjadi lebih baik.

#### **b. Tujuan *Self Management***

Dalam memajemen diri atau merubah perilaku diri sendiri pasti memiliki maksut dan tujuan, adapun tujuan dari *self management* atau manajemen diri:

Menurut Rzkrahmaa (2018) tujuan dari manajemen diri agar memperoleh kebahagiaan diri sendiri, keberhasilan duniawi, dan dapat menempatkan diri pada situasi tertentu. Artinya individu dapat mengelola pemikirannya, ucapannya, perbuatannya juga perasaannya.

Menurut Retnowati & Hadi (2013), tujuan dari *self management* adalah dimana seseorang teliti dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang menyimpang. Bentuk pelaksanaannya antara lain *self monitoring* (pemantauan diri), *stimulus control* (pengendalian diri), dan *self reward* (penghargaan diri).

Berdasarkan berbagai sumber dari tujuan *self management*, dapat disimpulkan bahwa tujuan *self management* atau manajemen diri adalah dimana individu diharap mampu menempatkan diri pada situasi dan keadaan yang menghambat tingkah lakunya supaya mendapatkan kebahagiaan didunia maupun kebahagiaan diri sendiri.

#### **c. Aspek-Aspek *Self Management***

Adapun aspek-aspek dari teknik *self management* atau manajemen diri Menurut Komalasari, dkk (2016) ,menyatakan bahwa *self management* memiliki empat aspek untuk belajar diantaranya :

##### **1. Pemantauan diri (*Self Monitoring*)**

Pemantauan diri sangat berperan penting dalam penentuan hasil belajar yang diperoleh seseorang individu. Individu mengamati tingkah

lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Dalam pemantauan diri ini individu mengamati dan mencatat perilakunya yang menyimpang juga mengendalikan penyebab terjadinya permasalahan, sehingga permasalahan yang individu hadapi dapat diselesaikan dengan baik dan tidak menimbulkan permasalahan terhadap diri sendiri.

2. *Reinforcement* yang positif (*Self reward*)

Membantu konseli mengatur dan memperkuat perilakunya terhadap konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Hal ini berguna untuk menguatkan juga meningkatkan perilaku yang diinginkan. Dengan tujuan menjadikan individu mempunyai perilaku yang baik.

3. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*Self contracting*)

Perjanjian dengan diri sendiri adalah tahap untuk mengubah perilaku dengan melihat konsekuensi dan tujuan yang ingin dicapai. Hal ini jika individu mengalami perilaku yang menyimpang maka individu harus memberikan konsekuensi terhadap dirinya.

4. Penguasaan terhadap rangsangan (*Self control*)

Kemampuan seseorang untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar agar menghasilkan perilaku yang tidak merugikan orang lain. Dimana penguasaan ini menekankan untuk mempertahankan perilaku baru yang diinginkan.

Sementara Makhfud (2011), berpendapat bahwa *self management* memiliki aspek-aspek sebagai berikut ;

1. Pengelolaan waktu

Salah satu hal yang utama dari self management adalah waktu. Sama seperti kehidupan yang harus selalu dikelola dan dikendalikan dengan baik, waktu juga harus dikelola dan dikendalikan dengan sebaik mungkin agar tujuan atau sasaran dapat tercapai dengan efektif dan efisien.

2. Hubungan antar manusia

Individu selalu berhubungan satu sama lain dalam setiap aspek kehidupan, oleh karena itu hubungan antar manusia menjadi aspek

penting dalam self management. Efektif atau tidaknya hubungan antar manusia yang terjalin dapat mempengaruhi pencapaian hal-hal yang dinilai baik dalam kehidupan. Seseorang membutuhkan teman, sahabat, kekasih dalam hidup mereka.

### 3. Perspektif diri

Perspektif diri dapat terbentuk jika seseorang bisa melihat dirinya sendiri sama dengan pandangan orang lain saat melihatnya. Individu yang dapat melihat serta menilai diri dengan baik berarti telah jujur dan nyata dalam menilai dirinya. Oleh karena itu individu tersebut memiliki penerimaan diri yang lebih luas yang akhirnya akan mempermudah dalam *self management*.

Berdasarkan dari berbagai sumber dari aspek-aspek *self management*, maka dapat disimpulkan bahwa aspek *self management* meliputi pemantauan diri (*Self Monitoring*), *reinforcement* yang positif (*Self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*Self contracting*), penguasaan terhadap rangsang (*Self control*).

#### **d. Tahap-tahap *Self Management***

Menurut Komalasari, dkk (2011), *self management* biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah langkah sebagai berikut:

##### 1. Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Pada tahap ini individu mulai mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya. Mencatat yang dimaksud adalah catatan observasi kualitatif mengenai hal-hal yang perlu diperhatikan oleh individu dalam mencatat tingkah lakunya seperti frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

##### 2. Tahap Evaluasi Diri

Setelah pelaksanaan observasi diri, pada tahap ini individu membandingkan hasil catatan tingkah laku awal dengan target tingkah laku yang dibuat oleh individu. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah

target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, apakah perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau apakah strategi yang dilakukan tidak sesuai.

### 3. Tahap pemberi penguatan, penghapusan, dan hukuman

Setelah semua tahapan dilalui dan dianggap berhasil, maka perlu diadakan follow up dalam hal ini menggunakan teknik reinforcement pada diri sendiri. Konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri. Tahapan ini merupakan tahapan cukup sulit karena membutuhkan kemauan dan kesadaran diri untuk melanjutkan program telah dibuat secara kontinyu, atau bahkan tidak ingin melanjutkan program tersebut.

Penelitian lain diungkapkan Gunarsa (2004) bahwa tahapan *self managment* meliputi :

#### 1. Pemantauan diri

Proses siswa dimana dia mengamati dan mencatat maupun mencatat tentang perilakunya dalam interaksinya dengan lingkungan.

#### 2. *Reinforcment* yang positif

Proses *reinforcment* membantu siswa mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri.

#### 3. Kontrak dengan diri sendiri

Dalam kontrak dengan diri sendiri, ada beberapa langkah seperti :

- 1). Siswa membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perasaan dan perilakunya.
- 2). Siswa meyakini perilaku yang ingin diubah.
- 3). Siswa bekerja sama dengan sahabat/teman program manajemen diri yang dilakukannya.
- 4). Siswa akan menanggung resiko dengan program manajemen dirinya.
- 5). Pada dasarnya siswa yang harapkan mengenai perubahan perilakunya adalah untuk siswa itu sendiri.
- 6). Siswa menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama proses manajemen diri.

#### 4. Penguasaan terhadap rancangan

Teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau respon tertentu.

Kesimpulannya dari tahap-tahap *self management* ini adalah bahwa individu mengamati perilakunya kemudian mengevaluasi perilaku tersebut agar individu dapat mengatur dirinya sendiri kemudian memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri.

## **2. Kecerdasan Emosional**

### **a. Pengertian Kecerdasan Emosional**

Emosi secara bahasa berasal dari kata *movere* yang artinya bergerak, menggerakkan, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Emosi sendiri merupakan sebuah kecenderungan dalam bertindak, ketika individu akan bertindak maka emosi yang menjadi landasan mulanya sebelum bertindak. Goleman (2015) emosi pada dasarnya merupakan dorongan dalam bertindak dan rencana untuk mengatasi masalah. Seseorang yang dapat mengontrol emosinya adalah orang yang memiliki kecerdasan.

Menurut pengertian tradisional, kecerdasan adalah suatu kemampuan membaca, menulis, dan berhitung yang menjadi keterampilan di pendidikan formal (sekolah). Namun definisi kecerdasan tidak hanya itu saja, kecerdasan juga bisa diartikan dalam mengontrol emosinya yang disebut kecerdasan emosional. Istilah kecerdasan emosi dilontarkan oleh *Petter Salovey* dari *Harvard University* dan *Jack Mayer* dari *University Of New Hampshire*. Menurut Goleman (2000), kecerdasan emosional adalah kemampuan dalam mengenal perasaan diri maupun perasaan orang lain, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam hubungan dengan orang lain.

Definisi lain di lontarkan Hariwijaya (2005), mendefinisikan kecerdasan emosional merupakan kemampuan dalam memotifasi diri, mengatur suasana hati, dan mengendalikan dorongan hati. Individu dalam hal ini mengalami perubahan dan mudah terpengaruh oleh berbagai perkembangan disekitarnya dan mengalami masalah terkait kecerdasan

emosional. Fakta menunjukkan bahwa kondisi kehidupan saat ini sangat kompleks dengan masalah-masalah yang menyebabkan ketidakstabilan emosi (Nuraini, 2011).

Kecerdasan emosional terjadi karena dampak masalah seperti penyimpangan perilaku, hubungan dengan teman sebaya tidak harmonis, penyalahgunaan obat terlarang, serta meningkatnya angka kriminalitas dan kenakalan remaja (Wiguna, 2010).

Berdasarkan dari beberapa penjelasan mengenai kecerdasan emosional, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan dalam mengontrol diri serta mengontrol emosinya. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi tidak mudah gelisah, tidak mudah marah, serta cenderung baik dalam mengekspresikan kemarahan secara tepat.

#### **b. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional merujuk pada suatu perasaan dan pikirannya. Individu yang dapat mengontrol diri akan emosionalnya merupakan ciri-ciri individu yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi. Adapun ciri-ciri dari kecerdasan emosional Menurut Goleman (2005), ciri-ciri kecerdasan emosional meliputi :

1. Individu dengan kecerdasan emosional tinggi.
  - a. Kemampuan sosialnya baik, mudah bergaul, ramah, dan mudah menerima orang baru di sekitarnya.
  - b. Berkemampuan besar untuk melibatkan diri dengan orang-orang permasalahan.
  - c. Berani memikul tanggung jawab.
  - d. Cenderung bersikap tegas dan mengungkapkan perasaan mereka secara langsung.
  - e. Mampu menyesuaikan diri dengan beban stress.
2. Individu dengan kecerdasan emosional rendah.
  - a. Mudah marah.
  - b. Sulit mengontrol emosi.

c. Kurang mampu memotivasi diri.

d. Tidak bertanggung jawab.

Ciri-ciri lain individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi diungkapkan oleh Nurita (2012), adalah sebagai berikut:

1. Memiliki kemampuan dalam memotivasi diri sendiri, sehingga dapat bertahan dalam menghadapi frustrasi.
2. Dapat mengendalikan dorongan hati, sehingga tidak melebih-lebihkan suatu kesenangan.
3. Mampu mengatur suasana hati
4. Tidak lupa berdoa

Dari pemaparan di atas mengenai ciri-ciri kecerdasan emosional menurut para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa individu memiliki ciri-ciri kecerdasan emosional yang tinggi maupun rendah. Kecerdasan emosional yang tinggi meliputi kemampuan memotivasi diri, mengendalikan dorongan hati, mampu mengatur suasana hati, dan tidak lupa berdoa. Sedangkan kecerdasan emosional yang rendah memiliki ciri-ciri seperti mudah marah, sulit mengontrol emosi, kurang mampu memotivasi diri, dan tidak bertanggung jawab.

### **c. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional terbagi ke dalam beberapa aspek. Aspek-aspek yang membentuknya kecerdasan emosional tidak sama untuk setiap ahli, tergantung sudut pandang dan pemahaman.

Menurut Goleman (2000), ada lima aspek utama dalam kecerdasan emosional sebagai berikut:

#### **1. Pengenalan diri**

Pengenalan diri merupakan pengenalan perasaan sebagai mana yang terjadi, mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan sendiri.

#### **2. Mengelola emosi**



Mengelola emosi adalah pengelolaan perasaan secara tepat, artinya mengenali emosi kita sedemikian dengan tujuan positif dalam pelaksanaan tugas, dan mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

### 3. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri adalah menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita pada sasaran. Memotivasi diri juga untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi

### 4. Mengenali emosi orang lain

Mengenali emosi orang lain adalah merasakan dan memahami apa yang dirasakan orang lain, serta menumbuhkan saling percaya dengan orang lain.

### 5. Membina hubungan

Membina hubungan adalah menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain.

Menurut Salovey dan Mayer (1990), kecerdasan emosional dibagi menjadi empat aspek yaitu :

#### 1. Persepsi

Persepsi adalah kemampuan dalam memahami emosi diri dan dapat mengekspresikan kebutuhan emosinya. Begitu juga kemampuan untuk mendatangkan, membangkitkan, dan mengekspresikan emosi secara tepat.

#### 2. Asimilasi

Asimilasi adalah kemampuan individu dalam membedakan antara emosi-emosi yang berbeda, dan memilih diantara emosi-emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berfikir. Dimensi ini meliputi pemahaman mengenai emosi-emosi yang terjadi dalam proses berfikir setiap individu.

#### 3. Pemahaman

Pemahaman adalah kemampuan individu dalam memahami emosional yang kompleks seperti perasaan bersama dari kesetiaan dan

pengkhianatan. Kemampuan ini meliputi penalaran dan pemahaman mengenai masalah-masalah emosional, seperti emosi-emosi apa yang terjadi.

#### 4. Pengelolaan

Pengelolaan adalah kemampuan individu dalam menghubungkan emosi-emosi, tergantung pada situasi yang dihadapi. Kemampuan ini meliputi pengetahuan tentang bagaimana merasa tenang setelah stres, serta kemampuan mengurangi emosi dan stres pada diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan pemaparan di atas menurut para ahli mengenai aspek-aspek kecerdasan emosional. Dapat disimpulkan bahwa aspek kecerdasan emosional meliputi pengenalan diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan, persepsi, asimilasi, pemahaman, dan pengelolaan. Dari beberapa aspek-aspek kecerdasan emosional, peneliti mengambil aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2000) yaitu, pengenalan diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

#### **d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional tidak terjadi begitu saja, melainkan diperoleh dari berbagai faktor-faktor yang mempengaruhinya. Menurut Goleman (2015), faktor terbentuknya kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

##### 1. Faktor lingkungan keluarga

Faktor lingkungan keluarga mencakup orang tua dan anak, dimana lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosional. Kecerdasan emosional dapat di berikan ketika masih anak-anak dengan cara memberikan contoh-contoh ekspresi, karena anak sangat peka terhadap tranmisi emosi yang halus sekalipun. Kecerdasan emosional yang diberikan anak sangat berdampak dikemudian hari, sebagai contoh: anak dapat mengenali, mengelola diri, dan memanfaatkan perasaan-perasaan, serta dapat membina rasa tanggung jawab.

## 2. Faktor lingkungan sosial

Faktor lingkungan sosial merupakan penyesuaian dengan tuntutan orang lain membutuhkan ketenangan dalam diri seseorang. Individu dapat mengelola emosi kira-kira pada periode anak-anak dalam bermain peran, contohnya: anak dapat menghibur temannya yang menangis. Permainan peran membuat anak memainkan perannya sebagai individu lain dengan emosi yang menyertainya, sehingga anak akan mulai belajar akan keadaan orang lain.

Menurut Shapiro (1997) membagi faktor-faktor kecerdasan emosional sebagai berikut :

### 1. *Korteks*

*Korteks* adalah bagian dari otak besar yang berkembang dari *dorsal telencephalon* atau *pallium*. Hal ini dapat diartikan memungkinkan individu mempunyai perasaan mengenai perasaan individu sendiri, menganalisis mengapa individu mengalami perasaan tertentu, dan selanjutnya berbuat sesuatu untuk mengatasinya.

### 2. *System limbic*

*System limbic* adalah sebagai bagian emosi otak yang berperan dalam pembentukan tingkah laku emosi, terletak jauh dalam *hemisfer* otak besar dan terutama bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan implus.

### 3. *Neuropeptida*

Rantai-rantai asam amino yang disebut *neuropeptida* yang diyakini merupakan senyawa biokimia yang berkaitan dengan emosi. *Neuropeptida* sangat berpengaruh terhadap kecerdasan emosional individu.

Dari pemaparan diatas oleh para ahli mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional. Dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor seperti genetik, tetapi faktor lingkungan keluarga dan sosial juga dapat mempengaruhi kecerdasan emosional individu.

### **3. Pengasuh**

#### **a. Pengertian Pengasuh**

Panti asuhan dalam perannya mendidik, merawat, dan membimbing anak-anak asuhnya, seorang pengasuh harus dapat membawa anak mencapai hak-hak anak dapat terpenuhi dengan baik. Setiap pengasuh harus mampu mempunyai kompetensi dan pengalaman dalam pengasuhan serta kemauan untuk mengasuh anak yang tinggal di panti asuhan. Pengasuh dikenal juga dengan istilah "*parent*" yang memiliki beberapa arti seperti: Ibu, ayah, seorang yang akan membimbing dalam kehidupan baru, seorang penjaga, maupun seorang pelindung. Menurut (Soekanto, 2002) pengasuh memiliki arti sebagai seorang yang melaksanakan tugas membimbing, memimpin, dan mengelola.

Menurut Kamus Bahasa Indonesia asuh berarti menjaga (merawat dan mendidik) anak, membimbing (membantu dan melatih), memimpin (mengepalai, menyelenggarakan) dan menjaga supaya anak dapat berdiri sendiri (Rajasa, 1998). Pengasuh erat kaitannya dengan kemampuan suatu keluarga atau komunitas dalam hal memberi perhatian, waktu dan dukungan untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan sosial anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan serta sebagai anggota keluarga lain dari anak.

Dapat disimpulkan bahwa pengasuh yang dimaksud adalah keikutsertaan, keaktifan, dan keterlibatan dalam melaksanakan tugas dan kewajiban untuk membimbing anak dalam kehidupan sehari-hari anak meliputi; merawat, menjaga, dan mendidik anak. Seorang pengasuh juga memiliki kewajiban sebagai pemimpin yang menjadi pengganti orang tua di panti asuhan. Peranan pengasuh dalam mendukung pembinaan kedisiplinan anak dimaksudkan agar nilai-nilai kedisiplinan anak tertanam dalam kehidupan sosial anak.

#### **b. Kriteria Menjadi Pengasuh**

Menjadi pengasuh tidak semua orang bisa melakukannya, adapun syarat-syarat dan memiliki kriteria yang dibutuhkan oleh lembaga

maupun panti asuhan seperti yang dikemukakan oleh Surjastuti (2012), menjelaskan seorang pengasuh harus memiliki beberapa hal, yaitu:

- 1) Pengetahuan tentang tahapan perkembangan anak, mengenali dan memahami tanda- tanda kekerasan dan solusinya, mendukung dan bekerjasama dengan anak secara individu maupun kelompok, mempromosikan dan memungkinkan anak untuk melakukan pilihan dan berpartisipasi dalam berbagai aspek kehidupan anak, melakukan pengawasan dalam bentuk positif terhadap perilaku anak, menghargai keberadaan anak serta menyediakan kebutuhan fisik anak.
- 2) Pengalaman bekerja dibidang pelayanan anak, sehat secara jasmani (tidak memiliki penyakit menular) dan rohani (mental) serta mampu bekerja mendukung panti asuhan
- 3) Komitmen dan kemauan untuk mengasuh anak yang dinyatakan secara tertulis.

Jadi dapat disimpulkan bahwa Pengasuh sebagai pengganti orang tua yang harus dapat menciptakan lingkungan tempat tinggal yang nyaman dan hangat untuk anak-anak. Terbangunya relasi yang baik antara pengasuh dan anak merasa tenang dan nyaman seperti keluarga dengan para anak- anak lain serta dengan pengasuhnya. Sering berdiskusi dengan anak mengenai masalah yang dihadapi anak, mencari solusi, dan memberikan dukungan kepada anak. Pemenuhan akan kebutuhan anak harus disesuaikan dengan usia dan tumbuh kembang anak.

#### **4. Siswa**

##### **a. Pengertian Siswa**

Siswa adalah salah satu komponen manusiawi yang belum mencapai dewasa yang membutuhkan bimbingan dari orang lain seperti orang tua, guna melaksanakan tugas sebagai salah satu makhluk tuhan. Siswa sendiri tidak hanya didunia pendidikan melainkan juga anak yang dititipkan di panti asuhan maupun lembaga lainnya. Menurut Hamalik (2001), siswa atau murid merupakan salah satu komponen dalam pengajaran. Siswa adalah individu yang berusia 12 tahun sampai 17

tahun bisa dikatakan sebagai remaja awal. Pada masa remaja awal kontrol terhadap diri sendiri bertambah sulit dan siswa mudah marah dengan cara-cara yang kurang wajar untuk meyakinkan dunia sekitarnya. Cara-cara yang kurang wajar tersebut dapat terjadi seperti perilaku yang agresif, memberontak, menunjukkan kemarahan dengan emosi yang meledak-meledak (Ali & Asrori, 2011).

Dari beberapa teori diatas dapat disimpulkan bahawa siswa adalah individu yang berusia 12 tahun sampai 17 tahun bisa dikatakan sebagai remaja awal. Siswa juga salah satu faktor penting di kehidupan dunia pendidikan dan juga panti asuhan untuk berjalannya sistem belajar mengajar.

#### **b. Sifat-Sifat Dari Anak Didik (Siswa)**

Muhaimin, dkk (2005), adapun sifat-sifat dari anak didik (siswa) antara lain :

1. Anak bukanlah miniatur dari orang dewasa.
2. Peserta didik (murid) memiliki fase perkembangan tertentu, seperti perkembangan Ki Hadjar Dewantara (*wiraga, wicipto, wirama*).
3. Murid memiliki pola perkembangan sendiri-sendiri.
4. Peserta didik (murid) memiliki kebutuhannya sendiri.

Jadi dapat disimpulkan mengenai sifat-sifat yang ada di anak didik (murid), bahwa siswa memiliki sifat maupun karakter mereka sendiri. Siswa memiliki sifa-sifat yang harus dipahami oleh orang tua maupun orang dewasa seperti anak bukanlah miniatur dari orang dewasa, peserta didik memiliki fase perkembangan tertentu, murid memiliki pola perkembangan sendiri-sendiri, dan peserta didik memiliki kebutuhannya sendiri.

### **B. Hasil Penelitian Yang Relevan**

Kajian terdahulu yang peneliti jadikan sebagai acuan untuk penelitian adalah sebagai berikut :

1. Jurnal dengan judul “*Self Management dalam Meningkatkan Kualitas Menghafal Al-Qur’an*” yang disusun oleh Nor Rochmatul Wachida dan M. Luqmanul Hakim Habibie, Volume 11 Nomor 1.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *self management* dalam meningkatkan kualitas penghafal Al-Qur’an. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode Deskriptif Analitif Kualitatif dengan pendekatan *Library Research*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self management* telah terbukti menyelesaikan masalah individu penghafal Al-Qur’an. Sehingga kualitas hafalan yang dimiliki individu semakin lancar, istiqah, dan dlabit. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada adalah sama-sama membahas teknik *self management* sebagai langkah untuk menyelesaikan permasalahan individu, sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian dan topik permasalahan di mana peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naratif, dan membahas kecerdasan emosional (Wachida & Habibie, 2021).

2. Jurnal dengan judul “*Urgensi Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Moral Siswa SMP*” yang disusun oleh Muya Barida dan Hardi Prasetiawan, Volume 4 Nomor 1.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui model konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kecerdasan moral. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* lebih efektif dapat meningkatkan kecerdasan moral siswa. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada adalah sama-sama membahas teknik *self management* sebagai langkah untuk menyelesaikan permasalahan individu, sedangkan perbedaannya terletak pada fokus permasalahan yang membahas mengenai kecerdasan moral (Barida & Prasetiawan, 2018).

3. Jurnal dengan judul “*Self Management Strategies Bagi Santri di SMA Trensains Tebuireng Jombang*” yang disusun oleh Wiwin Yulianingsih,

Gunarti Dwi Lestari, Soedjarwo, Monica Widyaswari, Meita Santi Budiani, Volume 2 Nomor 3.

Penelitian ini bertujuan untuk membantu memajemen diri, memahami dan membantu mengelola diri, mengelola karir, studi lanjut, dan membantu dalam memecahkan masalah dalam fase sekolah puncak menuju perencanaan masa depan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu membantu peserta didik kelas XII SMA Trensains Tebuireng Jombang untuk membentuk strategi manajemen diri dalam menghadapi permasalahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self management strategies* sangat efektif bagi peserta didik kelas XII SMA Trensains. Hal ini dapat dibuktikan dengan meningkatnya kedisiplinan, mengubah perilaku, membantu meningkatkan konsep diri positif pada diri peserta didik, dan memberikan citra positif bagi sekolah. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada adalah sama-sama membahas teknik *self management* sebagai langkah untuk menyelesaikan permasalahan individu, sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian, lokasi penelitian, dan subjek penelitian (Yulianingsih dkk, 2021).

4. Skripsi dengan judul “Teknik *Self Management* Untuk Menangani Kecanduan Aplikasi Tik Tok Pada Seorang Remaja Di Desa Sumberjo Kediri” yang disusun oleh Salhsa Billa Izzul Mala.

Penelitian ini bertujuan mengetahui proses pelaksanaan konseling dengan teknik *self management* untuk menangani kecanduan aplikasi Tik Tok pada seorang remaja di desa Sumberjo Kediri. Metode yang digunakan dalam penelitian ini kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan cukup berhasil karena memenuhi indikator. Hal tersebut terlihat dari adanya perubahan perilaku konseli yang kecanduan terhadap aplikasi Tik Tok. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama membahas teknik *self management* untuk mengatasi perilaku yang menyimpang. Sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian dan lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan



pendekatan studi kasus. Sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif naratif.

5. Skripsi dengan judul “Bimbingan Konseling Islam Dengan Pendekatan Behavior Teknik *Self Management* Dalam Menangani Siswa Yang Kecanduan Game Online”. Yang disusun oleh Sarifah Aisiyah.

Penelitian ini bertujuan mengetahui proses pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan pendekatan behavior teknik *self management* untuk menangani kecanduan game online pada seorang siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan cukup berhasil karena memenuhi indikator. Hal tersebut dapat terlihat dari adanya perubahan perilaku konseli terhadap kecanduannya terhadap game online. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama membahas teknik *self management* untuk mengatasi perilaku yang menyimpang. Sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naratif.

6. Jurnal dengan judul “*A Review of Self-Management Interventions Targeting Academic Outcomes for Students with Emotional and Behavioral Disorders*” yang disusun oleh Paul Mooney, Joseph B. Ryan, Brad M. Uhing, Robert Reid, dan Michael H. Epstein, Volume 14 Nomor 3.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas manajemen diri akademik pada anak-anak dan remaja yang mengalami gangguan emosi dan perilaku. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan akademik siswa di seluruh bidang studi akademik. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada adalah sama-sama membahas teknik *self management* sebagai langkah untuk menyelesaikan permasalahan individu, sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian, fokus penelitian, lokasi penelitian, dan subjek penelitian (Mooney dkk, 2005).

7. Jurnal dengan judul “*A Qualitative Phenomenological Study Of Emotional And Cultural Intelligence Of International Student In The United States Of America*” yang disusun oleh Rohan Thompson, Volume 8 Nomor 2.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kecerdasan emosional dan budaya dalam berintegrasi sosial pada mahasiswa internasional. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan budaya memiliki peran penting bagi mahasiswa dalam berintegrasi secara sosial. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada adalah sama-sama membahas kecerdasan emosional dan menggunakan metode penelitian kualitatif, sedangkan perbedaannya terletak pada pendekatan metode penelitian yang berjenis fenomenologi sedangkan penelitian ini menggunakan kualitatif dengan pendekatan naratif (Thompson, 2018).

### **C. Kerangka Berfikir**

Dalam kehidupan, tidak semua keinginan kita dapat terwujud. Banyak segala nikmat yang telah Allah SWT berikan kepada kita seperti kesehatan, fisik yang lengkap, dan keluarga yang utuh. Namun, ketiga nikmat tersebut terkadang belum dirasa cukup bagi sebagian individu. Seolah-olah, nikmat hanya bisa tergambarkan berupa harta dan benda. Padahal, jika kita mampu mensyukuri salah satu nikmat tersebut, seperti memiliki keluarga yang utuh kehidupan pasti akan dirasa sempurna. Kita harus senantiasa bersyukur jika masih diberikan keluarga yang utuh tidak seperti saudara kita yang tinggal di panti asuhan, salah satunya Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo.

Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo terdapat 32 siswa laki-laki yang kehidupannya tidak seberuntung kita. Mayoritas siswa yang tinggal di panti karena kesulitan ekonomi, kedua orang tuanya meninggal dunia, dan korban *broken home*. Dari kejadian yang menyebabkan ia harus tinggal di panti dan meninggalkan keluarganya, sehingga individu kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan barunya. Hal

ini disebabkan karena ia tidak bisa menemukan lingkungan yang dapat menggantikan fungsinya sebagai keluarga. Selain itu, kebiasaan mereka sebelum tinggal di panti masih terbawa, seperti 1. Pemaarah, hal ini terlihat kedua siswa tersebut sangat sensitif, sering kali kehilangan kesabaran dan kesal terhadap hal yang tidak jelas, 2. Sulit mengontrol emosi, kedua siswa tersebut sering berkelahi kurang lebih satu minggu sekali terhadap hal yang sepele seperti mengejek satu sama lain, 3. Kurang memotivasi diri, tidak adanya target dalam kehidupannya sehingga kebiasaan buruk masih melakat, 4. Tidak bertanggung jawab, seringkali aktif menantang atau menolak untuk mematuhi permintaan atau aturan yang dibuat oleh pihak panti asuhan.

Menurut Goleman (2000), kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenal perasaan diri maupun perasaan orang lain, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam hubungan dengan orang lain. Hal ini berarti bahwa kecerdasan emosional merupakan sikap individu bagaimana ia mampu mengontrol diri dan emosinya sendiri.

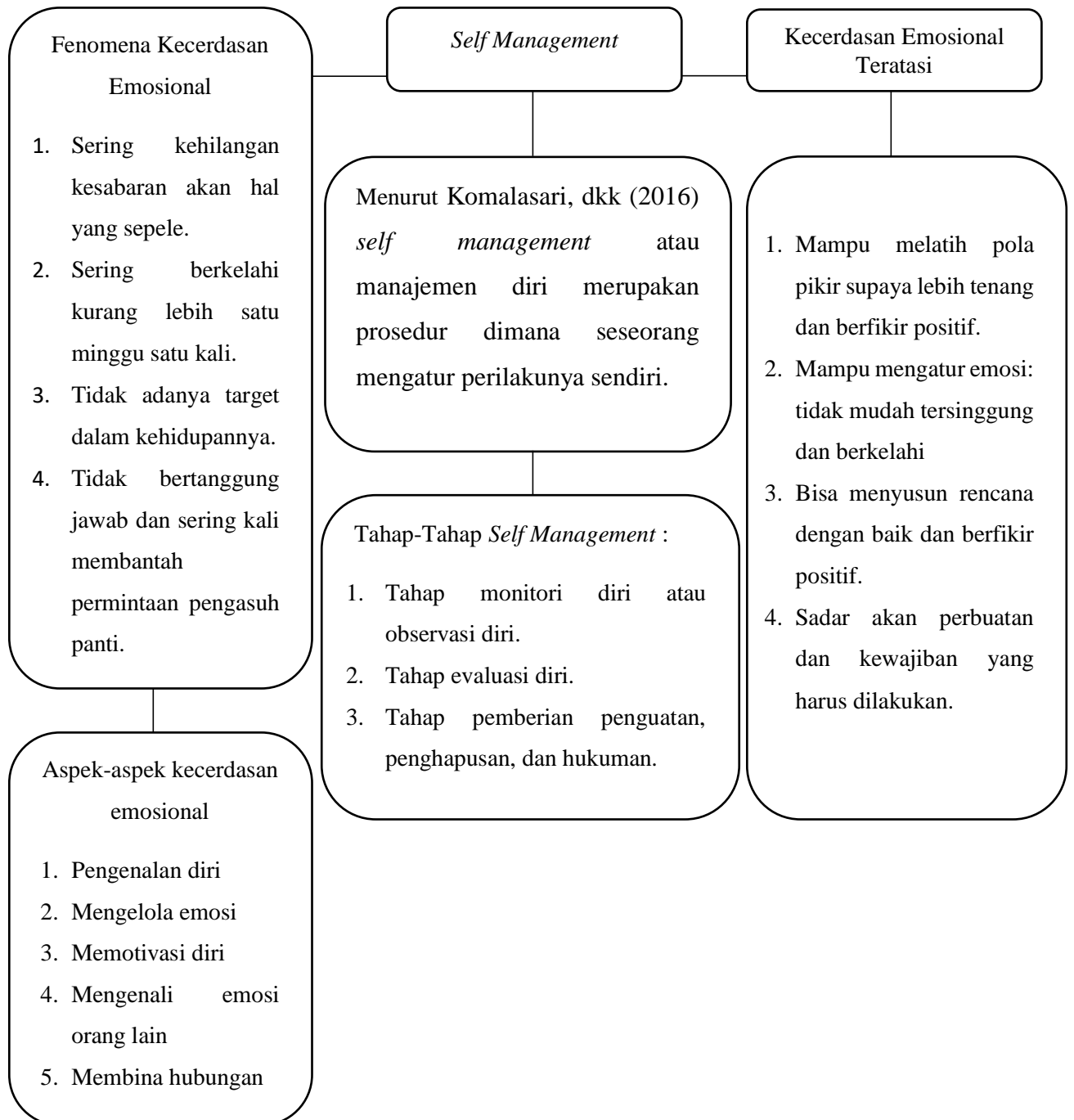
Aspek-aspek kecerdasan emosional terdiri dari 1. Aspek pengenalan diri, dalam aspek ini berkaitan dengan teknik *self management* tahapan monitori diri dimana individu mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya. 2. Mengelola emosi, dalam aspek ini berkaitan dengan teknik *self management* tahapan monitori diri dimana individu mengamati tingkah lakunya yang berhubungan dengan emosi yang dialami dan mencatatnya. 3. Memotivasi diri sendiri, dalam aspek ini berkaitan dengan teknik *self management* tahapan evaluasi diri dimana individu membandingkan hasil catatan tingkah laku awal dengan target tingkah laku yang dibuat oleh individu. 4. Mengenali emosi orang lain dalam aspek ini berkaitan dengan teknik *self management* tahapan evaluasi diri dimana individu harus mampu mengevaluasi perasaan dan emosional yang menimbulkan reaksi positif dan negatif. 5. Membina hubungan, dalam aspek ini berkaitan dengan teknik *self management* tahapan evaluasi diri dimana individu harus mampu mengevaluasi diri dalam menunjukkan sikap atau perilaku yang dilakukan

pada lingkungan sekitar yang menyimpang. Dengan demikian, untuk mengontrol guncangan emosi pada siswa yang tinggal di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo dibutuhkan teknik *self management*. Melalui penerapan teknik *self management*, diharapkan emosi siswa panti dapat terkontrol sehingga ia mampu mengubah perilaku diri ke arah yang positif.

Menurut Komalasari, dkk (2016) *self management* atau manajemen diri merupakan prosedur dimana seseorang mengatur perilakunya sendiri. Hal ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar seperti menentukan perilaku, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diharapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Adapun tahapan dari *self management*, 1. Tahap observasi diri atau monitori diri, pada tahap ini dimana siswa melakukan dengan membuat rancangan target yang ingin dicapai dan cara mencapainya. Kemudian siswa membuat target untuk menjadikan perilaku sebelumnya yang dirasa kurang sesuai menjadi lebih terarah. 2. Tahap evaluasi diri, pada tahap ini siswa mengevaluasi tugas yang diberikan. Kemudian siswa akan membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah dilakukannya *treatment*. 3. Tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman, pada tahap ini dimana siswa diberikan motivasi, siswa juga diberikan hukuman jika tidak bisa melakukan perubahan pada tingkah lakunya.

Dari pemaparan mengenai kerangka berpikir di atas, maka dapat diilustrasikan sebagai berikut:

## Kerangka Berpikir



**Gambar 1.1**  
**Kerangka Berfikir**

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini berlokasi di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo terletak di Desa Telukan Kec. Grogol Rt/Rw 02/01 Sukoharjo Jawa Tengah. Pendiri Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo ini diprakarsai oleh H. Moch Qisty. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo bergerak dalam bidang sosial dan keagamaan. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol sukoharjo hanya menerima anak asuh laki-laki. Peletakkan batu pertama Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo pada tanggal 22 Rajab 1414H bertepatan pada 26 Desember 1993 dan berdiri tepatnya tahun 1995. Panti ini merupakan tanah wakaf dari Keluarga Drs. H. Supandi dengan luas  $\pm 600 \text{ m}^2$ . Gedung tersebut merupakan amal usaha Cabang Muhammadiyah Grogol Daerah Sukoharjo. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo diprakasai oleh Drs. H. Moch Qisty yang pada saat itu menjabat sebagai Ketua Cabang Muhammadiyah Grogol. Pendirian panti ini mempunyai *ghiroh da'wah* “*amar ma'ruf nahi munkar*” sesuai dengan tujuan Muhammadiyah sebagai gerakan *dauf* yaitu mengentaskan anak terlantar terutama yatim, yatim piatu, serta fakir miskin.

Adapun visi dan misi dari panti asuhan yatim muhammadiyah grogol sukoharjo yaitu, visi : “Dengan jiwa Muhammadiyah kita wujudkan generasi yang beriman, bertaqwa, berakhlak mulia dan memiliki kecerdasan, keterampilan, kepemimpinan serta tanggung jawab pada agama, negara, serta masyarakat Indonesia pada umumnya”. Misi : Menyantuni anak yatim, piatu, yatim piatu, miskin dan anak terlantar, Memberikan pembinaan infaq, keterampilan, kepemimpinan, Mendidik anak yang Islami, kebangsaan, sopan santun, muslim atau mukmin yang baik, Membiasakan anak hidup sehat, mandiri, arif bijaksana dan bertanggung jawab, Mengkader anak didik

sebagai pelopor, pelangsup, dan penyempurna amal usaha Muhammadiyah, Menjadi wadah bagi para pemerhati, sukarelawan dan pekerja sosial dalam membantu program pemerintah dalam bidang kesejahteraan sosial untuk mencapai tujuan usaha kesejahteraan sosial.

## 2. Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan pra penelitian dilakukan bulan Maret 2021 dan penelitian dilakukan secara bertahap yang meliputi:

**Tabel 3.1**  
**Waktu Penelitian**

| No | Proses Penelitian              | Waktu Pelaksanaan           |
|----|--------------------------------|-----------------------------|
| 1  | Pengajuan Judul                | Maret 2021                  |
| 2  | Penyusunan Proposal Penelitian | September 2021              |
| 3  | Pengajuan Pembimbing           | Oktober 2021                |
| 4  | Perbaikan Penyusunan Proposal  | Oktober 2021 - Januari 2022 |
| 5  | Seminar Proposal               | April 2022                  |
| 6  | Penelitian                     | Juni - Juli 2022            |
| 7  | Analisis                       | Juni - Juli 2022            |
| 8  | Laporan Akhir                  | Juni - Juli 2022            |
| 9  | Sidang Munaqosyah              | September 2022              |

## B. Jenis Penelitian

Metode maupun metodologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang proses berfikir, analisis berfikir, serta cara mengambil kesimpulan yang tepat, dilengkapi dengan penelitian dan observasi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Tujuannya untuk menggambarkan objek penelitian secara mendalam berdasarkan fakta yang didapatkan di lapangan. Seperti halnya Moleong (2007), penelitian yang bersifat kualitatif adalah sebuah upaya untuk menyajikan gambaran yang ada di dunia sosial, dan perspektif yang ada di dalam dunia, baik dari segi konsep, perilaku, persepsi, dan persoalan terkait dengan manusia yang sedang diteliti.

Sedangkan menurut Sugiyono (2010), penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah. Metode

penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik, karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah atau senatural setting.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah naratif. Naratif merupakan dimana peneliti ingin mendeskripsikan kehidupan individu, mengumpulkan, mengatakan cerita tentang kehidupan individu, dan menuliskan cerita atau riwayat pengalaman individu. Penelitian naratif berfokus pada kajian seorang individu. Creswell (2012), menerangkan naratif digunakan dalam metode penelitian kualitatif yang bertujuan menampilkan kehidupan seseorang secara naratif dan kronologis.

Jadi, penelitian yang dilakukan di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo menggunakan kualitatif dengan pendekatan naratif. Dengan pendekatan naratif ini peneliti ingin mengetahui secara jelas, dan menyeluruh terhadap suatu kejadian kehidupan seseorang secara naratif. Dengan metode ini maka perilaku manusia bisa terlihat secara langsung, nyata, jelas, dan asli dari subyek.

### **C. Subjek Penelitian**

Subjek yaitu data penting dalam suatu penelitian yang dijadikan sebagai tumpuan bagi peneliti untuk mengungkapkan problematika penelitian. Dalam menentukan subjek peneliti menggunakan *purposive sampling*. Teknik ini merupakan pemilihan subjek berdasarkan kemampuan subjek yang dapat memberikan data sesuai kebutuhan peneliti (Sugiyono, 2017).

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data dengan masalah yang diteliti. Dalam penelitian ini informan utama penelitian yang menjadi sumber dalam memperoleh informasi yaitu pengasuh Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yaitu Ibu HS, Sebagai Koordinator di Panti Asuhan, dan Ibu NH, Sebagai Pengasuh. Sedangkan informan pendukung penelitian adalah siswa yang terlibat secara langsung dengan informan utama, siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah yaitu OAI dan MYM.



**Tabel 3.2**  
**Identitas Subjek Primer**

| No | Subjek | Jabatan           | Usia     |
|----|--------|-------------------|----------|
| 1  | Ibu HS | Koordinator Panti | 43 Tahun |
| 2  | Ibu NH | Pengasuh          | 33 Tahun |

**Tabel 3.3**  
**Identitas Subjek Sekunder**

| No | Subjek | Pendidikan | Usia     |
|----|--------|------------|----------|
| 1  | OAI    | 3 MTS      | 15 Tahun |
| 2  | MYM    | 3 MTS      | 15 Tahun |

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan cara untuk memperoleh data lapangan dari berbagai sumber informan. Menurut (Sugiono, 2011) dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dilakukan pada natural setting (kondisi yang alamiah) sumber data primer dan teknik pengumpulan data lebih banyak pada observasi, wawancara mendalam serta dokumentasi.

Penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dan dokumentasi. Gunawan (2017), menjelaskan teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dan dokumentasi sebagai berikut :

##### a. Wawancara

*Interview* atau wawancara yaitu suatu cara dalam mendapatkan informasi yang mendalam mengenai persepsi, pandangan, wawasan maupun aspek kepribadian individu yang diberikan secara lisan dan spontan. Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu dimana yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut (Moleong, 2007). Wawancara yang baik adalah yang sifatnya mendalam artinya dengan menginteprestasikan jawaban seseorang akan memperoleh banyak informan yang mungkin tidak bisa ditemukan pada pengguna metode lainnya.

Dalam hal ini wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara semi-terstruktur, hal ini dikarenakan dapat memberikan kesempatan untuk

bertanya kepada siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Dalam sesi wawancara peneliti akan menggali informasi terkait penerapan bimbingan individu dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

b. Observasi

Observasi yaitu adanya suatu perbuatan yang terlihat dan adanya tujuan yang ingin dicapai. Perbuatan yang terlihat adalah suatu perbuatan yang nampak oleh indra penglihatan, pendengaran, dapat dihitung, dan dapat diukur. Pada dasarnya tujuan dari observasi untuk menjelaskan lingkungan yang diamati, aktifitas-aktifitas yang berlangsung, dan individu-individu yang terlibat dalam lingkungan beserta aktifitas dan perilakunya (Arikunto, 2013).

Dalam hal ini observasi yang dilakukan peneliti adalah dengan cara mengamati langsung ke lokasi proses *self management* yang didampingi oleh pengasuhnya, serta kebiasaan konseli sehari-hari yang dapat menimbulkan perilaku emosional. Dengan metode ini peneliti dapat mengamati dengan melihat langsung proses *self management* yang dilakukan konseli dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

c. Dokumentasi

Menurut Sugiyono (2017), dokumentasi merupakan catatan suatu peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen ini bisa berbentuk gambar, tulisan, ataupun karya-karya fonumental dari seseorang. Dokumen dapat berupa surat, portofolio, daftar nilai, dan lain sebagainya. Metode dokumentasi ini dengan mencari data-data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku-buku, surat kabar, dan sebagainya yang berkaitan atau sesuai dengan tujuan penelitian (Arikunto & Suharsimi, 1991).

Metode dokumentasi ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Dalam penelitian ini dokumentasi yang dikumpulkan berupa lembaran instrumen wawancara, instrument observasi, dan dokumentasi berupa foto yang relevan sebagai pendukung penelitian.

## **E. Keabsahan Data**

Keabsahan data merupakan penyajian data yang didapat dalam penelitian untuk mengetahui kebenaran data yang diambil dan bisa dipertanggung jawabkan. Menurut Lexy (2010), peneliti menggunakan teknik triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pebanding terhadap data tersebut. Keabsahan data penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data tersebut untuk keperluan pengecekan atau bisa sebagai pembanding terhadap suatu data (Moleong, 2007).

Menurut Sugiyono (2017), triangulasi dibagi menjadi dua macam sebagai berikut :

### **1. Triangulasi Teknik**

Penelitian menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda dalam mendapatkan data dari informan yang sama. Metode pertama adalah pengecekan nilai kepercayaan dari hasil temuan di lapangan, metode kedua yakni pengecekan nilai kepercayaan dari sumber data dengan metode yang sama.

### **2. Triangulasi Sumber**

Penelitian menggunakan teknik pengumpulan data yang sama dari sumber yang berbeda-beda.

Teknik triangulasi yang digunakan peneliti untuk penelitian ini adalah triangulasi sumber, yaitu dilakukan dengan cara pengumpulan data dengan teknik yang sama yang diperoleh melalui berbagai sumber. Keabsahan data dengan triangulasi penelitian ini diambil dari hasil wawancara peneliti dengan pendamping siswa, ustadz siswa, maupun teman-teman siswa yang bersangkutan.

## **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan uraian dasar. Menurut Rustanto (2015) analisi data merupakan proses dalam mencari maupun menyusun data yang didapatkan dari

hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dengan pengolahan data kualitatif. Pengolahan data dilakukan setelah data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi terkumpul. Langkah-langkah dalam menganalisis data penelitian ini ada tiga tahap menurut Sugiyono (2008) yaitu, sebagai berikut:

#### 1. Reduksi data

Reduksi data merupakan proses pemilihan data. Data yang diperoleh dilapangan jumlahnya cukup banyak, itu perlu dicatat secara teliti dan terperinci. Mereduksi data berarti : merangkum, memilih hal-hal pokok, dan memfokuskan pada hal penting. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.

Reduksi data bisa dibantu dengan alat elektronik seperti komputer. Dengan reduksi maka peneliti akan merangkum, mengambil data yang penting, membuat kategorisasi, berdasarkan huruf besar kecil dan angka, data yang tidak penting dibuang.

#### 2. Penyajian data

Setelah data direduksi langkah selanjutnya adalah penyajian data. Dimana data-data yang telah dirangkumkan dapat berupa tabel, grafik, dan rangkaian singkat teks bersifat naratif. Penyajian data juga sebagai upaya dalam menyusun kembali semua data yang diperoleh dari lapangan selama kegiatan berlangsung. Tahap ini membantu penulis dalam memahami mengenai apa yang terjadi berdasarkan teori-teori yang relevan.

#### 3. Penarikan kesimpulan

Langkah selanjutnya penarikan kesimpulan, kesimpulan yang dilakukan penulis berasal dari data-data penelitian yang diperoleh dilapangan. Data yang didapatkan penulis dalam penelitian ini adalah hasil dari pengamatan yang dilakukan secara terus menerus dan membandingkan kecerdasan emosional sebelum dilakukan tindakan, dan setelah dilakukan tindakan. Tercapainya hasil adalah mulai awal tindakan sampai remaja diberi tindakan,

kemudian dibandingkan supaya dapat diketahui adanya peningkatan kecerdasan emosional.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Deskripsi Lokasi Penelitian

##### 1. Profil Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo bertempat di Telukan RT 02 RW 01, Desa Telukan, Kecamatan Grogol, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah yang memiliki luas  $\pm 1.450 \text{ m}^2$ . Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo merupakan panti asuhan yang memiliki jenis pelayanan sosial dan keagamaan. Karena letaknya yang strategis yang berada di jalan menuju pusat Kabupaten Sukoharjo, panti asuhan ini dapat mudah ditemukan oleh siapa saja.

##### 2. Sejarah Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Peletakkan batu pertama Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo pada tanggal 22 Rajab 1414H bertepatan pada 26 Desember 1993 dan berdiri tepatnya tahun 1995. Panti ini merupakan tanah wakaf dari Keluarga Drs. H. Supandi dengan luas  $\pm 600 \text{ m}^2$ . Gedung tersebut merupakan amal usaha Cabang Muhammadiyah Grogol Daerah Sukoharjo. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo diprakasai oleh Drs. H. Moch Qisty yang pada saat itu menjabat sebagai Ketua Cabang Muhammadiyah Grogol. Pendirian panti ini mempunyai *ghiroh da'wah* "*amar ma'ruf nahi munkar*" sesuai dengan tujuan Muhammadiyah sebagai gerakan *dauf* yaitu mengentaskan anak terlantar terutama yatim, yatim piatu, serta fakir miskin.

Selesai pembangunan, panti ini mulai menerima anak asuh secara berasma pada tahun 1996 mulai mengasuh sebanyak 11 anak dan sampai sekarang telah mengasuh sebanyak 145 anak di tahun 2017. Peresmian Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo tepatnya pada tanggal 27 Rajab 1416H atau 20 Desember 1995M yang mana sudah diketuai oleh Bp. Drs. H. Jamzuri, M.Pd (periode tahun

1993 s/d 2009); Bp. H. Kalimin, S.Pd., S.Ag. (periode tahun 2009 s/d 2011), dan Bp. H. A. Djazim Djuwairi, BA (periode tahun 2012 s/d 2016). Dalam perkembangannya tanah panti sudah menjadi  $\pm 1.450 \text{ m}^2$ . Permasalahan yang sedang dihadapi saat ini yaitu terdapat gedung lama yang perlu diperbaiki dari segi luar gedung maupun dalam gedung. Pengurus panti berharap dengan adanya panti ini, mampu menjadikan manfaat baik di dunia maupun di akherat, serta akan berdampak positif terhadap citra gerakan amal usaha Muhammadiyah khusus Cabang Grogol Sukoharjo.

### **3. Visi dan Misi**

#### **a. Visi**

“Dengan jiwa Muhammadiyah kita wujudkan generasi yang beriman, bertaqwa, berakhlaq mulia dan memiliki kecerdasan, keterampilan, kepemimpinan serta tanggung jawab pada agama, negara, serta masyarakat Indonesia pada umumnya”.

#### **b. Misi**

1. Menyantuni anak yatim, piatu, yatim piatu, miskin dan anak terlantar.
2. Memberikan pembinaan infaq, keterampilan, kepemimpinan.
3. Mendidik anak yang Islami, kebangsaan, sopan santun, muslim atau mukmin yang baik.
4. Membiasakan anak hidup sehat, mandiri, arif bijaksana dan bertanggung jawab.
5. Mengkader anak didik sebagai pelopor, pelangsong, dan penyempurna amal usaha Muhammadiyah.
6. Membina menjadi anak yang sholeh.
7. Menjadi wadah bagi para pemerhati, sukarelawan dan pekerja sosial dalam membantu program pemerintah dalam bidang kesejahteraan sosial untuk mencapai tujuan usaha kesejahteraan sosial.

#### 4. Sasaran Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

##### a. Sasaran Langsung

Sasaran langsung di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yaitu anak-anak yang menyanggah masalah kesejahteraan sosial yang terdiri dari:

1. Anak dari keluarga *broken home*
2. Anak yatim
3. Anak dari keluarga tidak mampu
4. Anak yatim piatu

##### b. Sasaran Tidak Langsung

Sasaran tidak langsung di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yaitu anak-anak yang berasal dari institusi, LSM, keluarga, dan masyarakat.

#### 5. Kegiatan Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

**Tabel 3.4**  
**Kegiatan Panti**

| Waktu       | Uraian Kegiatan                                      | Pengampu  |
|-------------|--|---|
| 03:00-04:00 | Bangun Tidur<br>Sholat Tahajut                       | 1. Pengasuh<br>2. Ustadz Fathurohman  |
| 04:00-05:30 | Sholat Subuh<br>Tafidz / Setoran                     | 1. Bp. Saubari<br>2. Ustadz Fathurohman<br>3. Muh Fajar<br>Romadhoni Algozi         |
| 05:30-06:00 | Piket Harian Pagi                                    | 1. Bapak / Ibu Pengasuh   |
| 06:00-06:15 | Sarapan/Persiapan Sekolah                            | 1. Anak Asuh  |
| 07:00-14:00 | MIM/MTS/MAN  | 1. Sekolah Masing –<br>Masing   |
| 07:00-16:00 | SMK  | 1. Sekolah Masing –<br>Masing   |
| 16:00-16:30 | Piket Harian Sore                                    | 1. Bapak / Ibu Pengasuh   |
| 16:30-17:00 | Mengerjakan PR                                       | 1. Anak Asuh  |
| 17:00-17:30 | Persiapan Sholat Magrib                              | 1. Bapak / Ibu Pengasuh   |
| 17:30-19:00 | Sholat Magrib<br>Motivasi<br>Sholat Isya<br>Khitabah | 1. Bp. Saubari<br>2. Bowo Yuda Prasetyo<br>3. Bp. Saubari<br>4. Anak Asuh Terjadwal |
| 19:00-19:30 | Makan Malam  | 1. Anak Asuh  |



|             |  |  |
|-------------|--|--|
| 20:00-21:00 | Computer SD – SMP<br>Matematika SMK<br>Belajar | 1. Bp. Triyono, S.P<br>2. Bp. Rudi<br>3. Anak Asuh |
| 22:00       | Tidur  | 1. Semua   |

## 6. Susunan Pengurus Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

1. Kepala Panti : HA Djazim Djuwairs. B.A
2. KATU : Nur Hayati
3. Bendahara : Heni Supriyanti, S.Pd
4. Staf Orsos : Maptukhin
5. Staf RumahTangga : H. Warsoyo, S.Pd
6. Pengasuh : Sudarsono
7. Asisten Pengasuh : Bowo Yuda Prasetyo S.Pd.I
8. Asisten Pengasuh : Faturrahman
9. Asisten Pengasuh : Muhammad Yusuf Hamidi S.Pd.l
10. Kebersihan : Sunarno
11. Keamanan/ketertiban : Drs. H. Hadi Widodo  
Kini Hadi Prayitno  
Ihvan Sakur
12. Akomodasi&Logistik : Hj. Sutarni Juminem
13. Staf UEP : Bintoro Mahdi

### B. Hasil Temuan Penelitian

Data dalam penelitian ini diperoleh dari empat informan. Informan yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah pengasuh dan siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah yaitu OAI dan MYM yang berada di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Berikut hasil observasi dan wawancara yang telah ditemui oleh penulis berdasarkan subyek yang berkaitan.

Berdasarkan observasi hasil temuan yang didapatkan, siswa di panti memiliki emosional yang tinggi. Melihat kasus yang dialami oleh siswanya pihak panti memberikan konseling dengan teknik *self management*. Proses konseling dengan teknik *self management* untuk menangani kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo, dilakukan oleh pengasuh dan siswanya selama satu bulan. Hal ini dilakukan untuk membangun rasa kepedulian antara ibu pengasuh dan remaja. Dengan adanya rasa kepedulian yang tinggi, maka dapat terjalin komunikasi yang baik antara remaja dengan ibu pengasuh.

Adanya proses konseling dengan teknik *self management* dapat dilakukan pengambilan keputusan mendasar yang dijadikan acuan untuk mengatasi permasalahan. Proses konseling diberikan ibu pengasuh kepada siswa dengan tujuan siswa menjadi lebih mendapatkan perhatian secara khusus sehingga merasa lebih dipedulikan dan mendapatkan pujian yang sangat disukai. Hal ini dapat merubah perilaku menjadi lebih positif lagi seperti, sikap awalnya yang mudah emosi menjadi sabar.

### **1. Tahapan *Self Management* untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa**

Tahapan *self management* yang diberikan subjek pada siswa untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa ada tiga tahap, yaitu:

#### **a. Tahap Monitori Diri**

Pada tahap ini, subjek melakukan observasi atau pengamatan terhadap emosional siswa, dan diberikan tugas untuk mencatat dan menyusun jadwal harian perilaku siswa yang ditimbulkan dari pagi hingga malam hari. Dengan tujuan siswa mampu mencatat perilakunya sehari-hari yang menyimpang. Seperti wawancara yang dilakukan peneliti terhadap subjek:

*“...Pertama saya observasi dulu Mas sikap siswa yang memiliki emosional yang rendah. Pada tahap ini saya meminta siswa untuk membuat rancangan target yang ingin dicapai dan*

*cara mencapainya. Langkah selanjutnya saya menyuruh siwa untuk mencatat perilaku dan jadwal keseharian siswa, kemudian siswa membuat target untuk menjadikan perilaku sebelumnya yang dirasa kurang sesuai menjadi lebih terarah. Perilaku yang ditulis siswa yakni sering kehilangan kesabaran, sering berkelahi, tidak adanya target dalam kehidupannya, dan tidak bertanggung jawab.”*

(NSM1/HS/W1/21-06-2022/L31/10.00-11.30)

*“...Nanti saya akan memonitori tingkah laku si siswa Mas. Kalau ada siswa yang bermasalah langsung saya tegur dan saya panggil ke ruang konseling. Disana, saya bertanya kenapa seperti itu. Nanti dengan sendirinya si siswa langsung menjelaskan. Setelah itu saya mengarahkan siswa untuk mengontrol dirinya agar dapat mengontrol emosinya. Saya meminta siswa agar membuat catatan keseharian yang dilakukan siswa tujuannya agar siswa melihat perubahan dari perilakunya sendiri setiap hari dalam waktu satu minggu. Pada tahapan ini saya akan melihat dan memantau setiap perkembangan perubahan perilaku siswa sekitar satu minggu sekali untuk melihat perbedaan perilaku sebelumnya dengan melihat catatan yang telah dibuat siswa...”*

(NSM2/NH/W1/23-06-2022/L34/09.00-11.00)

Berdasarkan pemaparan subjek, dapat disimpulkan bahwa sebelum subjek memberikan *self management* terhadap siswa, subjek terlebih dahulu melakukan observasi mengenai tingkah laku siswa. Observasi diri yang dilakukan oleh siswa yaitu membuat rancangan target yang ingin di capai dan cara mencapainya. Pengasuh melihat dan memantau setiap perkembangan perubahan tingkah laku siswa sekitar satu minggu sekali untuk melihat perbedaan perilaku sebelumnya dengan melihat catatan yang telah dibuat oleh siswa. Hal ini dilakukan agar subjek mampu memantau mengenai tingkah laku siswa seperti frkuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku siswa.

#### b. Tahap Evaluasi Diri

Setelah satu minggu melakukan tahapan observasi diri, pada tahap ini subjek melakukan evaluasi catatan harian yang ditulis oleh siswa terhadap emosional siswa dan perilaku yang ditimbulkan. Seperti wawancara yang dilakukan peneliti terhadap subjek:

*“...setelah satu minggu berlalu dilakukan tahap monitori diri, saya panggil satu-persatu siswa ke ruang konseling untuk*

*mengevaluasi tugas yang diberikan pada siswa. Kemudian saya dan siswa akan membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah dilakukannya treatment. Perbandingan akan dilakukan bertahap karena perubahan perilaku yang dialami siswa sedikit demi sedikit mengalami perubahan...”*

(NSM1/HS/W2/04-07-2022/L19/08.00-10.30)

*“Saya panggil satu-persatu siswa ke ruang konseling. Nanti siswa akan bercerita. Setelah bercerita, saya ajak siswa mereview catatan konseling mereka juga Mas biar siswa mengamati perilakunya. Pada tahap evaluasi saya menemukan beberapa faktor mengenai siswa yang sulit mengatur emosinya, seperti siswa mengaku bahwa di panti asuhan ini siswa belum bisa menggantikan fungsi keluarganya di panti asuhan.*

(NSM2/NH/W2/06-07-2022/L22/09.00-11.30)

Berdasarkan pemaparan subjek, dapat disimpulkan bahwa setelah subjek mengamati perilaku siswa, melakukan konseling dengan siswa, dan mengevaluasi catatan harian yang dilakukan siswa subjek sudah mengetahui permasalahan yang dialami oleh siswa, maka subjek akan melakukan perbandingan perilaku siswa dengan cara subjek menyuruh siswa mereview kembali catatan konselingnya. Hal ini bertujuan agar siswa mampu mengevaluasi tingkah lakunya apakah mengalami perkembangan atau tidak. Dengan demikian, subjek mampu mengevaluasi juga apakah program yang diterapkan sudah tepat atau belum.

c. Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan, dan Hukuman

Pada tahap ini, subjek melakukan pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman seperti pemberian arahan, motivasi dan juga hukuman, dengan tujuan jika ada siswa yang tidak taat pada pengasuh maka akan diberikan hukuman. Seperti wawancara yang dilakukan peneliti terhadap subjek:

*“Saya selalu menyemangati siswa di balik semua masalah pasti akan ada jalan keluarnya. Selain itu, saya juga menyuruh siswa untuk terus melakukan self management. Hal ini sangat penting dikarenakan apabila siswa mampu memahami tingkah lakunya sendiri, membuat catatan, dan yang penting biar bisa memberi motivasi terhadap dirinya. Nanti tingkah laku siswa yang*

*suka marah-marah jadi lebih tenang, mudah mengontrol emosi, mampu menyusun agendanya, dan ia sadar akan perbuatan yang dilakukan....”*

(NSM1/HS/W2/04-07-2022/L26/08.00-10.30)

*“Saya selalu beri solusi ketika siswa ada masalah. Tapi saya juga selalu memberi mereka motivasi agar output dari mereka juga bagus Mas. Saya menekankan ke siswa untuk melakukan self management. Hal ini karena akan membawa dampak positif ke siswa. Apabila siswa mampu memonitori dirinya, melakukan evaluasi dan memberi penguatan terhadap dirinya, maka pola pikir siswa akan berubah menjadi lebih tenang, mudah mengontrol emosi, mampu menyusun rencananya dengan baik, dan sadar akan perbuatan yang ia lakukan.”*

(NSM2/NH/W2/06-07-2022/L26/09.00-11.30)

Berdasarkan pemaparan subjek, dapat disimpulkan bahwa setelah subjek mengetahui program yang diterapkan siswa berhasil, subjek terus melakukan *follow up* ke siswa dengan cara tetap melakukan konseling secara rutin walaupun siswa tidak bermasalah, subjek selalu mendengarkan keluh kesah siswa dan selalu memberi motivasi, serta subjek menekankan agar tetap melakukan *self management* agar siswa mampu memahami dirinya sendiri sehingga ia mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Hal ini bertujuan agar siswa mampu melakukan aktivitas secara lancar dan menyadari kewajiban apa yang harus ia lakukan.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Berdasarkan hasil temuan di lapangan baik wawancara maupun observasi, bahwa kecerdasan emosional siswa yang tinggal di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor, antara lain:

### **a. Faktor Lingkungan Keluarga**

Menurut wawancara peneliti dengan subjek, bahwa kondisi keluarga menjadi salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap karakteristik siswa yang tinggal di Panti Asuhan Yatim Grogol Sukoharjo. Hal ini disebabkan lingkungan keluarga yang mencakup orang tua dan anak, di mana keluarga merupakan sekolah pertama

untuk mempelajari emosional contoh anak dapat mengenali, mengelola diri, dan memanfaatkan perasaan serta dapat membina tanggung jawab. Seperti yang dituturkan oleh subjek bahwa keluarga menjadi faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional siswa yang tinggal di panti, bahwa:

*“...Siswa di panti asuhan yang memiliki emosi tinggi memiliki sifat yang sulit mengontrol dirinya seperti sering berkelahi dan emosian gitu, rata-rata siswa yang memiliki karakter ini dari keluarga yang mengalami broken home, kurang perhatian, dan kasih sayang dari orang tuannya selama masih tinggal dengan keluarga atau kerabat yang mengasuhnya dulu gitu.”*

(NSM1/HS/W1/21-06-2022/L18/10.00-11.30)

*“...Misalkan siswa yang dulunya pernah tinggal sama keluarganya dan ternyata pola asuh yang diberikan oleh orang tuanya atau kerabatnya salah, itu berakibatnya ke perilaku siswa. Sehingga siswa yang ada di panti asuhan yatim muhammadiyah memiliki sikap pemarah dan ada yang murung. Ya beda-beda pokoknya Mas tergantung dari latar belakang siswa itu sendiri Mas.”*

(NSM2/NH/W1/23-06-2022/L18/09.00-11.00)

Berdasarkan penuturan subjek, dapat disimpulkan bahwa keluarga merupakan pondasi utama emosional siswa yang tinggal di panti. Siswa yang memiliki latar belakang keluarga yang harmonis (bukan korban *broken home*), kecil kemungkinan siswa akan menjadi individu yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Tetapi, jika siswa yang berasal dari keluarga *broken home* atau pola asuh orang tua yang salah, besar peluang siswa akan kesulitan dalam mengatur emosionalnya. Oleh sebab itu, siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, maka akan berdampak pada perilaku siswa itu sendiri seperti mudah tersinggung, sulit mengontrol emosi, kurang memotivasi diri, dan tidak bertanggung jawab.

#### b. Faktor Lingkungan Sosial

Menurut wawancara peneliti dengan subjek, tidak hanya lingkungan keluarga saja yang berpengaruh terhadap emosional. Lingkungan sosial juga berpengaruh terhadap emosional siswa di

Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Hal ini dikarenakan lingkungan merupakan *stressor* bagi siswa dalam emosionalnya. Oleh sebab itu, lingkungan sosial berpengaruh dalam menentukan kecerdasan emosional siswa yang ada di panti. Seperti yang dituturkan subjek:

“...Awalnya sedih Mas karena merasa udah ga punya keluarga yang lengkap lagi, dan juga saya harus di pindahkan ke panti asuhan ini. Sebenarnya saya tidak bisa terima dengan dipindahkannya ke panti asuhan ini, tapi ya gimana lagi Mas tidak ada yang membiayai saya untuk bersekolah dan makan sehari-hari.”

“...Mereka semua sebenarnya orang baik-baik Mas. Tapi ya aku sering juga berkelahi dengan teman panti saat tinggal di sini karena ada yang jail dan iseng jadi saya emosi.”  
(NSM3/OAI/W1/21-06-2022/L20/13.00-14.00)

“...Ya gitu Mas. Di sini saya merasa ga lengkap, gak ada keluarga yang dapat memperhatikan saya, tidak ada komunikasi dengan keluarga saya sendiri, sehingga saya menganggap ada yang kurang Mas di panti asuhan yatim muhammadiyah menurut saya .”  
(NSM4/MYM/W1/23-06-2022/L23/13.00-14.00)

Dari penuturan subjek, dapat disimpulkan bahwa siswa yang tinggal di panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo ini mengalami *shock* sehingga ia kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan barunya. Hal ini sebabkan siswa belum mampu menemukan lingkungan yang dapat menggantikan fungsinya sebagai keluarga. Selain itu, siswa yang mendapatkan *stressor* dari lingkungan sebelum tinggal di panti asuhan dan dia tidak mampu mengolah dengan baik, respon yang dihasilkan pun akan berupa gangguan emosional seperti kesulitan siswa dalam mengontrol emosi sehingga menyebabkan perkelahian.

### **3. Dampak *Self Management* dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional**

Adapun dampak *self management* yang diterapkan terhadap siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yaitu, sebagai berikut:

a. Mampu melatih pola pikir

Tak dapat dipungkiri bahwa *self management* juga berdampak pada pola pikir siswa yang ada di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Setelah melakukan *self management*, siswa panti mampu melatih pola pikirnya menjadi lebih tenang dan mampu berpikir positif. Hal ini seperti yang diungkapkan subjek, yaitu:

“...Siswa yang melakukan *self management* jadi lebih bisa mengatur emosinya, berpikir positif, mampu membuat rencana sehari-hari, dan dengan sadar ia mampu bertanggung jawab dengan kewajibannya di panti.”

(NSM1/HS/W2/04-07-2022/L53/08.00-10.30)

“...siswa yang melakukan *self management* mampu melatih pola pikir siswa yang menjadikannya lebih bisa tenang, dapat mengontrol emosi, dan tidak mudah tersinggung...”

(NSM2/NH/W2/06-07-2022/L51/09.00-11.30)

Berdasarkan pemaparan subjek, dapat dijelaskan bahwa siswa panti yang telah melakukan *self management*, memiliki sikap yang lebih tenang dan berpikir positif sehingga siswa lebih mudah dalam mengubah pola pikirnya. Karena perubahan pola pikir itulah yang menyebabkan siswa mampu membedakan hal-hal yang bersifat *positive thinking* atau *negative thinking*. Selain itu, hal serupa juga dituturkan oleh siswa panti sendiri, antara lain:

“...Sekarang sih saya lebih *positive thinking* Mas. Dikit-dikit jangan neting pokoknya tenang aja gitu, intinya saya selalu tenang menghadapi permasalahan yang ada di panti asuhan ini Mas.”

(NSM3/OAI/W2/12-07-2022/L10/13.00-14.00)

“...Misalnya, saya yang gampang banget ini itu seperti sulit mengontrol emosi, sekarang saya mampu melati pola pikir saya untuk segala urusan dibawa tenang aja Mas jadi lebih enak.”

(NSM4/MYM/W2/14-07-2022/L11/10.00-11.00)

Dari pemaparan siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo di atas, bahwa *self management* mampu membawa perubahan pada pola pikir siswa. Hal ini dapat dilihat bahwa siswa yang awalnya mudah *negative thinking* mampu mengubah menjadi



*positive thinking*. Karena perubahan pola pikirnya tersebut siswa menjadi lebih tenang dalam melakukan aktivitasnya di panti.

b. Mampu dalam mengatur emosi

Setelah melakukan *self management*, siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo menjadi mudah dalam mengatasi emosionalnya. Subjek mengatakan bahwa siswa menjadi lebih sabar dan tidak mudah tersinggung. Seperti yang dituturkan oleh subjek:

*“...Ada siswa yang tadinya marah-marah sulit mengontrol emosinya jadi lebih sabar karena mereka menganggap bahwa dengan emosi tidak akan menyelesaikan permasalahan dan hanya berakibat buruk pada diri mereka sendiri...”*  
(NSM1/HS/W2/04-07-2022/L36/08.00-10.30)

*“...Siswa yang pemarah jadi ga gampang emosian. Ada siswa yang dulu sering berkelahi karena bercandaan sama temen sekarang jadi lebih tenang dan ga terpancing Mas...”*  
(NSM2/NH/W2/06-07-2022/L38/09.00-11.30)

Dari penuturan subjek dapat dianalisis bahwa siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo setelah melakukan *self management* mampu mengatur emosi mereka. Hal ini dapat dilihat bahwa siswa yang awalnya pemarah karena hal sepele atau tidak tahu penyebabnya menjadi lebih sabar dan tidak mudah tersinggung. Bukan hanya pihak panti yang merasakan dampak positif karena telah menerapkan *self management* kepada siswanya. Tetapi, hal serupa juga berdampak pada siswa panti itu sendiri seperti yang telah diungkapkan subjek:

*“Saya merasa lebih rileks Mas dengan diberikannya teknik self management ini. Selain itu, saya juga ga gampang dibawa perasaan Mas hehe. Pokoke jadi lebih sabar Mas, dan mampu mengontrol emosi saya. Alhamdulillah”*  
(NSM3/OAI/W2/12-07-2022/L6/13.00-14.00)

*“Saya lebih bisa mengontrol emosi Mas. Bisa lebih sabar dan ga mudah tersinggung Mas jadinya kalau ada teman yang bercanda gitu yaudah ga gampang dibawa perasaan apalagi sampai berkelahi Mas. Semua itu aku sadar hanya membuang waktu saja.”*  
(NSM4/MYM/W1/14-07-2022/L6/10.00-11.00)

Berdasarkan penuturan siswa di atas, dapat dipaparkan bahwa setelah mereka melakukan *self management* membawa perubahan pada emosi siswa. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan siswa yang mampu mengontrol emosinya. Siswa yang awalnya mudah tersinggung karena celotehan siswa lain di panti yang biasanya menjadikan itu semua menjadi momentum perkelahian, namun setelah melakukan *self management* siswa lebih bisa sabar dan tidak mudah tersinggung karena hal sepele.

c. Mampu menyusun rencana dengan baik dan berpikir positif

*Self management* rupanya juga berdampak pada siklus kehidupan siswa yang ada di panti dalam melakukan kegiatannya sehari-hari. Hal ini berarti bahwa siswa Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yang telah melakukan *self management*, mampu menyusun rencana kehidupannya dengan baik. Siswa dapat menyusun rencananya karena emosi dan pola pikir siswa yang sudah berubah menjadi lebih baik. Seperti yang dikatakan subjek:

*“...Siswa yang melakukan self management jadi lebih bisa mengatur emosinya, berpikir positif, mampu membuat rencana sehari-hari, dan dengan sadar ia mampu bertanggung jawab dengan kewajibannya mereka berada di panti asuhan yatim ini.”*  
(NSM1/HS/W2/04-07-2022/L53/08.00-10.30)

*“...Siswa ada yang bikin jadwal harian gitu Mas. Jadi siswa diberikan tugas untuk membuat catatan harian dengan tujuan merubah perilakunya Seperti bagaimana siswa mengubah perilakunya yang menyimpang, hal ini bertujuan agar siswa tidak gagal.”*  
(NSM2/NH/W2/06-07-2022/L52/09.00-11.30)

Berdasarkan wawancara dengan subjek, dapat dipaparkan bahwa siswa panti setelah melakukan *self management*, mereka mampu menyusun aktivitas kesehariannya. Hal tersebut dapat dilihat bahwa terdapat siswa panti yang membuat jadwal harian semata agar aktivitasnya berjalan lancar. Hal serupa juga dituturkan oleh siswa panti, yaitu:

“...Sekarang kalau mau lakuin apa-apa tak planing, seperti mencatat tugas harian yang diberikan pengasuh, jadi bikin aku sadar juga tentang kewajibanku sebagai siswa. Saya rutin abis sholat Maghrib membaca Al-Qur'an, tak buat jadwal harian gitu Mas...”

(NSM3/OAI/W2/12-07-2022/L16/13.00-14.00)

“...Dulu aku susah banget buat hafalan Al-Qur'an karena ga hafal-hafal tapi sekarang setelah aku bikin jadwal dan catatat harian seperti yang diberikan oleh pengasuh, jadi cepet hafalannya...”

(NSM4/MYM/W2/14-07-2022/L20/10.00-11.00)

Dari penuturan siswa ketika wawancara, dapat diperoleh informasi bahwa siswa yang telah melakukan *self management* mampu mengatur dirinya sendiri dengan membuat jadwal aktivitas kesehariannya. Hal ini siswa lakukan agar ia mampu memahami prioritas kegiatan yang ia lakukan di panti. Oleh karena itu, siswa mampu mengorganisir dirinya dan mampu menyelesaikan kewajibannya sebagai siswa di panti yaitu menambah hafalan Al-Qur'an setiap harinya.

d. Sadar akan perbuatan dan kewajiban yang harus dilakukan

*Self management* mampu menjadikan siswa sadar akan perbuatan dan kewajiban yang harus dilakukan. Hal ini berarti siswa sudah paham mengetahui kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek:

“...Dengan sadar siswa mampu bertanggung jawab dengan kewajibannya di panti, asuhan ini, seperti menghafal Al-Qur'an yang dilaksanakan dan disetorkan oleh pengasuh setiap jumat..”

(NSM1/HS/W2/04-07-2022/L55/08.00-10.30)

“...Siswa yang sering ga target hafalannya jadi rutin setoran karena sering muroja'ah bersama teman yang lainnya dan juga karena siswa ingat sadar akan perbuatan dan kewajibannya yang harus dilakukan di panti asuhan ini. Siswa dengan sadar melakukan itu sendiri karena ingat akan kewajibannya.”

(NSM2/NH/W2/06-07-2022/L40/09.00-11.30)

Berdasarkan hasil dari wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa siswa sudah bisa memahami tanggung jawabnya sebagai siswa di panti ini. Dapat dilihat bahwa siswa yang sebelumnya tidak target dengan bacaan Al-Qur'annya, sekarang siswa rutin setoran karena sering *muroja'ah*. Dengan demikian, siswa melakukan itu semua secara sadar karena sudah paham akan kewajibannya. Hal ini sama seperti yang dikatakan oleh siswa, yaitu:

*“...Saya rutin abis sholat Maghrib membaca Al-Qur'an, tak buat jadwal harian gitu Mas. Sehingga saya sadar akan perbuatan dan kewajiban saya tinggal di panti ini.*

*Aku bikin jadwal harian biar bisa ngatur waktu Mas. Kapan aku harus bermain, kapan belajar hal ini aku buat dengan tujuan biar gak tertinggal dengan teman yang ada di panti asuhan masss.....”*

(NSM3/OAI/W2/12-07-2022/L17/13.00-14.00)

*“...Dulu aku susah banget buat hafalan Al-Qur'an karena ga hafal-hafal, tapi sekarang setelah aku bikin jadwal jadi cepet hafalannya Mas. Setelah tak jadwal gitu aku jadi enak Mas terus ya Alhamdulillah kewajibanku di panti jadi gak ketertinggalan dengan teman.”*

(NSM4/MYM/W2/14-07-2022/L17/10.00-11.00)

Dari penuturan siswa, dapat disimpulkan bahwa ia sudah menyadari kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai siswa. Maka dari itu, ia secara sadar melakukan kewajibannya tanpa paksaan. Hal ini sangat membawa pengaruh yang positif bagi siswa karena mampu melakukan kewajibannya dengan baik. Siswa juga mampu membedakan kapan waktunya ia bermain dan kapan ia harus belajar. Dengan demikian, *self management* mampu mengubah siswa menyadari kewajiban dan perbuatan apa yang harus dilakukan.

### **C. Pembahasan**

Setelah menyajikan data dan hasil penelitian lapangan dengan proses pengambilan data yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi maka peneliti akan melakukan analisis data. Adapun analisis data yang diperoleh peneliti dari penyajian data adalah sebagai berikut:

## **1. Deskripsi Proses Terjadinya Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo**

Berdasarkan hasil *assesment* yang dilakukan, didapatkan data bahwa siswa memiliki emosi yang tinggi. Emosi siswa ini disebabkan karena beberpa faktor seperti siswa kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal barunya (panti asuhan), perilaku siswa yang kurang baik seperti berkata kasar ketika tinggal bersama keluarganya terkadang masih terbawa ketika tinggal di panti asuhan, dan siswa belum mampu menemukan lingkungan yang dapat menggantikan fungsinya sebagai keluarga.

Melihat kasus yang dialami oleh siswanya pihak panti memberikan konseling dengan teknik *self management*. Hal ini dilakukan untuk membangun rasa kepedulian antara ibu pengasuh dan remaja. Dengan adanya rasa kepedulian yang tinggi, maka dapat terjalin komunikasi yang baik antara remaja dengan ibu pengasuh. Hal ini sesuai dengan pendapat Hasanah (2010), kepedulian konsep yang mendasari mutu serta hubungan manusia sepanjang sejarah. Sehingga tindakan manusia yang mengabaikan orang lain akan berakibat kesulitan secara lebih luas.

Pada penelitian ini, proses konseling dengan teknik *self management* untuk menangani kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo, dilakukan oleh pengasuh dan siswannya selama satu bulan. Pengasuh memberi sedikit penjelasan mengenai teknis pada saat dilakukannya proses konseling ketika berlangsung, penjelasan pengasuh salah satunya mengenai waktu pelaksanaan konseling. Waktu pelaksanaan proses konseling adalah kurang lebih selama 30 menit sampai dengan 60 menit, durasi waktu dapat berubah sesuai target yang ingin dicapai.

Dengan adanya proses konseling dengan teknik *self management* dapat dilakukan pengambilan keputusan mendasar yang dijadikan acuan untuk mengatasi permasalahan. Proses konseling diberikan ibu pengasuh

kepada siswa dengan tujuan siswa menjadi lebih mendapatkan perhatian secara khusus sehingga merasa lebih dipedulikan dan mendapatkan pujian yang sangat disukai. Hal ini dapat merubah perilaku menjadi lebih positif lagi seperti, sikap awalnya yang mudah emosi menjadi sabar, dari mudah bosan menjadi sikap yang baik dalam mengambil keputusan yang baik serta lebih percaya diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Lauster (2003), kurang percaya diri sikap dan keyakinan atas kemampuan diri sehingga dalam tindakan mengalami kecemasan dengan apa yang sedang dialami.

## **2. Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional**

Teknik *self management* merupakan kemampuan diri dalam individu untuk mengatur dirinya dalam berbagai hal-hal seperti strategi yang dapat mengembangkan diri menjadi lebih baik. Menurut Komalasari, dkk (2016) *self management* atau manajemen diri merupakan prosedur dimana seseorang mengatur perilakunya sendiri. Hal ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar seperti menentukan perilaku, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diharapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Dari hasil penelitian langkah-langkah *self management* yang dilakukan di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo adalah sebagai berikut:

### **a. Tahap Memonitori Diri**

Pengasuh melakukan observasi mengenai tingkah laku siswa yang ada di panti. Setelah mengamati tingkah laku siswa, kemudian pengasuh memanggil siswa yang bermasalah untuk pergi ke ruang konseling. Pada tahap ini pengasuh meminta siswa untuk membuat rancangan target yang ingin dicapai. Pengasuh mengajak siswa untuk mencatat perilaku dan jadwal keseharian dari siswa itu sendiri. Perilaku yang ditulis yakni sering kehilangan kesabaran, sering

berkelahi, tidak adanya target dalam kehidupannya dan tidak bertanggung jawab.

b. Tahap Evaluasi Diri

Pengasuh melakukan sesi konseling dan siswa menjelaskan permasalahannya mengenai kesulitan siswa dalam mengendalikan emosinya. Kemudian, pengasuh mengajak siswa untuk mengevaluasi perilakunya dan menyuruh siswa untuk *review* kembali catatan konselingnya, tujuannya untuk menindak lanjuti proses konseling yang telah dilaksanakan oleh pengasuh. Setelah siswa mampu mengevaluasi tingkah lakunya, siswa akan memahami apakah program yang pengasuh terapkan terhadap siswa sudah tepat atau belum. Selain itu tahap evaluasi juga dilakukan pengasuh untuk mengetahui keseharian siswa setelah proses konseling dilakukan, pengasuh memperhatikan kegiatan sebelum melakukan konseling dan setelah melakukan konseling.

c. Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan, dan Hukuman

Pengasuh memberikan motivasi terhadap siswa, pengasuh mengajak siswa agar terus melakukan *self management*. Pengasuh juga menekankan bahwa siswa harus mampu memahami dirinya sendiri sehingga ia mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Hal ini bertujuan agar siswa mampu melakukan aktivitas secara lancar dan menyadari kewajiban apa yang harus ia lakukan. Pengasuh juga membantu siswa mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri dengan tujuan untuk mengarahkan perilaku ke arah yang diinginkan oleh siswa.

Pengasuh membantu siswa untuk membuat perencanaan selama menjalani *self management*. Hal ini bertujuan agar siswa dengan sendirinya mampu melakukan perjanjian dengan dirinya sendiri. Dengan demikian, apabila siswa mampu memahami dirinya, mengevaluasi perilakunya sehingga mampu membawa ke perkembangan yang lebih baik, siswa akan lebih bisa mengontrol

emosi yang ada pada dirinya. Tetapi, pada tahap ini pengasuh sangat ekstra dalam melakukan *follow up* ke siswa dikarenakan terdapat siswa yang harus melalui pendekatan tertentu agar siswa mampu melakukan *self management* secara kontinyu.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo, terdapat persamaan antara teori dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu pada tahapan melakukan *self management*. Tahapan yang dilakukan oleh pengasuh terhadap siswa dalam menerapkan *self management*, sangat relevan dengan pendapat dari Komalasari & dkk, (2011) bahwa tahapan *self management* terdiri dari tiga yaitu tahap memonitori diri; tahap evaluasi diri; dan tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman.

Dalam melakukan *self management*, pengasuh sangat membutuhkan keterampilan yang ekstra agar siswa mampu menerapkan *self management* secara kontinyu. Tidak mudah bagi pengasuh karena harus melakukan pendekatan ke siswa agar *self management* tetap dilakukan. Pada tahapan ini cukup sulit dikarenakan membutuhkan kemauan dan kesadaran siswa agar *self management* tetap dilanjutkan atau tidak. Selain itu, perbedaan karakter siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo menjadi tantangan tersendiri bagi pengasuh agar siswa tetap melakukan *self management*.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Berdasarkan hasil temuan di lapangan baik hasil wawancara maupun observasi, diperoleh bahwa kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo dipengaruhi oleh faktor-faktor kecerdasan emosional yaitu, sebagai berikut:

#### **a. Faktor Lingkungan Keluarga**

Lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap karakteristik siswa yang tinggal di Panti Asuhan



Yatim Grogol Sukoharjo. Hal ini disebabkan karena lingkungan keluarga mencakup orang tua dan anak, di mana keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosional. Terbukti dalam wawancara peneliti dengan subjek HS dan NH bahwa lingkungan keluarga sangat mempengaruhi kecerdasan emosional siswa. Siswa panti yang berasal dari keluarga *broken home* dan mendapatkan pola asuh yang salah sewaktu tinggal dengan orang tuanya cenderung memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Hal ini relevan dengan teori Goleman (2015) Faktor lingkungan keluarga mencakup orang tua dan anak, dimana lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosional.

b. Faktor Lingkungan Sosial

Selain lingkungan keluarga, faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yaitu faktor lingkungan sosial. Dalam penelitian ini, keadaan lingkungan menjadi faktor yang cukup berperan mengenai kecerdasan emosional siswa. Apabila kondisi lingkungan mendukung, maka kecerdasan emosional siswa tidak akan terganggu, tapi jika kondisi lingkungan kurang mendukung maka yang terjadi adalah sebaliknya. Hal ini sangat relevan dengan pendapat Hariwijaya (2005) bahwa kecerdasan emosional individu dipengaruhi oleh perkembangan yang ada di sekitarnya sehingga jika tidak mampu mengelola stressor dengan baik, maka akan menyebabkan masalah yang kompleks dan ketidakstabilan emosi pada individu.

Jika dilihat dari hasil wawancara, maka perilaku yang ditimbulkan oleh siswa tergantung ada tidaknya stimulus yang berasal dari lingkungannya. Seperti yang dituturkan oleh subjek OAI bahwa, ketika ia pindah ke panti awalnya merasa sedih dan tidak memiliki keluarga. Tetapi karena kondisi, mau tidak mau OAI harus tetap tinggal di panti. Selain itu, ia juga merasa jengkel dan emosi ketika ada yang jail kepadanya ketika pindah ke panti. Hal serupa juga

dikatakan oleh subjek MYM bahwa ketika ia pindah ke panti merasa hidupnya ada yang kurang dan tidak lengkap.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa lingkungan sosial menjadi faktor pendukung kecerdasan emosional siswa. Siswa panti yang memiliki kecerdasan emosional karena mereka mengalami gejolak emosi yang disebabkan siswa belum mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya. Selain itu, siswa panti juga belum bisa menemukan lingkungan yang dapat menggantikan fungsinya sebagai keluarga dan kebiasaan mereka sebelum tinggal di panti masih terbawa, seperti pemarah, mudah tersinggung, kurang memotivasi diri, dan tidak bertanggung jawab. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Yusuf (2009) yang mengatakan bahwa siswa yang mengalami goncangan emosi disebabkan karena tekanan dan ketegangan dalam mencapai kematangannya. Kematangan yang dimaksud yaitu kemampuan siswa dalam mengatur emosionalnya.

#### **4. Dampak *Self Management* terhadap Kecerdasan Emosional**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, *self management* berdampak terhadap kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo yang meliputi:

##### **a. Mampu melatih pola pikir**

*Self management* berdampak pada perubahan pola pikir siswa yang ada di panti. Setelah pengasuh menerapkan *self management* siswa, terjadi perubahan pola pikir siswa seperti siswa menjadi lebih tenang dan berpikir positif. Selain itu, siswa juga mampu membedakan hal-hal yang bersifat *positive thinking* atau *negative thinking*. Hal ini relevan dengan pendapat dari Batbaul (2021), bahwa manfaat dari *self management* berguna dalam pengubahan pola dan pikiran individu secara kognitif.

##### **b. Mampu mengatur emosi**

Setelah siswa melakukan *self management*, dampak yang ia rasakan yaitu kemampuan siswa dalam mengatur emosinya. Siswa yang tadinya mudah tersinggung menjadi lebih sabar misalnya jika ada celotehan siswa lain di panti mengenai dirinya, mereka lebih bisa sabar dan menganggap itu semua hanya bahan bercandaan sehingga siswa tidak mudah tersulut emosi. Hal ini sangat relevan dengan pendapat dari Nurita (2012), bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung mampu mengekspresikan emosionalnya dengan cara yang tepat.

c. Mampu menyusun rencana dengan baik dan berpikir positif

Kemampuan siswa dalam menyusun rencana dan selalu berpikir positif merupakan salah satu dampak yang ditimbulkan setelah siswa melakukan *self management*. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan siswa yang dapat membuat jadwal harian untuk aktivitasnya. Siswa dapat menyusun rencananya karena emosi dan pola pikir siswa yang sudah berubah menjadi lebih baik. Hal ini siswa lakukan agar ia mampu memahami prioritas kegiatan yang ia lakukan di panti. Hal ini relevan dengan pendapat Suwardani dkk, (2014) bahwa *self management* bertujuan untuk mengelola perilaku individu dan mengarahkannya mencapai ke kehidupan yang produktif dan lebih baik.

d. Sadar akan perbuatan dan kewajiban yang harus dilakukan

Setelah melakukan *self management*, siswa sadar akan perbuatan dan kewajiban yang harus dilakukan di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Dapat dilihat dari perilaku siswa bahwa setelah ia mampu menyusun rencananya, dari situ siswa akan membedakan kegiatan apa yang harus dilakukan terlebih dahulu. Dengan demikian, siswa paham akan prioritas. Hal ini relevan dengan pendapat dari Goleman (2005), bahwa individu dengan kecerdasan emosional tinggi yaitu individu mampu memikul tanggung jawab yang besar.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari hasil analisa terkait dengan proses temuan selama pelaksanaan teknik *self management* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. *Self management* yang dilakukan di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo untuk meningkatkan kecerdasan emosional dilakukan dengan: 1. Tahap observasi diri atau monitori diri, dimana siswa melakukan dengan membuat rancangan target yang ingin dicapai dan cara mencapainya. Kemudian siswa membuat target untuk menjadikan perilaku sebelumnya yang dirasa kurang sesuai menjadi lebih terarah. 2. Tahap evaluasi diri, siswa mengevaluasi tugas yang diberikan. Kemudian siswa akan membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah dilakukannya *treatment*. 3. Tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman, dimana siswa diberikan motivasi, siswa juga diberikan hukuman jika tidak bisa melakukan perubahan pada tingkah lakunya.
2. Kecerdasan emosional yang dimiliki siswa sebelum terbiasa melakukan *self management* belum begitu baik. Hal ini ditandai dengan kebiasaan siswa yang sering kali kehilangan kesabaran, kesal terhadap hal yang tidak jelas dan sering berkelahi. Namun semenjak siswa melakukan *self management* siswa menunjukkan perubahan yang signifikan dari segi pola pikir dan tingkah laku. Perilaku siswa yang lain seperti mudah marah, kurang mampu menyusun rencana, dan tidak bertanggung jawab sudah mulai jarang terlihat pada siswa.

#### B. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa dalam melakukan penelitian masih adanya kekurangan atau keterbatasan, baik dari segi proses maupun menganalisis

dalam hasil penelitian. Keterbatasan penelitian yang dilakukan pada penelitian yaitu, peneliti dalam proses penelitian mengalami kesulitan dalam mengamati siswa panti ketika sedang melakukan proses *self management* hal tersebut dikarenakan konseli merupakan seorang siswa yang harus bersekolah. Hal ini menghambat karena tugas-tugas dari sekolahan dan panti asuhan, sehingga membuat peneliti harus menyesuaikan jadwal agar tidak mengganggu waktu belajar konseli.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka penulis mengajukan saran-saran kepada pihak-pihak yang terkait, yaitu:

#### **1. Bagi Penulis**

Diharapkan penelitian ini memberikan pengetahuan mengenai penerapan teknik *self management* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo.

#### **2. Bagi Pihak Panti**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah saya lakukan, peneliti memberikan saran bagi pengasuh di panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo untuk lebih memahami karakter siswa dan mendampingi siswa agar mendapatkan bimbingan seperti yang diharapkan. Serta menjadikan anak tumbuh menjadi pribadi lebih baik dan bertanggung jawab dalam menjalankan kehidupannya di masa depan.

#### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan penelitian ini bisa dilanjutkan dengan menggunakan metode dan pendekatan yang berbeda agar mendapatkan data yang lebih mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M & Asrori. (2011). *Psikologi Remaja-Perkembangan Peserta Didik*. PT. Bumi Aksar.
- Annisa. (2017). *Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018*. Universitas Negeri Raden Intan Lampung.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Barida, M & Prasetiawan, H. (2018). Urgensi Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Moral Siswa SMP. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 27-36.
- Batbaul, B. (2021). *Self Management untuk Meningkatkan Kinerja Bidan*. Indramayu: CV Adanu Abimata.
- Creswell, J.W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- El-Sulthani, L. M. (2002). *Menghadapi Marah*. Jakarta: (al-Mawardi Prima).
- Gie, & Liang, T. (2000). *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Goleman, D. (2000). *"Kecerdasan Emosional."* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2005). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2015). *Emotional Intelligence : Kecerdasan emosional mengapa EL lebih penting dari pada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gunarsa, & Singgih. (2004). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Gunawan, I. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hamalik, O. (2001). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hariwijaya. (2005). *Tes Kecerdasan Emosional*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Komalasari, dkk. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta Barat: PT. Indeks.
- Komalasari, dkk. (2016). *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Erlangga.

- M, Thofa, AS. (2016). *Mengatasi Rendahnya Kecerdasan Emosional Melalui Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management Pada Siswa Kelas XI SMA N 1 Jekulo Kudus*. Universitas Muria Kudus.
- Makhfud. (2011). Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Aktifis BEM IAIN Sunan Ampel Surabaya. *Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan*, 10.
- Moleong, LJ. (2007). *Metedologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Mooney, dkk. (2005). A Review of Self-Management Interventions Targeting Academic Outcomes for Students with Emotional and Behavioral Disorders. *Journal of Behavioral Education*, 14(3), 203–221.
- Nuraini. (2011). *Konsep Diri Negative Pada Remaja*.
- Nurita, M. (2012). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional (EQ) dengan Kinerja Perawat pada Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta Selatan*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Rajasa, S. (1998). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, Disertai Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia yang Disempurnakan*. Mitra Cendekia.
- Retnowati, DA & Hadi. (2013). Penerapan Strategi Pengolahan Diri (Self Management) untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home. *Jurnal BK Unesa*, 03.
- Rustanto, B. (2015). *Penelitian Kualitatif Pekerjaan Sosial*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rzkrachmaa. (2018). *Manajemen Diri*. Retrieved from [www.Kompas.com](http://www.Kompas.com) di Akses pada Tanggal 1 Januari 2021.
- Salovey, P & Mayer, J. (1990). *Emotional Inteligence. Imagination, Cognition and Personality*. 9(3), 185–211.
- Shapiro, L. (1997). *Mengerjakan Emotional Inteligence pada Anak. (Alih Bahasa: Alex Tri Kantjono)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Soekanto, S. (2002). *Teori Peranan*. Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surjastuti, C. S. I. (2012). *Landasan Konseptual Perencanaan dan Perancangan Panti Asuhan Anak Terlantar di Yogyakarta*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

- Suwardani, N. P, dkk. (2014). *SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI SISWA KELAS VIII B3 SMP NEGERI 4 SINGARAJA Universitas Pendidikan Ganesha*. (1).
- Thompson, R. (2018). A Qualitative Phenomenological Study of Emotional and Cultural Intelligence of International Students in The United States of America. *Journal of International Students*, 8(2), 1220–1255.
- Wachida, NR & Habibie, MLH. (2021). Self Manajemen dalam Meningkatkan Kualitas Menghafal Al-Quran. *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam*, 11(1), 25–38.
- Wiguna. (2010). *Masalah Emosi dan Perilaku Pada Anak dan Remaja di Poliklinik Jiwa Anak dan Remaja RSUPN Dr. Ciptomangunkusumo (RSCM)* (Vol. 12). Jakarta: Sari Pediatr.
- Yulianingsih, W, dkk. (2021). Self-Management Strategies Bagi Santri di SMA Trensains Tebuireng Jombang. *Community Development Journal*, 2(3), 1087–1095.
- Yusuf, S. (2009). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press.



## LAMPIRAN

### *Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup*

#### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

##### **A. Identitas Pribadi**

Nama : Adi Purwanto  
Tempat, Tanggal Lahir : Sukoharjo, 09 November 1999  
Alamat : Dukuh RT 03 RW 03 Kelurahan Dukuh, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Agama : Islam  
Email : [adiprwt09@gmail.com](mailto:adiprwt09@gmail.com)

##### **B. Riwayat Pendidikan**

1. SD Negeri Dukuh 01 (2005-2011)
2. SMP Negeri 5 Sukoharjo (2011-2014)
3. MAN Sukoharjo (2014-2017)
4. UIN Raden Mas Said Surakarta (2017-Sekarang)

*Lampiran 2 Panduan Observasi*

## PANDUAN OBSERVASI

Panduan observasi peneliti lakukan bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian dan menambah informasi mengenai topik penelitian.

Berikut aspek-aspek yang akan peneliti observasi antara lain:

Nama Subjek :

Tempat Observasi :

Waktu Observasi :

Hal yang Diobservasi :

*Lampiran 3 Transkrip Hasil Observasi*

## TRANSKIP HASIL OBSERVASI

Nama Subjek : Ibu HS (Koordinator Panti)  
Tempat Observasi : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo  
Waktu Observasi : Senin, 13 Juni 2022 / Pukul 09.00 – 11.00 WIB  
Hal yang Diobservasi : Observasi Sarana dan Prasarana Panti

Pada hari Senin 13 Juni 2022 saya melakukan observasi di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Di sana, saya langsung bergegas menuju kantor panti asuhan terlebih dahulu sebelum melakukan observasi. Di kantor panti, saya disambut hangat oleh Ibu HS sebagai coordinator panti. Sebelumnya, satu hari sebelum melakukan observasi, saya telah melakukan konfirmasi terlebih dahulu melalui pesan singkat bahwa saya akan melakukan observasi mengenai sarana dan prasarana Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo. Setelah berbincang sebentar dengan Ibu HS, saya langsung berkeliling panti untuk melakukan observasi.

Saat melakukan observasi, saya diperlihatkan dan dijelaskan mengenai sarana dan prasarana yang ada di panti. Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo terdapat beberapa sarana dan prasarana antara lain ruang guru, ruang komputer, aula, ruang tata usaha, ruang konseling, dan masih banyak lainnya. Dari banyaknya sarana dan prasarana yang ada di panti, menurut saya yang paling menarik perhatian peneliti yaitu ruang konseling. Di panti ini, ruang konseling berfungsi sebagai wadah siswa untuk menyampaikan masalahnya dan sebagai ruang motivator bagi siswa yang tidak disiplin. Setelah dirasa cukup peneliti melakukan observasi, Ibu HS langsung mengajak kembali ke kantor. Sesampainya di kantor, saya mengobrol sebentar dan membuat janji lagi untuk melakukan observasi selanjutnya. Kemudian, saya langsung berterima kasih dan pamit pulang.

## TRANSKIP HASIL OBSERVASI

- Nama Subjek : Ibu NH (Pengasuh Panti)
- Tempat Observasi : Mushola Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo
- Waktu Observasi : Kamis, 16 Juni 2022 / Pukul 19.30 - 21.00 WIB
- Hal yang Diobservasi : Observasi Hafalan Al-Qur'an Siswa Panti

Pada hari Kamis 16 Juni 2022 saya kembali lagi ke Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo untuk melakukan observasi saya yang kedua didampingi oleh Ibu NH (Pengasuh Panti). Saat itu, saya melakukan observasi di mushola panti tepatnya selepas sholat isya. Siswa yang saya observasi kira-kira sebanyak 32 yang sedang berkumpul di mushola untuk melakukan hafalan Al-Qur'an. Mereka begitu fokus dan bersemangat saat melakukan hafalan. Namun, terdapat 2 siswa dari mereka yang mencuri perhatian saya karena ia sangat berontak ketika disuruh menyetorkan hafalan Al-Qur'annya. Ibu NH dan ustadz yang ada di sana langsung berusaha menenangkan keduanya tetapi mereka tidak menghiraukannya. Setelah proses menenangkan yang cukup lama dan suasana dirasa sudah kondusif proses hafalan Al-Qur'an pun sudah selesai. Kemudian, siswa panti langsung bergegas melakukan aktivitas yang lain tetapi ada yang masih di mushola. Setelah itu, saya langsung berpamitan kepada Ibu NH dan ustadz yang ada di sana.

## TRANSKIP HASIL OBSERVASI

Nama Subjek : Ibu HS (Koordinator Panti) dan Ibu NH (Pengasuh Panti)  
Tempat Observasi : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo  
Waktu Observasi : Senin, 20 Juni 2022 / Pukul 13.00 – 14.00 WIB  
Hal yang Diobservasi : Observasi *Self Management* Siswa

Senin 20 Juni 2022 saya kembali lagi ke Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo untuk melakukan observasi yang didampingi oleh Ibu HS selaku koordinator panti dan Ibu NH selaku pengasuh panti. Di sana, saya mengamati 2 siswa panti yang berinisial OAI dan MYM belum bisa mengelola kecerdasan emosinya dengan baik. Hal ini terlihat bahwa kedua siswa tersebut memiliki emosi yang sangat sensitif dan tak jarang keduanya terlibat perkelahian hanya karena masalah yang sepele. Selain itu, ketika keduanya melakukan setoran hafalan Al-Qur'an, mereka sangat tidak bersemangat seperti kehilangan motivasi dan sempat berontak karena tak kunjung hafal dengan bacaan yang diberikan. Namun, setelah diberikan masukan oleh Ibu HS dan Ibu NH keduanya kembali bersemangat untuk melakukan hafalan Al-Qur'an. Karena mereka mampu mengolah emosinya dengan baik dan sikapnya yang memotivasi dirinya sendiri, ia langsung fokus dan mampu menyelesaikan tugas hafalannya. Keduanya melakukan *self management* secara sadar sehingga memudahkan mereka dalam mengatur emosi sehingga aktivitasnya dapat berjalan dengan baik. Kemudian setelah saya selesai observasi, saya langsung berpamitan dan meninggalkan lokasi observasi.

*Lampiran 4 Panduan Wawancara*

PANDUAN WAWANCARA PENELITIAN

**“Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo”**

Identitas Informan

Narasumber :

Usia :

Waktu Wawancara :

Lokasi Wawancara :

Wawancara ke- :

| NO | INDIKATOR                                      | PERTANYAAN   |
|----|--|--|
| 1  | Langkah-langkah <i>Self Management</i>         | 1. Apa saja langkah-langkah dalam melakukan <i>self management</i> ?                               |
|    |  | 2. Bagaimana langkah-langkah dalam <i>self management</i> ?  |
| 2  | Bentuk <i>Self Management</i> Negatif          | 1. Bagaimana cara menerapkan <i>self management</i> ketika menghadapi kesulitan?                   |
|    |  | 2. Seberapa sering terjebak dalam situasi yang sulit?  |
| 3  | Bentuk <i>Self Management</i> Positif          | 1. Bagaimana cara memberikan <i>reinforcement</i> positif dalam melakukan <i>self management</i> ? |
|    |  | 2. Apa saja dampak positif dari melakukan <i>self management</i> ?                                 |
| 4  | Tahapan Melakukan <i>Self Management</i>       | 1. Bagaimana metode yang digunakan dalam melakukan <i>self management</i> ?                        |
|    |  | 2. Strategi yang seperti apa agar penerapan <i>self management</i> dapat berhasil?                 |
| 5  | Kelebihan dan Kelemahan <i>Self Management</i> | a. Apa saja hambatan dalam melakukan <i>self management</i> ?                                      |
|    |  | b. Apa saja kelebihan dalam melakukan <i>self management</i> ?                                     |

*Lampiran 5 Transkrip Hasil Wawancara*

**TRANSKIP HASIL WAWANCARA**

**IBU HS (KOORDINATOR PANTI)**

Narasumber : Ibu HS (Koordinator Panti)

Usia : 43 tahun

Waktu Wawancara : Selasa, 21 Juni 2022 / Pukul 10.00 – 11.30 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 1

*(P: Pewawancara, N: Narasumber)*

| BARIS | KET | DIALOG   |
|-------|-----|--|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum Bu. <i>(sambil mengetok pintu)</i>                    |
| 2     | N   | Wa'alaikummusalam Mas. Silahkan masuk.                                 |
| 3     | P   | Mohon maaf Bu mengganggu waktunya. Perkenalkan saya Adi                |
| 4     |     | Purwanto mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta Program Studi          |
| 5     |     | Bimbingan dan Konseling Islam. Maksud dan tujuan kedatangan            |
| 6     |     | saya ke sini untuk melakukan penelitian skripsi saya dengan judul      |
| 7     |     | "Teknik <i>Self Management</i> untuk Meningkatkan Kecerdasan           |
| 8     |     | Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol              |
| 9     |     | Sukoharjo." Maka dari itu, saya memohon izin kesediaannya Ibu HS       |
| 10    |     | selaku koordinator panti apakah berkenan menjadi narasumber saya?      |
| 11    | N   | Dengan senang hati Mas.  |
| 12    | P   | Langsung saja ya Bu.   |
| 13    |     | Latar belakang siswa yang tinggal di panti ini dari mana Bu?           |
| 14    | N   | Mayoritas siswa yang ada di sini itu karena faktor ekonomi             |
| 15    |     | keluarganya Mas. Tapi ada juga yang yatim-piatu dan anak <i>broken</i> |
| 16    |     | <i>home</i> .  |
| 17    | P   | Berarti dari perbedaan itu juga ngaruh ke karakter si siswa Bu?        |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 18 | N | Sangat berpengaruh Mas. Siswa yang sering berkelahi dan emosian           |
| 19 |   | gitu rata-rata dari korban <i>broken home</i> , kurang kasih sayang gitu. |
| 20 | P | Biasanya kalau siswa yang terlibat perkelahian itu karena apa Bu?         |
| 21 | N | Haduh masalah sepele Mas.   |
| 22 |   | Padahal cuma lagi main-main bercanda sama temennya, eh salah              |
| 23 |   | satu dari mereka ada yang tersinggung yaudah berantemlah itu Mas.         |
| 24 | P | Siswanya kurang bisa mengendalikan emosinya dengan baik ya Bu             |
| 25 |   | berarti?  |
| 26 | N | Iya bener Mas. Kalau yang dikit-dikit berantem, waktunya hafalan          |
| 27 |   | Al-Qur'an ngamuk gitu ya ada Mas. Biasanya siswa yang seperti itu         |
| 28 |   | yang belum memiliki kecerdasan emosionalnya dengan baik.                  |
| 29 | P | Lantas, bagaimana sikap Ibu HS menangani siswa yang seperti itu?          |
| 30 | N | Saya ajak siswa untuk melakukan <i>self management</i> Mas.               |
| 31 |   | Pertama saya observasi dulu Mas sikap siswa yang memiliki                 |
| 32 |   | emosional yang rendah. Kemudian, saya langsung mengajak siswa             |
| 33 |   | tersebut ke ruang konseling untuk bercerita. Nah, dari situ biasanya      |
| 34 |   | saya jadi tau alasannya. Setelah saya tau penyebabnya, saya beri          |
| 35 |   | motivasi agar dia menjadi lebih baik. Setelah itu, saya amati             |
| 36 |   | perilakunya, apabila dia berhasil berubah dia akan sadar sendiri          |
| 37 |   | dengan apa yang ia kerjakan Mas. Contohnya, ada siswa yang                |
| 38 |   | berontak ketika disuruh hafalan, saya ajak ngobrol dia saya tanya         |
| 39 |   | kenapa. Alasannya sangat klasik karena malas, tugas sekolahnya            |
| 40 |   | banyak dan tiap hari hafalan jadi capek. Tapi setelah saya beri           |
| 41 |   | motivasi, dia melakukan apa yang saya berikan, sekarang dia lebih         |
| 42 |   | semangat untuk hafalan.   |
| 43 | P | Bagaimana jika ada siswa yang memiliki kecerdasan emosional               |
| 44 |   | rendah tetapi sangat susah diajak melakukan <i>self management</i> Bu?    |
| 45 | N | Saya selalu rutin melakukan pendekatan ke siswa tersebut Mas. Saya        |
| 46 |   | ingatkan pentingnya memiliki kecerdasan emosional yang baik.              |



|    |   |  |
|----|---|--|
| 47 | P | Baik Bu segini dulu saja pertanyaan dari saya. Nanti saya akan |
| 48 |   | wawancara Ibu lagi.  |
| 49 | N | Baik Mas nanti konfirmasi saja Mas di WA.                      |
| 50 | P | Baik Bu. Terima kasih Bu atas waktunya, Saya izin pamit pulang |
| 51 |   | dulu. Assalamu'alaikum. ( <i>sambil berjabat tangan</i> )      |
| 52 | N | Iya Mas ati-ati. Wa'alaikummussalam.                           |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

### IBU HS (KOORDINATOR PANTI)

Narasumber : Ibu HS (Koordinator Panti)

Usia : 43 tahun

Waktu Wawancara : Senin, 4 Juli 2022 / Pukul 08.00 – 10.30 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 2

(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET | DIALOG  |
|-------|-----|---|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum Bu.  |
| 2     | N   | Wa'alaikumussalam Mas Adi silahkan silahkan.  |
| 3     | P   | Bagaimana kabarnya Bu?  |
| 4     | N   | Alhamdulillah Mas sehat. Njenengan priapun Mas?   |
| 5     | P   | Alhamdulillah Bu sehat. Di sini saya izin untuk wawancara Ibu HS                                  |
| 6     |     | lagi nggeh?   |
| 7     | N   | Iya Mas santai aja.   |
| 8     | P   | Bagaimana cara Ibu dalam memberikan <i>self management</i> kepada                                 |
| 9     |     | siswa yang bermasalah?  |
| 10    | N   | Saya selalu memberinya motivasi Mas. Biasanya siswa panti yang                                    |
| 11    |     | memiliki kecerdasan emosional rendah itu hilangnya motivasi dari                                  |
| 12    |     | diri mereka jadi bingung mau ngapain makanya mereka jadi lebih                                    |
| 13    |     | sensitif Mas. Dari situ nanti saya beri penegasan apabila emosi kita                              |
| 14    |     | terkontrol, maka kita lebih mudah dalam menjalani aktivitas.                                      |
| 15    |     | Apalagi bagi siswa sangat penting, di panti siswa harus setiap hari                               |
| 16    |     | menyetorkan hafalan Al-Qur'annya, jadi jangan sampai karena hal itu hafalan siswa jadi terganggu. |

|  |   |   |
|--|---|---|
| 17   | P | Kalau untuk strategi dalam melakukan <i>self management</i> yang Ibu lakukan seperti apa?   |
| 18<br>19<br>20<br>21<br>22<br>23             | N | Biasanya saya rutin melakukan konseling Mas. Saya panggil satu-persatu siswa ke ruang konseling. Di sana siswa akan menceritakan permasalahan yang dihadapinya. Dari situ, saya bisa tau permasalahan dan langkah seperti apa yang akan saya lakukan. Setelah konseling, siswa harus bikin catatan biar tau progresnya. Saya juga selalu memberi motivasi biar siswa tetap semangat.  |
| 24   | P | Motivasi apa yang selalu Ibu lontarkan kepada siswa?  |
| 25<br>26<br>27<br>28<br>29<br>30<br>31<br>32 | N | Saya selalu menyemangati siswa di balik semua masalah pasti akan ada jalan keluarnya. Selain itu, saya juga menyuruh siswa untuk terus melakukan <i>self management</i> . Hal ini sangat penting dikarenakan apabila siswa mampu memahami tingkah lakunya sendiri, membuat catatan, dan yang penting biar bisa memberi motivasi terhadap dirinya. Nanti tingkah laku siswa yang suka marah-marah jadi lebih tenang, mudah mengontrol emosi, mampu menyusun agendanya, dan ia sadar akan perbuatan yang dilakukan. |
| 33<br>34                                     | P | Lalu, apakah sudah ada pengaruh <i>self management</i> terhadap kecerdasan emosional siswa di panti Bu?   |
| 35<br>36<br>37<br>38<br>39<br>40<br>41       | N | Sudah sangat terlihat Mas. Ada siswa yang tadinya marah-marah jadi lebih sabar. Terus siswa jadi bisa tenang dan berpikir positif terutama dalam menghafal Al-Qur'an. Selain itu, ada siswa yang awalnya sangat malas untuk melakukan hafalan ternyata setelah melakukan <i>self management</i> ia jadi lebih bersemangat dan rutin melakukan setoran hafalan Al-Qur'an. Mereka yang sudah menerapkan <i>self management</i> sudah sadar akan kewajiban mereka di panti Mas.                                      |
| 42<br>43                                     | P | Untuk hambatan dalam melakukan <i>self management</i> sendiri ada atau tidak Bu?  |
| 44<br>45                                     | N | Tentunya ada Mas. Biasanya ga secara langsung siswa mau melakukan <i>self management</i> . Saya sebagai Ibu panti ya harus pinter-  |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 46 |   | pinter melakukan pendekatan ke siswa. Nanti kalau siswa sudah        |
| 47 |   | nyaman otomatis bakal cerita sendiri permasalahannya jadi kita lebih |
| 48 |   | enak buat ngasih masukan dan motivasi gitu Mas.                      |
| 49 | P | Pertanyaan terakhir, apakah ada pengaruh positif setelah siswa       |
| 50 |   | menerapkan <i>self management</i> ?                                  |
| 51 | N | Ada Mas. Perilaku siswa jadi berubah ke arah yang positif karena     |
| 52 |   | kecerdasan emosionalnya juga ikut meningkat. Siswa yang              |
| 53 |   | melakukan <i>self management</i> jadi lebih bisa mengatur emosinya,  |
| 54 |   | berpikir positif, mampu membuat rencana sehari-hari, dan dengan      |
| 55 |   | sadar ia mampu bertanggung jawab dengan kewajibannya di panti.       |
| 56 | P | Baik sepertinya sudah cukup informasinya Bu. Terima kasih telah      |
| 57 |   | meluangkan waktunya Bu. Saya langsung izin pamit dulu Bu.            |
| 58 |   | Assalamu'alaikum.  |
| 59 | N | Sama-sama Mas. Semoga penelitiannya lancar yaa.                      |
| 60 |   | Wa'alaikummussalam.  |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

### IBU NH (PENGASUH PANTI)

Narasumber : Ibu NH (Pengasuh Panti)

Usia : 33 tahun

Waktu Wawancara : Kamis, 23 Juni 2022 / Pukul 09.00 – 11.00 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 1

(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET   | DIALOG  |
|-------|---|---|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum Bu.  |
| 2     | N   | Wa'alaikummusalam Mas. Monggo Mas masuk.                              |
| 3     | P   | Mohon maaf Bu mengganggu waktunya. Perkenalkan saya Adi               |
| 4     |   | Purwanto mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta Program Studi         |
| 5     |   | Bimbingan dan Konseling Islam. Maksud dan tujuan kedatangan           |
| 6     |   | saya ke sini untuk melakukan penelitian skripsi saya dengan judul     |
| 7     |   | “Teknik <i>Self Management</i> untuk Meningkatkan Kecerdasan          |
| 8     |   | Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol             |
| 9     |   | Sukoharjo.” Maka dari itu, saya memohon izin kesediaannya Ibu HS      |
| 10    | selaku koordinator panti apakah berkenan menjadi narasumber saya? |   |
| 11    | N   | Boleh Mas. Mau tanya apa?   |
| 12    | P   | Bagaimana latar belakang siswa yang tinggal di panti ini Bu?          |
| 13    | N   | Mayoritas siswa yang ada di sini itu karena faktor ekonomi            |
| 14    |   | keluarga Mas. Ada anak yatim-piatu juga dan anak <i>broken home</i> . |
| 15    | P   | Apakah dari perbedaan latar belakang siswa juga berpengaruh ke        |
| 16    |   | karakter siswa sendiri Bu?  |
| 17    | N   | Tentunya berpengaruh Mas. Misalkan siswa yang dulunya pernah          |
| 18    |   | tinggal sama keluarganya eh ndelalah pola asuh orang tuanya salah     |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 19 |   | itu akibatnya ke perilaku siswa. Nanti siswa ada yang pemaarah ada |
| 20 |   | yang murung juga. Ya beda-beda pokoknya Mas tergantung latar       |
| 21 |   | belakang siswa itu sendiri.  |
| 22 | P | Apakah antar siswa pernah ada yang berkelahi Bu?                   |
| 23 | N | Iya ada Mas. Biasanya siswa yang kaya gitu itu yang mudah marah-   |
| 24 |   | marah itu tadi jadi kalau ada temennya ga sengaja nyletuk apa gitu |
| 25 |   | tersinggung. Nanti ujungnya berantem.                              |
| 26 | P | Berarti siswa yang seperti itu belum bisa mengendalikan emosinya   |
| 27 |   | sendiri ya Bu?   |
| 28 | N | Heem Mas. Siswa yang bermasalah itu yang memiliki kecerdasan       |
| 29 |   | emosionalnya rendah. Nanti kaya gitu juga dampaknya ke hafalan     |
| 30 |   | Al-Qur'annya Mas. Ada yang waktunya hafalan malah males-           |
| 31 |   | malesan, berontak gitu.  |
| 32 | P | Lantas, bagaimana sikap Ibu HS menyikapi siswa yang seperti itu?   |
| 33 | N | Saya mengajak siswa untuk melakukan <i>self management</i> Mas.    |
| 34 |   | Nanti saya bakal memonitori tingkah laku si siswa Mas. Kalau ada   |
| 35 |   | siswa yang bermasalah langsung saya tegur dan saya panggil ke      |
| 36 |   | ruang konseling. Disana, saya bertanya kenapa seperti itu. Nanti   |
| 37 |   | dengan sendirinya si siswa langsung menjelaskan. Tapi ga semua     |
| 38 |   | siswa bisa disamaratakan seperti ini Mas. Ada yang butuh           |
| 39 |   | pendekatan terlebih dahulu baru siswa mau melakukan <i>self</i>    |
| 40 |   | <i>management</i> .  |
| 41 | P | Apa yang akan Ibu lakukan jika ada siswa yang memiliki kecerdasan  |
| 42 |   | emosional rendah tetapi sangat susah diajak melakukan <i>self</i>  |
| 43 |   | <i>management</i> ?  |
| 44 | N | Ya itu tadi Mas sudah saya jelaskan.                               |
| 45 |   | Saya selalu rutin melakukan pendekatan ke siswa. Apabila saya      |
| 46 |   | sudah membuat nyaman siswa nanti siswa gampang diberi masukan.     |
| 47 | P | Baik Bu saya kira cukup sekian pertanyaan dari saya. InsyaAllah    |
| 48 |   | minggu depan saya akan ke sini lagi untuk meminta bantuan Ibu.     |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 49 | N | Nggeh Mas.  |
| 50 |   | Nanti langsung kabari saya saja ndak usah sungkan.  |
| 51 | P | Baik Bu. Terima kasih Bu atas waktunya.             |
| 52 |   | Saya izin pamit pulang dulu.                        |
| 53 |   | Assalamu'alaikum. ( <i>sambil berjabat tangan</i> ) |
| 54 | N | Iya Mas ati-ati.                                    |
| 55 |   | Wa'alaikummussalam.                                 |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

### IBU NH (PENGASUH PANTI)

Narasumber : Ibu NH (Pengasuh Panti)

Usia : 33 tahun

Waktu Wawancara : Rabu, 6 Juli 2022 / Pukul 09.00 – 11.30 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 2

(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET | DIALOG   |
|-------|-----|--|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum Bu. <i>(sambil mengetuk pintu)</i>  |
| 2     | N   | Wa'alaikumsalam Mas. Mari masuk.   |
| 3     | P   | Sebelumnya terima kasih Bu atas kesediaannya untuk saya wawancarai lagi. Njenengan sehat Bu?   |
| 4     | N   | Alhamdulillah sehat. Mas Adi sendiri gimana kabare?  |
| 5     | P   | Alhamdulillah Bu sehat wal 'afiat. Apakah Ibu NH bersedia saya wawancarai?   |
| 6     |     |  |
| 7     | N   | Boleh Mas monggo.  |
| 8     | P   | Bagaimana cara Ibu dalam memberikan <i>self management</i> kepada siswa yang bermasalah?   |
| 9     |     |  |
| 10    | N   | Saya selalu memberi motivasi ke siswa Mas biar anak-anak itu semangat buat belajar, jadi orang yang baik, dan bermanfaat buat sekitar. Apalagi saya sering menegaskan ke siswa pentingnya melakukan <i>self management</i> supaya membantu siswa mengubah perilaku, emosi, dan pola pikirnya. Kalau siswa mampu melakukan <i>self management</i> yang enak juga dirinya sendiri Mas. Siswa lebih konsentrasi dan fokus buat hafalan Al-Qur'an. Ngejar targetnya juga jadi lebih mudah jadi siswa ga perlu khawatir akan kena hukuman |
| 11    |     |  |
| 12    |     |  |
| 13    |     |  |
| 14    |     |  |
| 15    |     |  |
| 16    |     |  |
| 17    |     |  |



|    |   |   |
|----|---|---|
| 18 |   | kalau ga sesuai target. Selain itu kalau siswa mampu melakukan <i>self management</i> biasanya emosinya bisa terkontrol ga sering masuk ruang konseling Mas.  |
| 19 |   |   |
| 20 |   |   |
| 21 | P | Strategi melakukan <i>self management</i> yang Ibu lakukan seperti apa?   |
| 22 | N | Saya panggil satu-persatu siswa ke ruang konseling. Nanti siswa akan bercerita. Setelah bercerita, saya ajak siswa mereview catatan konseling mereka juga Mas biar siswa mengamati perilakunya.   |
| 23 |   |   |
| 24 |   |   |
| 25 | P | Apakah Ibu NH juga memberi solusi ke siswa?   |
| 26 | N | Iya Mas. Saya selalu beri solusi ketika siswa ada masalah. Tapi saya juga selalu memberi mereka motivasi agar <i>output</i> dari mereka juga bagus Mas. Saya menekankan ke siswa untuk melakukan <i>self management</i> . Hal ini karena akan membawa dampak positif ke siswa. Apabila siswa mampu memonitori dirinya, melakukan evaluasi dan memberi penguatan terhadap dirinya, maka pola pikir siswa akan berubah menjadi lebih tenang, mudah mengontrol emosi, mampu menyusun rencananya dengan baik, dan sadar akan perbuatan yang ia lakukan. |
| 27 |   |   |
| 28 |   |   |
| 29 |   |   |
| 30 |   |   |
| 31 |   |   |
| 32 |   |   |
| 33 |   |   |
| 34 |   |   |
| 35 | P | Lalu, apakah sudah ada pengaruh <i>self management</i> terhadap   |
| 36 |   | kecerdasan emosional siswa di panti Bu?   |
| 37 | N | Sangat berpengaruh Mas.<br>Siswa yang pemaarah jadi ga gampang emosian. Ada siswa yang dulu sering berkelahi karena bercandaan sama temen sekarang jadi lebih tenang dan ga terpancing Mas. Selain itu, siswa yang sering ga target hafalannya jadi rutin setoran karena sering <i>muroja'ah</i> . Siswa dengan sadar melakukan itu sendiri karena ingat akan kewajibannya.   |
| 38 |   |   |
| 39 |   |   |
| 40 |   |   |
| 41 |   |   |
| 42 |   |   |
| 43 | P | Apakah ada hambatan dalam melakukan <i>self management</i> Bu?  |
| 44 | N | Pasti ada. Karakter siswa di panti ini kan berbeda-beda, jadi harus pandai-pandainya kita melakukan pendekatan ke siswa. Ya salah satunya dengan selalu memberi dukungan ke siswa.  |
| 45 |   |   |
| 46 |   |   |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 47 | P | Pertanyaan terakhir, apakah ada pengaruh positif setelah siswa menerapkan <i>self management</i> ?  |
| 48 |   |   |
| 49 | N | Adalah Mas.   |
| 50 |   | Kecerdasan emosional siswa jadi ikut meningkat. Hal itu sangat terlihat di pola pikir siswa yang menjadi lebih tenang, tidak mudah tersinggung, siswa ada yang bikin jadwal harian gitu Mas, dan dia jadi sadar kewajiban apa dia sebagai siswa di panti ini. |
| 51 |   |   |
| 52 |   |   |
| 53 |   |   |
| 54 | P | Baik sepertinya cukup Bu.   |
| 55 |   | Terima kasih atas bantuannya. Saya izin pulang langsung.  |
| 56 |   | Assalamu'alaikum.   |
| 57 | N | Sama-sama Mas.  |
| 58 |   | Wa'alaikumsalam.  |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

(SISWA OAI)

Narasumber : OAI (Nama Diinisialkan)

Usia : 15 tahun

Waktu Wawancara : Selasa, 21 Juni 2022 / Pukul 13.00 – 14.00 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 1

(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET | DIALOG   |
|-------|-----|--|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum dik. Maaf mengganggu, boleh minta waktunya sebentar?  |
| 2     |     |  |
| 3     | N   | Wa'alaikumsalam. Gimana Mas?   |
| 4     | P   | Perkenalkan dik saya Adi Purwanto dari mahasiswa UIN jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Adik sendiri siapa namanya.  |
| 5     |     |  |
| 6     | N   | Saya OAI mas. Panggil aja O.   |
| 7     | P   | Saya di sini bermaksud untuk mewawancarai adik untuk tugas akhir saya dik mengenai teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa panti. Apakah dik O bersedia? |
| 8     |     |  |
| 9     |     |  |
| 10    | N   | Bersedia Mas.  |
| 11    | P   | Langsung saja ya dik. Adik O ini tinggal dipanti sejak kapan?  |
| 12    | N   | Udah lama banget Mas. Dari saya SD kelas 3 udah tinggal di panti.  |
| 13    | P   | Kalau boleh tau kenapa dik O pindah ke panti?  |
| 14    | N   | Orang tuaku bercerai Mas. Dulu pas tinggal bareng mereka sering berantem sampai Ibuku pernah dipukul sama Ayahku.  |
| 15    |     |  |
| 16    |     | Sejak saat itu ibuku yang ekonominya kurang jadi ga bisa membiayai aku sekolah. Makanya, aku disuruh tinggal di panti biar bisa sekolah lagi Mas.  |
| 17    |     |  |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 18 | P | Bagaimana perasaan adik pertama kali tinggal di sini?  |
| 19 | N | Awalnya sedih Mas karena merasa udah ga punya keluarga yang lengkap lagi tapi ya gimana lagi Mas.  |
| 20 |   |  |
| 21 | P | Tapi apakah teman-teman adik yang di panti ini langsung menerima kehadiran adik saat pertama kali tinggal di panti?                                    |
| 22 |   |  |
| 23 | N | Mereka baik-baik Mas. Tapi ya aku pernah juga berkelahi dengan teman panti saat tinggal di sini karena ada yang jail jadi emosi.                       |
| 24 |   |  |
| 25 | P | Seberapa adik berkelahi dengan siswa panti yang lain?  |
| 26 | N | Ga menentu Mas. Kalau ada yang bercandain aku, ga tau kenapa tersinggung Mas. Jadi langsung emosi gitu.  |
| 27 |   |  |
| 28 | P | Berarti karena terbawa emosi dan perasaan kamu yang mudah tersinggung jadi terpancing untuk berkelahi?   |
| 29 |   |  |
| 30 | N | Iya Mas. Lha gimana akunya udah emosi kalau dibercandain gitu.   |
| 31 | P | Pas adik berkelahi itu apa ada yang berusaha melerai?  |
| 32 | N | Temen-temen yang lain ikut melerai Mas. Terus ada juga temen yang langsung manggil ustadz suruh bantuin juga.  |
| 33 |   |  |
| 34 | P | Selain berkelahi, apakah adik pernah melakukan masalah lain di panti?  |
| 35 |   |  |
| 36 | N | Pernah Mas. Kalau ga karena berantem biasanya sering ditegur sama ustadz gara-gara ga hafalan Al-Qur'an.   |
| 37 |   |  |
| 38 | P | Maksudnya ga hafal bacaan Al-Qur'an dik?   |
| 39 | N | Di panti kan setiap hari harus setoran hafalan Al-Qur'an minimal 5 baris. Nah, pas jadwal setoran aku kadang belum hafal makannya ditegur sama ustadz. |
| 40 |   |  |
| 41 |   |  |
| 42 | P | Lha kenapa kamu kok belum hafal? Apa emang disengaja ga dihafalin atau gimana?   |
| 43 |   |  |
| 44 | N | Kalau lagi males sama capek dan tugas sekolah banyak ya akunya males hafalin Mas.  |
| 45 |   |  |
| 46 | P | Selain adik ga hafal bacaan Al-Qur'an adik ditegur apalagi?  |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 47 | N | Kadang pas waktunya hafalan aku malah mainan sendiri Mas.             |
| 48 |   | Kadang aku juga marah-marah ga jelas Mas karena ga hafal-hafal.       |
| 49 | P | Setelah kejadian itu, apakah adik pernah melakukan <i>self</i>        |
| 50 |   | <i>management</i> ?   |
| 51 | N | Pernah Mas. Pas bimbingan konseling sama Ibu Panti pernah             |
| 52 |   | disaranin terus aku coba tapi ya ga langsung bisa gitu. Aku awalnya   |
| 53 |   | males-malesan tapi tetep aku coba Mas. Lama kelamaan ya ada           |
| 54 |   | manfaatnya buat aku.  |
| 55 | P | Berarti adik sekarang jadi menerapkan <i>self management</i> itu buat |
| 56 |   | mengontrol diri kamu?   |
| 57 | N | Iya Mas. Soalnya jadi lebih bisa tenang.                              |
| 58 | P | Alhamdulillah dik. Kalau membawa perubahan positif semoga             |
| 59 |   | dipakai ya ke depannya.   |
| 60 |   | Semoga hafalannya lancar dan kamu bisa mengontrol emosimu lagi        |
| 61 |   | ya.   |
| 62 |   | Yaudah aku pamit pulang dulu ya dik. Makasih atas bantuannya.         |
| 63 |   | Insyallah minggu depan aku kesini lagi. Assalamu'alaikumm             |
| 64 | N | Iya Mas sama-sama. Ati-ati ya Mas.                                    |
| 65 |   | Wa'alaikumsalam.  |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

(SISWA OAI)

Narasumber : OAI (Nama Diinisialkan)

Usia : 15 tahun

Waktu Wawancara : Selasa, 12 Juli 2022 / Pukul 13.00 – 14.00 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 2

(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET | DIALOG  |
|-------|-----|---|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum dik.   |
| 2     | N   | Walaikumussalam Mas. Ada apa Mas?   |
| 3     | P   | Gini dek, saya minta izin lagi untuk wawancara adik mau enggak?             |
| 4     | N   | Iya Mas gapapa. Mau Tanya apa Mas?  |
| 5     | P   | Bagaimana emosi adik setelah menerapkan <i>self management</i> ?            |
| 6     | N   | Saya merasa lebih rileks Mas. Selain itu, saya juga ga gampang baper        |
| 7     |     | Mas hehe.   |
| 8     |     | Pokoke jadi lebih sabar Mas Alhamdulillah.                                  |
| 9     | P   | Kalau untuk pola pikir adik sendiri ada perubahan enggak?                   |
| 10    | N   | Sekarang sih saya lebih <i>positive thinking</i> Mas. Dikit-dikit jangan    |
| 11    |     | <i>neting</i> pokoknya tenang aja gitu.                                     |
| 12    | P   | Alhamdulillah dik kalau membawa manfaat bagi diri adik.                     |
| 13    |     | Perubahan apa yang sangat adik rasakan setelah melakukan <i>self</i>        |
| 14    |     | <i>management</i> ?   |
| 15    | N   | Hidupku jadi tertata Mas sekarang jadi ga mudah emosi juga.                 |
| 16    |     | Sekarang kalau mau lakuin apa-apa tak <i>plan</i> dulu jadi bikin aku sadar |
| 17    |     | juga tentang kewajibanku sebagai siswa. Saya rutin abis sholat              |
| 18    |     | Maghrib membaca Al-Qur'an, tak buat jadwal harian gitu Mas.                 |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 19 |   | Aku bikin jadwal harian biar bisa ngatur waktu Mas.   |
| 20 |   | Kapan aku harus bermain kapan belajar.  |
| 21 | P | Alhamdulillah dik semoga kamu bisa istiqomah nerapin <i>self management</i> ya dik biar membawa manfaat terutama bagi kamu sendiri. |
| 22 |   |   |
| 23 |   |   |
| 24 | N | Aamiinnnn...  |
| 25 |   | Makasih ya Mas ini semua juga berkat Mas dan Ibu panti.   |
| 26 |   | Masnya juga semoga penelitiannya lancar cepet lulus Mas terus   |
| 27 |   | jangan lupa nanti kalau udah lulus sering main sini lagi lo Mas.  |
| 28 | P | Aamiin. InsyaAllah dik.   |
| 29 |   | Yaudah segini aja dik wawancaranya udah cukup. Makasih ya di atas bantuannya selama ini. Saya pamit pulang dulu.                    |
| 30 |   |   |
| 31 |   | Assalamu'alaikum dik. ( <i>sambil berjabat tangan</i> )   |
| 32 | N | Sama-sama Mas. Ati-ati ya Mas.  |
| 33 |   | Walaikumussalam. ( <i>tersenyum dan berjabat tangan</i> )   |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

(SISWA MYM)

Narasumber : MYM (Nama Diinisialkan)

Usia : 15 tahun

Waktu Wawancara : Jum'at, 24 Juni 2022 / Pukul 13.00 – 14.00 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 1

(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET | DIALOG  |
|-------|-----|---|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum dik. Apa benar ini dengan dek MYM? ( <i>sambil</i> |
| 2     |     | <i>berjabat tangan</i> )  |
| 3     |     | Wa'alaikumsalam Mas. Iya Mas saya.                                  |
| 4     | P   | Perkenalkan dik saya Adi Purwanto dari mahasiswa UIN jurusan        |
| 5     |     | Bimbingan dan Konseling Islam. Saya akan mewawancarai adik          |
| 6     |     | untuk skripsi saya dik mengenai teknik <i>self management</i> untuk |
| 7     |     | meningkatkan kecerdasan emosional siswa panti. Apakah dik MYM       |
| 8     |     | bersedia?   |
| 9     | N   | Iya Mas silahkan.   |
| 10    | P   | Langsung saja ya dik. Bagaimana adik bisa tinggal di panti?         |
| 11    | N   | Saya udah tinggal di panti pas aku berusia 14 tahun Mas. Kedua      |
| 12    |     | orang tua menyuruhku pindah ke panti setelah lulus SD. Kata         |
| 13    |     | merekaa aku disuruh pindah ke panti biar bisa nerusin sekolah       |
| 14    |     | sampai SMP soalnya orang tuaku ga punya biaya Mas. Pas waktu itu    |
| 15    |     | aku juga baru punya adik yang mau masuk SD.                         |
| 16    | P   | Berarti adik tinggal dipanti ini karena keinginan orang tua adik ?  |
| 17    | N   | Iya Mas katane biar bisa lanjut sekolah.                            |
| 18    | P   | Bagaimana perasaan adik pertama kali tinggal di sini?               |



|    |   |  |
|----|---|--|
| 19 | N | Sedih Mas. Tapi juga kadang pengen kaya anak-anak di luar sana     |
| 20 |   | punya keluarga yang kaya biar aku ga disuruh tinggal di panti.     |
| 21 | P | Apakah teman-teman adik yang di panti ini langsung menerima        |
| 22 |   | kehadiran adik saat pertama kali kamu tinggal di panti?            |
| 23 | N | Ya gitu Mas. Di sini merasa ga lengkap gitu ada yang kurang Mas.   |
| 24 | P | Apakah adik di panti ini pernah berkelahi dengan siswa panti yang  |
| 25 |   | lain?  |
| 26 | N | Pernah Mas. Kalau ada yang mancing duluan ya aku ladenin.          |
| 27 | P | Maksudnya mancing duluan gimana dik?                               |
| 28 | N | Ya kadang ada yang usil atau bercandain apa gitu kalo bikin        |
| 29 |   | tersinggung aku marah dan ngajak berantem Mas.                     |
| 30 | P | Berarti adik pernah berantem dengan siswa panti yang lain ?        |
| 31 | N | Pernah Mas tapi ga sering juga kalo ada yang jail sama bikin emosi |
| 32 |   | aja.   |
| 33 | P | Berarti karena terbawa emosi dan perasaan kamu yang mudah          |
| 34 |   | tersinggung jadi terpancing untuk berantem?                        |
| 35 | N | Iyalah Mas lha dia bercandainnya ga enak.                          |
| 36 | P | Pas adik berantem itu apa ada yang berusaha melerai?               |
| 37 | N | Ada Mas. Pas ada temen-temen ya nanti mereka bantuin Mas. Tapi     |
| 38 |   | kalo mereka kadang ga bisa bantuin melerai langsung panggil        |
| 39 |   | pengurus panti.  |
| 40 | P | Selain berkelahi, apakah adik pernah melakukan masalah lain di     |
| 41 |   | panti?   |
| 42 | N | Pernah Mas.  |
| 43 | P | Biasanya masalah apa dik?  |
| 44 | N | Ga hafal bacaan Al-Qur'an Mas.                                     |
| 45 | P | Kenapa kamu ga hafal bacaan Al-Qur'an dik? Apa emang kamu          |
| 46 |   | sengaja ga hafalin?  |
| 47 | N | Kalo kegiatan panti pas banyak gitu aku kadang males hafalin Mas   |
| 48 |   | makannya pas waktunya setoran aku ga hafal.                        |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 49 | P | Berarti emang kamu sengaja ga hafalin sama sekali dik?                    |
| 50 | N | Awalnya hafalin Mas tapi emosi karena ga hafal-hafal yaudah ga jadi       |
| 51 |   | tak hafalin aja.  |
| 52 | P | Setelah kejadian itu, apakah adik pernah melakukan <i>self</i>            |
| 53 |   | <i>management</i> ?   |
| 54 | N | Pernah Mas. Pas bimbingan konseling sama Ibu Panti disaranin buat         |
| 55 |   | nerapin <i>self management</i> biar bisa mengontrol emosi terus aku coba. |
| 56 | P | Berarti adik sekarang jadi menerapkan <i>self management</i> itu buat     |
| 57 |   | mengontrol emosi kamu?  |
| 58 | N | Iya Mas soalnya aku jadi ga emosian sama ngatur jadwal hafalan.           |
| 59 | P | Alhamdulillah dik. Kalau membawa perubahan positif ke diri kamu.          |
| 60 |   | Semoga hafalannya lancar dan diterapin terus ya <i>self</i>               |
| 61 |   | <i>managementnya</i> .  |
| 62 |   | Yaudah aku pamit pulang dulu ya dik. Makasih atas bantuannya.             |
| 63 |   | Insyallah minggu depan aku kesini lagi. Assalamu'alaikum                  |
| 64 | N | Iya Mas sama-sama. Ati-ati ya Mas.  |
| 65 |   | Wa'alaikumsalam.  |

## TRANSKIP HASIL WAWANCARA

(SISWA MYM)

Narasumber : MYM (Nama Diinisialkan)

Usia : 15 Tahun

Waktu Wawancara : Kamis, 14 Juli 2022 / Pukul 10.00 – 11.00 WIB

Lokasi Wawancara : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Wawancara ke- : 2


(P: Pewawancara, N: Narasumber)

| BARIS | KET | DIALOG   |
|-------|-----|--|
| 1     | P   | Assalamu'alaikum dik. Boleh minta waktunya sebentar?                               |
| 2     | N   | Wa'alaikumssalam Mas. Iya Mas boleh.   |
| 3     | P   | Langsung ke pertanyaannya ya dik.  |
| 4     | N   | Iya Mas.   |
| 5     | P   | Bagaimana emosi adik setelah melakukan <i>self management</i> ?                    |
| 6     | N   | Saya lebih bisa mengontrol emosi Mas. Bisa lebih sabar dan ga                      |
| 7     |     | mudah tersinggung Mas jadinya kalau ada teman yang bercanda gitu                   |
| 8     |     | yaudah ga gampang baper apalagi sampai berkelahi Mas.                              |
| 9     | P   | Selain itu apakah melalui <i>self management</i> juga mengubah pola pikir          |
| 10    |     | adik?  |
| 11    | N   | Iya sangat mengubah. Misalnya, saya yang gampang banget ini itu                    |
| 12    |     | mikir sekarang dibawa tenang aja Mas jadi lebih enak.                              |
| 13    | P   | Alhamdulillah dik. Memang dik, pikiran kita sangat berpengaruh ke                  |
| 14    |     | perilaku kita. Jadi, apabila kita selalu berpikiran positif insyaAllah             |
| 15    |     | perilaku yang timbul juga akan positif.  |
| 16    |     | Apakah ada perubahan yang menonjol setelah adik melakukan <i>self management</i> ? |
| 17    | N   | Ada Mas. Banyak.   |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 18 |   | Saya yang dulunya gampang banget marah dan tersinggung jadi lebih bisa ngontrol emosi. Dulu aku susah banget buat hafalan Al-Qur'an karena ga hafal-hafal tapi sekarang setelah aku bikin jadwal jadi cepet hafalannya Mas. Setelah tak jadwal gitu aku jadi enak Mas terus ya Alhamdulillah kewajibanku di panti ga tertinggal juga. |
| 19 |   |   |
| 20 |   |   |
| 21 |   |   |
| 22 |   |   |
| 23 | P | Alhamdulillah sangat membantu dan membawa manfaat bagi diri adik. Semoga ke depannya adik bisa tetap melakukan <i>self management</i> biar membawa dampak positif ke diri adik terutama dalam mengontrol emosi ya.  |
| 24 |   |   |
| 25 |   |   |
| 26 |   |   |
| 27 | N | Aamiin.   |
| 28 |   | Iya Mas bakal tak pakai terus soale juga ngaruh banget di hafalanku.  |
| 29 |   | Kalau bisa ngontrol emosi ga gampang marah-marrah sama bisa   |
| 30 |   | motivasi diri sendiri aku lebih mudah buat hafalannya Mas.  |
| 31 | P | Aamiin. Yaudah aku pamit pulang dulu ya dik.  |
| 32 |   | Makasih udah mau tak wawancarai lagi.   |
| 33 |   | Assalamu'alaikum...   |
| 34 | N | Iya Mas sama-sama. Hati-hati Mas.   |
| 35 |   | Walaikumsalam.  |

## Lampiran 6 Dokumentasi

29



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**  
 Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781516 Fax. (0271) 782774  
 Homepage : www.iain-surakarta.ac.id E-mail: fud.uin@iain-surakarta.ac.id

---

Nomor : B- 1813/Un.20/F.I/PP.01.1/06/2022 Surakarta, 02 Juni 2022  
 Lampiran : -  
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.  
**Ketua Lembaga Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo**  
 Jalan Ds. Telukan RV/02 Rw/01, Kecamatan Grogol, Kabupten Sukoharjo, Jawa Tengah

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Islah., M. Ag  
 NIP : 19730522 200312 1 001  
 Pangkat : Pembina/(IV/a)  
 Jabatan : Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
 UIN Raden Mas Said Surakarta


Memohon izin Penelitian bagi mahasiswa kami:

Nama : Adi Purwanto  
 NIM : 171221111  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Waktu Penelitian : 03 Juni 2022 - 03 Juli 2022  
 Lokasi : **Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo**  
 Judul Penelitian : Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo.

Demikian surat ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**



Dr. Islah., M. Ag  
 NIP. 19730522 200312 1 001

Surat Penelitian



**PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO  
PENGELOLA LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK (LKSA)  
PANTI ASUHAN YATIM MUHAMMADIYAH  
GROGOL SUKOHARJO  
TERAKREDITASI A**



Telukan Rt.02 Rw.01 Kel. Telukan Kec. Grogol Kab. Sukoharjo 57552 Telp. (0271) 625678  
No.Rek.BRI :6910.01.016044.53.2 No. Rek. BPD Jateng : 3.030.23712.8. BSI No.Rek.6400.6400. 47 An. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo  
Facebook : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol YouTube : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Website : <http://paymgrogolsukoharjo.or.id>

**SURAT KETERANGAN**  
**NOMOR : 015/PAYM/IV.O/F/VI/2022**

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala LKSA Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo :

Nama : H. A. Djazim Djuwairi, BA  
Jabatan : Kepala Personalia Pengelola LKSA PAYM

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Adi Purwanto  
NIM : 171221111  
Program studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Penelitian : Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Adalah benar nama diatas melakukan Penelitian pada tanggal **03 Juni 2022 – 03 Juli 2022**, Di LKSA Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo.



Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Sukoharjo, 08 Juni 2022

Kepala  
LKSA WAT Muhammadiyah  
Grogol Sukoharjo

H. A. Djazim Djuwairi, BA  
NBM. 469954

Surat Penelitian


**PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO**  
**PENGELOLA LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK (LKSA)**  
**PANTI ASUHAN YATIM MUHAMMADIYAH**  
**GROGOL SUKOHARJO**  
**TERAKREDITASIA**


Telukan Rt.02 Rr.01 Kel. Telukan Kec. Grogol Kab. Sukoharjo 57562 Telp. (0271) 625678  
 No. Rekening: BRI 0910.01.016044.53.2 No. Rek. BPD Jateng : 3.030.23712.8 BSI No. Rek. 9400.8460.47 An. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo  
 Facebook : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol YouTube : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Website : http://psymgrogolsukoharjo.or.id

**FORM. D-4**

**CATATAN KEJADIAN PENTING**

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| Nama Anak Asuh : <u>MYM</u> | <input checked="" type="checkbox"/> L / <input type="checkbox"/> P NIA : |
|-----------------------------|--|

**A. TEMPAT DAN WAKTU KEJADIAN**

1. Hari, tanggal kejadian : Jumat, 24 Juni 2022
2. Waktu kejadian : 13.00 - 14.00
3. Tempat kejadian : Panti Asuhan
4. Kategori kejadian : (berkaitan dengan aspek perkembangan anak)
  - ASPEK FISIK       ASPEK SOSIAL       ASPEK PSIKOLOGIS
  - ASPEK RELIGI / MENTAL SPIRITUAL       ASPEK PENDIDIKAN DAN KETRAMPILAN
  - ASPEK LAIN-LAIN : Kecerdasan Emosional

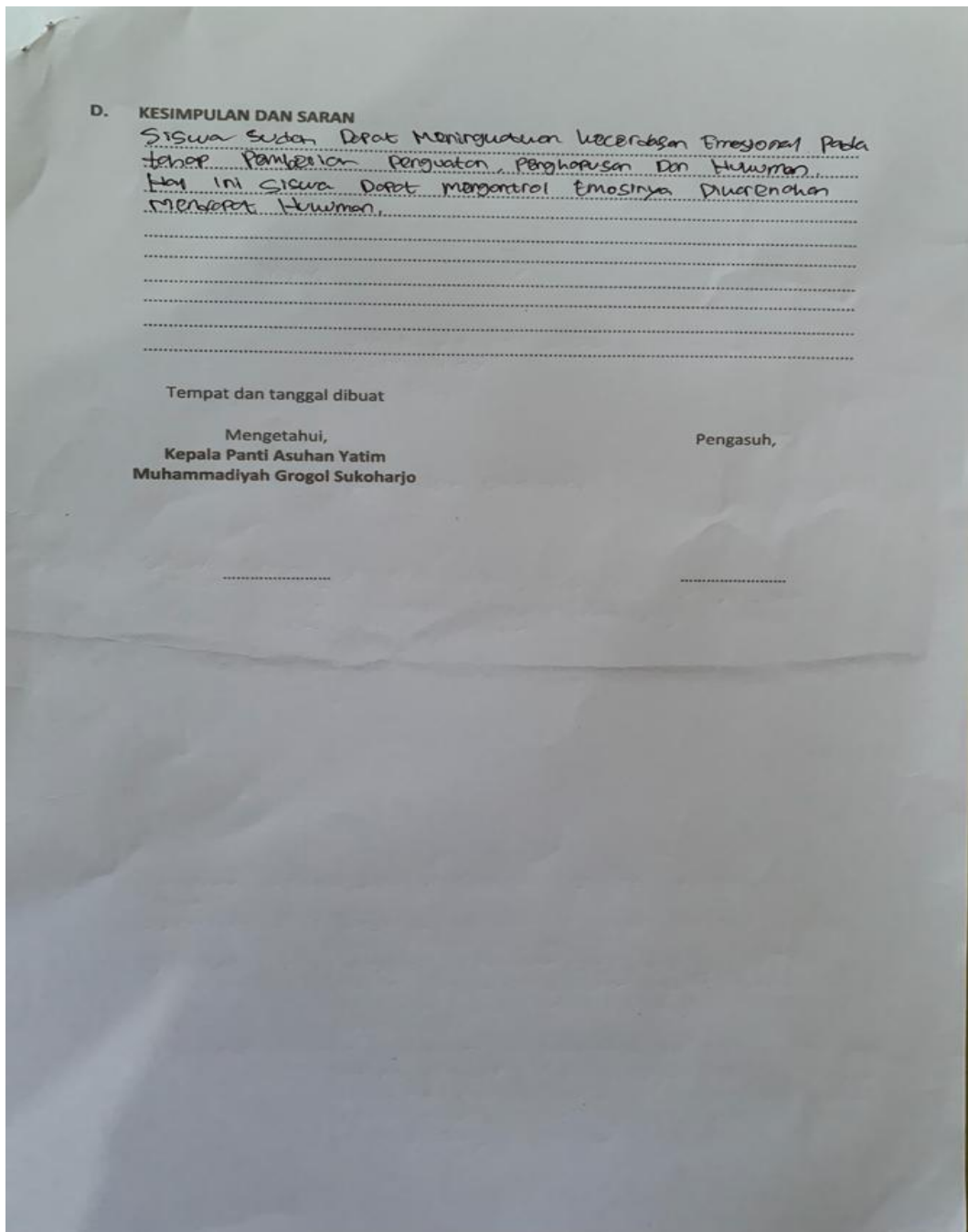
**B. URAIAN KEJADIAN**

1. Siswa sering berkelahi kurang lebih satu minggu setelah
2. Muda March
3. Sering tidak mematuhi perintah yang di suruh  
Oleh pihak Panti Asuhan

**C. TINDAKAN YANG TELAH DILAKUKAN**



Pembinaan melalui teknik Self Management Melalui  
Tahap :

- a) Memori Diri : Pengasuh melakukan observasi mengenai tingkah  
laku siswa di Panti
- b) Evaluasi Diri, Pengasuh melakukan sesi konseling terhadap  
siswa untuk menjelaskan permasalahannya dan  
mengarahkan siswa menerima kembali catatan  
konselingnya
- c) Pemberian penguatan penghapusan dan hukuman : Pengasuh memberikan  
motivasi terhadap siswa. Pengasuh juga memberikan  
penilaian melalui konskuensi yang dihasilkan  
sendiri dengan tujuan mengarahkan perilakunya  
kearah yang diinginkan siswanya.



Laporan Catatan Kejadian Penting  
(Rangkuman Komunikasi Persuasif di Panti Asuhan)  
(MYM)




**PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO**  
**PENGELOLA LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK (LKSA)**  
**PANTI ASUHAN YATIM MUHAMMADIYAH**  
**GROGOL SUKOHARJO**  
**TERAKREDITASIA**


Telukan Rt.02 Rw.01 Kel. Telukan Kac. Grogol Kab. Sukoharjo 57552 Telp. (0271) 625678  
 No.Rek.BRI: 6910.01.016044.53.2 No. Rek. BPD Jaleng : 3.030.23712.8, BSI No.Rek.8400.8400. 47 An. Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo  
 Facebook : Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Website : http://paymgrogolsukoharjo.or.id

---

**FORM. D-4**

---

**CATATAN KEJADIAN PENTING**

|                      |  |       |
|----------------------|--|-------|
| Nama Anak Asuh : OAI | <input checked="" type="checkbox"/> L / <input type="checkbox"/> P | NIA : |
|----------------------|--|-------|

**A. TEMPAT DAN WAKTU KEJADIAN**

1. Hari, tanggal kejadian : Selasa 21 Juni 2022
2. Waktu kejadian : 13.00 - 14.00
3. Tempat kejadian : Panti Asuhan
4. Kategori kejadian : (berkaitan dengan aspek perkembangan anak)
  - ASPEK FISIK       ASPEK SOSIAL       ASPEK PSIKOLOGIS
  - ASPEK RELIGI / MENTAL SPIRITUAL       ASPEK PENDIDIKAN DAN KETRAMPILAN
  - ASPEK LAIN-LAIN : Kecerdasan Emosional

**B. URAIAN KEJADIAN**

1. Siswa sering keiboran kesabaran
2. Siswa sering berkelahi kurang lebih satu minggu satu hari
3. Sulit Mengontrol Emosinya
4. Mudah tersinggung

**C. TINDAKAN YANG TELAH DILAKUKAN**

Pembinaan Melalui Teknik Self Management Melalui Tahap:

- a) Monitori Diri : Pengasuh melakukan observasi mengenai tingkah laku siswa di panti
- b) evaluasi Diri : Pengasuh melakukan sesi konseling terhadap siswa untuk menjelaskan permasalahannya dan menyuruh siswa meriview kembali catatan konselingnya.
- c) Pemberian Pengakuan, Penguatan dan hukuman : Pengasuh memberikan motivasi terhadap siswa. Pengasuh juga memberikan perlakuan melalui konseling yang dihasilkan sendiri dengan tujuan mengarahkan perlakuan ke arah yang diinginkan siswanya.

D. **KESIMPULAN DAN SARAN**  
Siswa sudah dapat meningkatkan kecerdasan Emosional pada tahap Pembelian Penguatan Perbaikan Dan Hubungan. Hal ini siswa dapat mengontrol emosinya diarahkan menjadi Hubungan.

Tempat dan tanggal dibuat

Mengetahui,  
Kepala Panti Asuhan Yatim  
Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

Pengasuh,

Laporan Catatan Kejadian Penting  
(Rangkuman Komunikasi Persuasif di Panti Asuhan)  
(OAI)



Wawancara Bersama Ibu NH



Wawancara Bersama Ibu HS



Pemberian Teknik *Self Management* Terhadap Siswa



Evaluasi Pengasuh Terhadap Siswa Yang Sudah Melakukan Teknik *Self Management*

**DAFTAR ANAK ASUH LKSA  
PANTI ASUHAN YATIM MUHAMMADIYAH GROGOL SUKOHARJO  
TAHUN 2020**

| NO | NO INDIK | NAMA                       | TTL                              | SEKOLAH                      | STATUS ANAK |
|----|----------|----------------------------|----------------------------------|------------------------------|-------------|
| 01 | 171      | Banyu Sendang Mulyo        | Sukoharjo, 07 Juli 2009          | MIM Dimoro Grogol            | YATIM       |
| 02 | 173      | Iryadan Nijahi             | Surakarta, 26 Februari 2009      | SIDT Lukman Hakim Solo       | MISKIN      |
| 03 | 183      | Khoiril Defri Pradana      | Yogyakarta, 24 Desember 2007     | MIM Dimoro Grogol            | MISKIN      |
| 04 | 188      | Muh Habib Al Bukhori       | Sukoharjo, 2-12-2006             | MIM Dimoro                   | MISKIN      |
| 05 | 177      | Bagas Irwan                | Wonogiri, 19 Februari 2007       | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 06 | 178      | Muhammad Yusuf Maulana     | Wonogiri, 11 Juli 2007           | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 07 | 179      | Muhammad Assroradin        | Wonogiri, 11 Juli 2007           | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 08 | 181      | Muh Nur Saf'i              | Serdang Bedagai, 15 Agustus 2007 | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 09 | 182      | Pramaditama Ervan Santoso  | Klaten, 17 Maret 2008            | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | YATIM       |
| 10 | 184      | Yunif Bisono               | Wonogiri, 10 Oktober 2006        | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 11 | 186      | Adri Sriyanto              | Sukoharjo, 15 Oktober 2005       | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 12 | 172      | Awahadin                   | Maunggora, 16 Nov 2006           | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 13 | 159      | Justinus Charel Setiano    | Madura, 08 September 2003        | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 14 | 168      | Leo Prasetyawan            | Klaten, 27 Januari 2005          | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 15 | 169      | Oxivianto Al Iqbal         | Wonogiri, 20 Oktober 2006        | Mts Muhammadiyah Grogol SKH  | MISKIN      |
| 16 | 174      | Ailiansyah Ardi Saputra    | Surakarta, 14 Februari 2007      | MTs N 2 Sukoharjo            | MISKIN      |
| 17 | 167      | Reza Meyema Guma Dicano    | Bojonegoro, 28 Maret 2007        | MTs N 2 Sukoharjo            | MISKIN      |
| 18 | 163      | Dai Suwanda                | Sukoharjo, 19 Mei 2004           | MTs N 2 Sukoharjo            | MISKIN      |
| 19 | 176      | Yudi Atri Setiawan         | Gumang kidul, 01 Oktober 2005    | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 20 | 180      | Dimas Tri Cahyo            | Wonogiri, 13 April 2005          | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 21 | 150      | Widi Kamlawan              | Wonogiri, 09 November 2004       | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | PIATU       |
| 22 | 185      | Uryy Kaka Yudistira Putra  | Singawang, 3 April 2005          | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 23 | 170      | Ahmad Irfan Rudiansyah     | Grobogan, 9 Januari 2004         | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 24 | 162      | Muh Fajar Romadhoni Algazi | Tanah Abang, 5 Nov 2003          | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 25 | 153      | Rahmad Ardiyan Saputra     | Ngawi, 17 Juni 2004              | SMK Muhammadiyah Sukoharjo 1 | MISKIN      |
| 26 | 140      | Adi Nugroho                | Sukoharjo, 6 Agustus 2004        | SMK Muhammadiyah Sukoharjo 1 | MISKIN      |
| 27 | 165      | Adnan Daroini              | Wonogiri, April 2003             | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 28 | 166      | Muh Afif Marzaqi           | Wonogiri, 16 Juni 2003           | SMK Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 29 | 161      | Wahyu Saputra              | Temanggung, 22 Februari 2002     | SMA Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 30 | 145      | Sendi Wicaksono            | Purworejo, 07 Juli 2000          | SMA Muhammadiyah Sukoharjo   | MISKIN      |
| 31 | 156      | Agus Gunoro                | Garut, 14 Agustus 2001           | MAN 2 Surakarta              | MISKIN      |
| 32 | 189      | Muhammad Ubaidillah        | Sukoharjo, 14 Februari 2011      | MIN 6 Nglawu                 | MISKIN      |
| 33 | 157      | Wahyu Mulyo Saputra        | Surakarta, 09 Juli 2006          | MTs Muh Grogol SKH           | MISKIN      |
| 34 | 154      | Romy Alfianiyah            | Surakarta, 17 Februari 2004      | MTs Muh Grogol SKH           | YATIM       |
| 35 | 149      | Muh Nur Choliz             | Sukoharjo 24 Februari 2002       | SMK Muh SKH 1                | YATIM       |

Sukoharjo, 1 Juli 2020  
Kepala  
Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah  
Grogol Sukoharjo

**H. A. Djazim Djuwairi, BA**

Daftar Anak Di Panti Asuhan Yatim Putra Muhammadiyah Grogol Sukoharjo

| No | Kegiatan Pra Penelitian dan Penelitian   | Waktu Pelaksanaan           |
|----|--|-----------------------------|
| 1  | Pengajuan Judul                          | Maret 2021                  |
| 2  | Penyusunan Proposal Penelitian           | September 2021              |
| 3  | Pengajuan Pembimbing                     | Oktober 2021                |
| 4  | Perbaikan Penyusunan Proposal Penelitian | Oktober 2021 – Januari 2022 |
| 5  | Seminar Proposal                         | April 2022                  |
| 6  | Penelitian                               | Juni – Juli 2022            |
| 7  | Analisis                                 | Juni – Juli 2022            |
| 8  | Laporan Akhir                            | Juni – Juli 2022            |
| 9  | Sidang Munaqosah                         | September 2022              |

Waktu Penelitian