

Guidance and Counseling Teachers' Role in Students' Emotional Maturity at MAN 1 Medan

(Peran Guru BK dalam Pengembangan Kematangan Emosi Siswa Kelas XI MAN 1 Medan)

Elsi Sumita Harahap ^{a,1*}, Abdurrahman ^{b,2}

^a Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan 20135, Indonesia

E-mail: ¹elsi0102221014@uinsu.ac.id; ²abdurrahman@uinsu.ac.id

*Corresponding Author: elsi0102221014@uinsu.ac.id (E.S Harahap).

ARTICLE INFO

Received: 15 June 2026
Revised: 06 July 2026
Accepted: 09 July 2026

How to Cite:

Harahap, E. S., &
Abdurrahman, A. (2026).
Guidance and Counseling
Teachers' Role in Students'
Emotional Maturity at MAN
1 Medan. *Jurnal IPTEK Bagi
Masyarakat*, 6(1), 191-198.
<https://doi.org/10.55537/j-ibm.v6i1.1754>

ABSTRACT

This study aims to analyze the role of the guidance and counseling teacher in supporting the development of emotional maturity among Grade XI students at MAN 1 Medan. This research employed a descriptive qualitative approach involving one guidance and counseling teacher as the main informant and two Grade XI students as supporting informants selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews, observation, and documentation, and were analyzed through data reduction, data display, and conclusion drawing. Data trustworthiness was strengthened through source and technique triangulation. The findings indicate that some students' emotional maturity was still developing, as reflected in irritability, difficulty controlling anger, anxiety when facing academic pressure, and strong influence from peers and family conditions. The guidance and counseling teacher supported students through classroom guidance, information services, group guidance, individual counseling, and an empathetic personal approach. These services helped students recognize their emotions, calm themselves, consider their responses before acting, and become more open in expressing personal problems. The findings suggest that guidance and counseling services can serve as a practical school-based support strategy for gradually and contextually developing students' emotional maturity.

Keywords:

Counseling teachers; emotional maturity; guidance and counseling services; students.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran guru bimbingan dan konseling (BK) dalam pengembangan kematangan emosi siswa kelas XI di MAN 1 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan melibatkan 1 guru BK sebagai informan utama dan 2 siswa kelas XI sebagai informan pendukung yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi sebagian siswa masih berada pada tahap perkembangan, ditandai dengan mudah tersinggung, kesulitan mengendalikan kemarahan, kecemasan saat menghadapi tekanan akademik, serta pengaruh kuat dari teman sebaya dan kondisi keluarga. Guru BK berperan melalui layanan klasikal, layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, serta pendekatan personal yang empatik. Layanan tersebut membantu siswa mengenali emosi, menenangkan diri, mempertimbangkan respons sebelum bertindak, dan lebih terbuka dalam menyampaikan masalah. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan BK dapat menjadi strategi pendampingan praktis di sekolah dalam mendukung pengembangan kematangan emosi siswa secara bertahap dan kontekstual.

Kata kunci:

Guru BK; kematangan emosi; layanan bimbingan dan konseling; siswa.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, peserta didik mulai membangun identitas diri, memperluas hubungan sosial, serta menghadapi tuntutan akademik dan lingkungan yang semakin kompleks. Kondisi tersebut membuat remaja rentan mengalami perubahan emosi yang cepat, kesulitan mengendalikan dorongan, serta kecenderungan

bereaksi secara impulsif ketika menghadapi tekanan. Suryana et al. (2022) menjelaskan bahwa perkembangan remaja memiliki implikasi penting terhadap proses pendidikan karena perubahan pada masa ini memengaruhi cara peserta didik berpikir, bersikap, dan berinteraksi dengan lingkungannya.

Salah satu aspek perkembangan yang penting diperhatikan pada masa remaja adalah kematangan emosi. Kematangan emosi berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi. Saraswati dan Sugiasih (2020) menjelaskan bahwa kematangan emosi menunjukkan kemampuan seseorang dalam mengarahkan dan mengendalikan emosi agar dapat diterima oleh diri sendiri maupun orang lain. Putri (2020) juga menekankan bahwa kematangan emosi berhubungan dengan kemampuan individu merefleksikan emosi sehingga dapat memiliki kontrol yang lebih baik terhadap respons emosionalnya. Dengan demikian, kematangan emosi menjadi aspek penting bagi siswa karena berpengaruh terhadap hubungan sosial, penerimaan diri, konsentrasi belajar, dan kemampuan menyelesaikan masalah.

Permasalahan emosi pada siswa tidak selalu muncul dalam bentuk perilaku yang ekstrem, tetapi dapat terlihat melalui respons sehari-hari di lingkungan sekolah. Siswa yang belum mampu mengelola emosi cenderung mudah tersinggung, cepat marah, cemas saat menghadapi tugas, sulit menerima teguran, atau mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya. Regulasi emosi yang belum berkembang dapat mengganggu relasi sosial dan meningkatkan risiko munculnya konflik di sekolah. Tionardi dan Sari (2020) menunjukkan bahwa kesulitan dalam regulasi emosi dapat memengaruhi perilaku siswa, sedangkan Salazar Kämpf et al. (2023) menjelaskan bahwa regulasi emosi berkaitan dengan aspek sosial-afektif dan sosial-kognitif yang memengaruhi kualitas hubungan sosial individu. Selain itu, kemampuan mengelola emosi juga berkaitan dengan kesiapan siswa menghadapi tuntutan akademik, sebagaimana ditunjukkan oleh MacCann et al. (2020) bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan performa akademik.

Fenomena serupa juga ditemukan pada siswa kelas XI MAN 1 Medan. Berdasarkan observasi awal dan keterangan guru BK, sebagian siswa menunjukkan kecenderungan emosi yang belum stabil, seperti mudah tersinggung ketika menghadapi masalah dengan teman, kesulitan menahan kemarahan, merasa cemas ketika mendapatkan tugas atau teguran, serta membandingkan diri dengan teman sebaya dalam hal pergaulan, penampilan, maupun pencapaian akademik. Beberapa siswa juga menunjukkan perubahan suasana hati yang dipengaruhi oleh kondisi keluarga atau tekanan lingkungan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengembangan kematangan emosi siswa membutuhkan pendampingan yang tidak hanya bersifat reaktif ketika masalah muncul, tetapi juga bersifat preventif dan pengembangan melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Layanan bimbingan dan konseling memiliki posisi strategis dalam membantu siswa memahami diri, mengelola emosi, serta mengambil keputusan secara lebih bijaksana. Afifa dan Abdurrahman (2021) menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling berperan dalam membantu remaja menghadapi persoalan perilaku dan sosial yang muncul dalam proses perkembangannya. Dalam konteks sekolah, guru BK tidak hanya berperan memberikan nasihat, tetapi juga melakukan identifikasi masalah, merancang layanan, melaksanakan pendampingan, dan mengevaluasi perkembangan siswa. Sitompul dan Manurung (2023) menegaskan bahwa guru BK memiliki peran penting dalam menangani kecenderungan perilaku agresif peserta didik melalui layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Sejalan dengan itu, Nelisma et al. (2024) menjelaskan bahwa strategi layanan bimbingan dan konseling perlu disusun melalui proses pemahaman masalah, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi layanan.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah membahas peran bimbingan dan konseling dalam mengatasi kenakalan remaja, perilaku agresif, kedisiplinan, dan pengelolaan emosi siswa. Namun, kajian yang secara spesifik menjelaskan bagaimana guru BK mengimplementasikan berbagai bentuk layanan untuk mendukung pengembangan kematangan emosi siswa kelas XI di lingkungan madrasah masih perlu diperkuat. Selain itu, belum banyak kajian yang menampilkan secara rinci hubungan antara bentuk layanan BK, tahapan pelaksanaan, keterlibatan pihak sekolah, serta indikator perubahan emosi siswa berdasarkan bukti empiris lapangan. Gap ini penting dikaji karena pengembangan kematangan emosi tidak cukup dijelaskan sebagai tujuan umum layanan BK, tetapi perlu dilihat melalui praktik layanan yang konkret dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran guru bimbingan dan konseling dalam pengembangan kematangan emosi siswa kelas XI di MAN 1 Medan. Fokus penelitian diarahkan pada kondisi kematangan emosi siswa, bentuk layanan BK yang diberikan, tahapan pelaksanaan layanan, serta dampak praktis yang tampak dalam perilaku emosional siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi penguatan layanan BK di sekolah, khususnya dalam merancang pendampingan yang lebih kontekstual, empatik, dan berbasis kebutuhan siswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif. Pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan peran guru bimbingan dan konseling (BK) dalam pengembangan kematangan emosi siswa kelas XI berdasarkan data yang diperoleh secara langsung di lapangan. Penelitian dilaksanakan di MAN 1 Medan pada bulan April 2026

Informan penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian. Informan utama dalam penelitian ini adalah 1 guru BK yang terlibat dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa kelas XI.

Informan pendukung adalah 2 siswa kelas XI yang pernah mengikuti atau mendapatkan layanan BK terkait permasalahan emosi.

Tabel 1. Informan Penelitian

Kode Informan	Status Informan	Kriteria Pemilihan	Jumlah
G-BK	Guru BK	Guru BK yang aktif memberikan layanan kepada siswa kelas XI, memahami kondisi siswa, dan bersedia menjadi informan	1
S	Siswa kelas XI	Siswa kelas XI yang pernah berinteraksi dengan layanan BK dan bersedia memberikan informasi	2

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur kepada guru BK dan siswa untuk memperoleh informasi mengenai kondisi emosi siswa, bentuk layanan BK yang diberikan, tahapan pelaksanaan layanan, kendala yang dihadapi, dan perubahan perilaku emosional yang tampak setelah siswa mendapatkan pendampingan. Observasi dilakukan secara langsung terhadap aktivitas layanan BK dan perilaku siswa di lingkungan sekolah, terutama yang berkaitan dengan respons emosi, interaksi dengan teman sebaya, dan keterlibatan siswa dalam layanan. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian melalui dokumen yang relevan, seperti program layanan BK, catatan kegiatan layanan, dan dokumen pendukung lain yang diizinkan oleh pihak sekolah.

Tabel 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik	Sumber Data	Fokus Data yang Dikumpulkan
Wawancara semi-terstruktur	Guru BK dan siswa kelas XI	Kondisi emosi siswa, bentuk layanan BK, tahapan layanan, kendala, dan perubahan perilaku emosional yang tampak
Observasi	Aktivitas layanan BK dan perilaku siswa di sekolah	Respons emosi siswa, interaksi dengan teman sebaya, serta keterlibatan siswa dalam layanan BK
Dokumentasi	Dokumen BK dan dokumen pendukung sekolah	Program layanan BK, catatan kegiatan layanan, dan dokumen pendukung lain yang relevan

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih dan menyederhanakan data yang sesuai dengan fokus penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian deskriptif berdasarkan tema-tema temuan, seperti kondisi kematangan emosi siswa, bentuk layanan BK, tahapan pelaksanaan layanan, dan dampak praktis yang terlihat pada siswa. Penarikan kesimpulan dilakukan secara bertahap dengan membandingkan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari guru BK dan siswa. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ini juga memperhatikan etika penelitian dengan meminta kesediaan informan, menjelaskan tujuan penelitian, menjaga kerahasiaan identitas informan, dan menggunakan kode informan seperti G-BK1, S1, S2, dan seterusnya dalam penyajian data.

Hasil

Hasil penelitian diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi yang berkaitan dengan peran guru bimbingan dan konseling (BK) dalam pengembangan kematangan emosi siswa kelas XI di MAN 1 Medan. Temuan penelitian disusun ke dalam empat tema utama, yaitu kondisi kematangan emosi siswa, faktor yang memengaruhi emosi siswa, bentuk layanan BK yang diberikan, serta perubahan perilaku emosional yang tampak setelah siswa mendapatkan pendampingan. Ringkasan temuan disajikan pada [Tabel 3](#).

Tabel 3. Tema Temuan Penelitian

Tema Temuan	Bentuk Temuan Lapangan	Sumber Data	Indikator yang Tampak
Kondisi kematangan emosi siswa	Sebagian siswa masih mudah tersinggung, cepat bereaksi, cemas, dan belum mampu mengendalikan emosi secara proporsional	Wawancara guru BK dan siswa; observasi	Mudah marah, tersinggung, panik, menangis, cemas, atau bingung ketika menghadapi tekanan
Pengaruh teman sebaya dan keluarga	Kondisi emosional siswa dipengaruhi oleh pergaulan, perbandingan dengan teman, serta masalah dari keluarga	Wawancara guru BK dan siswa; observasi	Minder, iri, sensitif terhadap teguran, membawa masalah rumah ke sekolah

Tema Temuan	Bentuk Temuan Lapangan	Sumber Data	Indikator yang Tampak
Bentuk layanan BK	Guru BK memberikan layanan klasikal, layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan pendekatan personal	Wawancara guru BK; dokumentasi program BK	Siswa memperoleh pemahaman tentang emosi, cara menenangkan diri, dan ruang untuk menyampaikan masalah
Perubahan perilaku emosional siswa	Sebagian siswa mulai menunjukkan respons yang lebih tenang dan lebih terbuka setelah mendapatkan pendampingan	Wawancara siswa dan guru BK; observasi	Mulai menahan diri, berpikir sebelum merespons, dan lebih terbuka bercerita
Kendala pelaksanaan layanan	Layanan masih menghadapi keterbatasan waktu, jadwal pelajaran, dan keterbukaan siswa	Wawancara guru BK	Guru BK perlu menyesuaikan waktu layanan dan membangun kepercayaan siswa secara bertahap

Kondisi Kematangan Emosi Siswa Kelas XI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi sebagian siswa kelas XI di MAN 1 Medan masih berada pada tahap perkembangan. Hal ini tampak dari perilaku siswa yang mudah tersinggung, cepat bereaksi terhadap situasi tertentu, serta belum sepenuhnya mampu mengendalikan perasaan ketika menghadapi masalah. Dalam interaksi sehari-hari, beberapa siswa juga masih sering membandingkan diri dengan teman sebaya, baik dalam hal penampilan, gaya hidup, pergaulan, maupun capaian akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tekanan sosial di lingkungan sekolah turut memengaruhi respons emosional siswa.

Guru BK menjelaskan bahwa masalah kecil dengan teman sebaya dapat memicu respons emosional yang cukup kuat pada sebagian siswa. Hal ini terlihat dalam kutipan berikut.

“Anak-anak kelas XI itu emosinya masih naik turun. Kadang masalah kecil dengan teman bisa membuat mereka marah atau tersinggung. Ada juga yang suka membandingkan dirinya dengan teman, lalu jadi minder atau iri. Jadi memang masih perlu dibimbing supaya mereka lebih bisa memahami perasaannya sendiri.” (G-BK1)

Keterangan tersebut menunjukkan bahwa masalah kematangan emosi siswa tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengendalikan kemarahan, tetapi juga berkaitan dengan penerimaan diri, kepercayaan diri, dan cara siswa merespons tekanan dari lingkungan teman sebaya.

Temuan lain menunjukkan bahwa ketidakstabilan emosi siswa muncul ketika menghadapi tekanan akademik, teguran guru, atau konflik dengan teman. Sebagian siswa merasa cemas, takut, panik, atau ingin marah ketika menghadapi situasi yang dianggap menekan. Salah satu siswa menyampaikan pengalaman berikut.

“Kalau saya lagi banyak tugas atau ditegur guru, kadang langsung kepikiran dan jadi cemas. Pernah juga saya merasa ingin marah, padahal setelah dipikir lagi masalahnya tidak terlalu besar. Tapi kalau sudah dibantu guru BK, saya jadi lebih tahu harus menenangkan diri dulu.” (S1)

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa sebagian siswa sebenarnya mulai menyadari kesulitan mereka dalam mengelola emosi. Namun, kesadaran tersebut masih membutuhkan pendampingan agar siswa mampu merespons masalah secara lebih tenang dan tidak terburu-buru.

Faktor yang Memengaruhi Kondisi Emosional Siswa

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kondisi emosional siswa tidak hanya dipengaruhi oleh situasi di sekolah, tetapi juga oleh pengalaman yang dibawa dari lingkungan keluarga. Guru BK menyampaikan bahwa beberapa siswa yang terlihat murung, mudah marah, atau sensitif di sekolah ternyata sedang menghadapi masalah di rumah. Kondisi tersebut membuat siswa lebih mudah tersinggung ketika menerima teguran atau menghadapi tekanan di sekolah.

“Kadang siswa terlihat marah atau murung di sekolah, tapi setelah diajak bicara ternyata ada masalah dari rumah. Ada yang kurang mendapat perhatian, ada yang sedang ada masalah keluarga, jadi ketika di sekolah ditegur sedikit saja mereka bisa langsung menangis atau marah.” (G-BK1)

Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku emosional siswa perlu dipahami secara kontekstual. Respons marah, menangis, atau menarik diri tidak selalu dapat dilihat sebagai pelanggaran perilaku semata, tetapi dapat menjadi tanda adanya masalah emosional yang perlu ditelusuri melalui pendekatan personal.

Bentuk Layanan BK dalam Pengembangan Kematangan Emosi Siswa

Peran guru BK dalam pengembangan kematangan emosi siswa dilakukan melalui beberapa bentuk layanan, yaitu layanan klasikal, layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan pendekatan personal. Setiap layanan memiliki fungsi yang berbeda sesuai dengan kebutuhan siswa. Ringkasan bentuk layanan tersebut disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Bentuk Layanan BK dan Indikator Perubahan yang Tampak

Bentuk Layanan BK	Pelaksanaan Layanan	Fokus Pengembangan Emosi	Indikator Perubahan yang Tampak
Layanan klasikal	Guru BK memberikan materi di kelas tentang pengenalan emosi dan cara mengendalikan diri	Pemahaman umum tentang jenis emosi, penyebab emosi, dan cara merespons masalah	Siswa memperoleh pengetahuan dasar tentang cara mengenali dan mengontrol emosi
Layanan informasi	Guru BK memberikan informasi terkait pengendalian emosi dan penyelesaian masalah	Peningkatan pemahaman siswa tentang cara menghadapi tekanan akademik dan sosial	Siswa mulai mengetahui langkah sederhana untuk menenangkan diri
Bimbingan kelompok	Siswa berdiskusi dan berbagi pengalaman dalam kelompok	Empati, keterbukaan, pengendalian diri, dan belajar dari pengalaman teman	Siswa merasa tidak sendiri dan mulai belajar menghargai perasaan orang lain
Konseling individu	Guru BK memanggil atau menerima siswa yang membutuhkan pendampingan khusus	Pemahaman masalah pribadi dan pengelolaan emosi secara lebih mendalam	Siswa lebih terbuka menyampaikan masalah dan mulai berpikir sebelum bertindak
Pendekatan personal	Guru BK membangun komunikasi yang empatik dan tidak menghakimi	Kepercayaan, rasa aman, dan keterbukaan siswa	Siswa lebih nyaman bercerita dan menerima arahan secara bertahap

Layanan klasikal digunakan guru BK untuk memberikan pemahaman awal kepada siswa mengenai jenis-jenis emosi, cara mengenali emosi, cara mengontrol kemarahan, dan cara menghadapi masalah dengan teman. Layanan ini diberikan kepada siswa secara umum agar mereka memiliki bekal dasar dalam memahami kondisi emosionalnya. Guru BK menjelaskan sebagai berikut.

“Biasanya kami masuk ke kelas untuk memberikan materi tentang emosi, bagaimana cara mengontrol marah, bagaimana menghadapi masalah dengan teman, dan bagaimana menenangkan diri. Tapi kalau ada siswa yang kelihatan punya masalah khusus, kami panggil secara pribadi supaya dia lebih nyaman bercerita.” (G-BK1)

Selain layanan klasikal, guru BK juga menggunakan layanan informasi dan bimbingan kelompok. Layanan informasi diberikan agar siswa memahami pentingnya pengendalian emosi dalam kehidupan sekolah. Sementara itu, bimbingan kelompok digunakan sebagai ruang bagi siswa untuk berbagi pengalaman, mendengarkan cerita teman, dan belajar memahami bahwa setiap siswa dapat menghadapi masalah yang berbeda.

“Kalau bimbingan kelompok, anak-anak biasanya lebih terbuka karena mereka merasa tidak sendiri. Mereka bisa dengar cerita temannya, lalu belajar bagaimana cara menghadapi masalah. Dari situ mereka mulai belajar menghargai perasaan orang lain dan tidak langsung marah kalau ada masalah.” (G-BK1)

Konseling individu diberikan kepada siswa yang menunjukkan masalah emosional lebih menonjol atau membutuhkan pendampingan secara lebih pribadi. Melalui konseling individu, guru BK berupaya memahami latar belakang masalah siswa, membantu siswa mengenali emosi yang dirasakan, serta mengarahkan siswa untuk memilih respons yang lebih tepat. Pendekatan personal menjadi bagian penting dalam proses ini karena tidak semua siswa langsung terbuka ketika mengalami masalah. Guru BK perlu membangun komunikasi yang empatik agar siswa merasa aman dan tidak dihakimi.

Perubahan Perilaku Emosional yang Tampak Setelah Pendampingan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan BK berkaitan dengan perubahan perilaku emosional pada sebagian siswa, meskipun perubahan tersebut berlangsung secara bertahap. Perubahan yang tampak antara lain siswa mulai lebih tenang ketika menghadapi masalah, mencoba menahan diri sebelum merespons, dan lebih terbuka dalam menyampaikan masalah kepada guru BK. Perubahan ini diperoleh dari keterangan siswa dan guru BK, serta perlu dipahami sebagai temuan kualitatif, bukan sebagai pengukuran efektivitas secara kuantitatif.

Salah satu siswa menyampaikan pengalaman setelah mendapatkan pendampingan dari guru BK sebagai berikut.

“Setelah beberapa kali dipanggil dan diajak bicara sama guru BK, saya merasa lebih bisa menahan diri. Kalau dulu saya cepat emosi, sekarang saya coba diam dulu dan berpikir sebelum menjawab.” (S2)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa pendampingan guru BK membantu siswa mengenali respons emosionalnya dan mulai mencoba mengendalikan diri. Namun, perubahan tersebut tidak terjadi secara langsung pada semua siswa. Guru BK tetap perlu melakukan pemantauan dan pendampingan lanjutan karena kematangan emosi merupakan proses perkembangan yang berlangsung secara bertahap.

Kendala dalam Pelaksanaan Layanan BK

Pelaksanaan layanan BK dalam pengembangan kematangan emosi siswa masih menghadapi beberapa kendala. Kendala yang muncul antara lain keterbatasan waktu layanan, sulitnya menyesuaikan jadwal dengan jam pelajaran, dan masih adanya siswa yang belum terbuka dalam menyampaikan masalahnya. Kondisi tersebut membuat guru BK perlu menyesuaikan strategi layanan dengan situasi sekolah dan karakteristik siswa.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK memiliki peran dalam mendampingi pengembangan kematangan emosi siswa melalui layanan yang bersifat klasikal, kelompok, individual, dan personal. Layanan tersebut membantu siswa memahami emosi, belajar menenangkan diri, serta membangun respons yang lebih tepat dalam menghadapi masalah. Meskipun demikian, hasil ini perlu dipahami secara proporsional karena perubahan yang tampak masih bersifat bertahap dan didasarkan pada data kualitatif dari wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi sebagian siswa kelas XI di MAN 1 Medan masih berada pada tahap perkembangan. Kondisi ini terlihat dari kecenderungan siswa yang mudah tersinggung, cemas ketika menghadapi tekanan akademik, cepat bereaksi terhadap masalah dengan teman sebaya, serta belum sepenuhnya mampu mengendalikan kemarahan. Temuan ini dapat dipahami karena siswa kelas XI berada pada fase remaja yang ditandai dengan perubahan psikologis, pencarian identitas diri, dan kebutuhan untuk diterima dalam lingkungan sosial. Suryana et al. (2022) menjelaskan bahwa masa remaja memiliki implikasi penting terhadap pendidikan karena perubahan pada tahap ini dapat memengaruhi cara peserta didik berpikir, bersikap, dan berinteraksi dengan lingkungannya.

Kondisi emosional siswa dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh lingkungan teman sebaya dan keluarga. Sebagian siswa cenderung membandingkan diri dengan teman dalam hal pergaulan, penampilan, dan capaian akademik. Kondisi tersebut dapat memunculkan rasa minder, iri, atau mudah tersinggung. Selain itu, beberapa siswa membawa tekanan dari rumah ke lingkungan sekolah sehingga menjadi lebih sensitif terhadap teguran atau masalah kecil di kelas. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku emosional siswa perlu dipahami secara kontekstual, bukan hanya dilihat sebagai bentuk pelanggaran perilaku. Syakura dan Neviyarni (2025) menjelaskan bahwa perilaku siswa dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, termasuk keluarga, pergaulan, motivasi, dan pengawasan.

Dalam konteks tersebut, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting sebagai bentuk pendampingan perkembangan siswa. Guru BK tidak hanya bertugas memberikan nasihat, tetapi juga membantu siswa mengenali masalah, memahami kondisi dirinya, dan memilih respons yang lebih tepat ketika menghadapi tekanan. Afifa dan Abdurrahman (2021) menegaskan bahwa bimbingan dan konseling berperan dalam membantu remaja menghadapi persoalan perilaku dan sosial yang muncul dalam proses perkembangannya. Hal ini sejalan dengan Dwiyono dan Eliasa (2025) yang menjelaskan bahwa guru bimbingan dan konseling berperan dalam membantu pengembangan potensi siswa melalui pendampingan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Hariati dan Rofiqoh (2025) juga menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling dapat mendukung siswa dalam mengelola emosi melalui pemberian bantuan yang terarah di lingkungan sekolah.

Peran guru BK dalam penelitian ini terlihat melalui beberapa bentuk layanan, yaitu layanan klasikal, layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan pendekatan personal yang empatik. Pola layanan tersebut menunjukkan bahwa pengembangan kematangan emosi siswa membutuhkan pendekatan yang berlapis. Layanan yang bersifat umum diberikan kepada seluruh siswa untuk membangun pemahaman dasar tentang emosi, sedangkan layanan individual diberikan kepada siswa yang membutuhkan pendampingan lebih khusus. Nelisma et al. (2024) menjelaskan bahwa strategi layanan bimbingan dan konseling perlu disusun melalui proses pemahaman masalah, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Dengan demikian, layanan BK dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai proses pendampingan yang menyesuaikan kebutuhan siswa.

Layanan klasikal berperan sebagai tahap awal dalam membantu siswa memahami emosi. Melalui layanan ini, guru BK memberikan materi tentang jenis emosi, penyebab munculnya emosi, cara mengendalikan kemarahan, dan cara menghadapi masalah dengan teman sebaya. Layanan klasikal penting karena tidak semua siswa memiliki pemahaman yang cukup tentang cara mengenali dan mengelola perasaan. Dengan adanya layanan ini, siswa memperoleh pengetahuan dasar untuk memahami bahwa emosi perlu dikenali sebelum dikendalikan. Saraswati dan Sugiasih (2020) menjelaskan bahwa kematangan emosi berkaitan dengan kemampuan individu mengarahkan dan mengendalikan emosi agar dapat diterima oleh diri sendiri dan orang lain. Putri (2020) juga menekankan bahwa kematangan emosi berhubungan dengan kemampuan merefleksikan emosi sehingga individu memiliki kontrol yang lebih baik terhadap respons emosionalnya.

Layanan informasi memperkuat pemahaman siswa mengenai cara menghadapi tekanan akademik dan sosial. Dalam penelitian ini, layanan informasi digunakan untuk memberikan arahan tentang cara menenangkan diri, menunda respons ketika marah, dan mempertimbangkan akibat sebelum bertindak. Layanan ini penting karena sebagian siswa belum memiliki strategi yang jelas ketika menghadapi emosi negatif. Tionardi dan Sari (2020) menunjukkan bahwa kesulitan dalam regulasi emosi dapat memengaruhi perilaku siswa. Temuan Handayani et al. (2026) juga menunjukkan bahwa regulasi emosi pada remaja berkaitan dengan kecenderungan

perilaku prososial. Dengan demikian, kemampuan mengelola emosi perlu diperhatikan dalam layanan sekolah karena dapat memengaruhi cara siswa berinteraksi dengan orang lain.

Bimbingan kelompok berperan dalam membentuk kematangan emosi melalui pengalaman sosial antarsiswa. Dalam kegiatan kelompok, siswa dapat berbagi pengalaman, mendengarkan cerita teman, dan memahami bahwa setiap orang memiliki masalah yang berbeda. Proses ini dapat membantu siswa belajar empati, menghargai perasaan orang lain, dan tidak terburu-buru dalam merespons masalah. Salazar Kämpf et al. (2023) menjelaskan bahwa regulasi emosi berkaitan dengan aspek sosial-afektif dan sosial-kognitif yang memengaruhi kualitas hubungan sosial individu. Oleh karena itu, bimbingan kelompok dapat menjadi ruang belajar sosial yang membantu siswa mengembangkan respons emosional secara lebih seimbang.

Konseling individu memiliki fungsi yang lebih khusus karena diberikan kepada siswa yang menunjukkan masalah emosional lebih menonjol atau membutuhkan pendampingan pribadi. Melalui konseling individu, guru BK membantu siswa mengurai masalah, mengenali emosi yang dirasakan, memahami penyebab perilaku, dan mempertimbangkan pilihan respons yang lebih tepat. Layanan ini penting karena beberapa persoalan siswa, seperti konflik keluarga, kecemasan akademik, atau kesulitan mengendalikan kemarahan, tidak selalu dapat diselesaikan melalui layanan klasikal atau kelompok. Sitompul dan Manurung (2023) menegaskan bahwa guru BK memiliki peran penting dalam menangani kecenderungan perilaku agresif peserta didik melalui layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Pendekatan personal yang empatik menjadi penguat dari seluruh layanan BK. Siswa yang mengalami masalah emosi tidak selalu langsung terbuka kepada guru BK. Karena itu, guru BK perlu membangun komunikasi yang aman, tidak menghakimi, dan menjaga kerahasiaan siswa. Pendekatan ini berkaitan dengan etika layanan bimbingan dan konseling karena kepercayaan siswa menjadi syarat penting dalam proses pendampingan. Anggraini (2025) menegaskan bahwa penerapan etika dalam layanan bimbingan dan konseling penting untuk menjaga profesionalitas guru BK dalam mendampingi peserta didik. Selain itu, Ariani (2025) menunjukkan bahwa guru BK berperan dalam mengurangi stigma negatif terhadap layanan BK dengan membangun hubungan yang lebih terbuka dan mendukung perkembangan siswa.

Dari sisi implementasi, layanan BK dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu identifikasi masalah, pemberian layanan, dan evaluasi perkembangan siswa. Identifikasi masalah dilakukan melalui pengamatan perilaku siswa, keterangan siswa, serta komunikasi dengan guru atau wali kelas. Setelah masalah dikenali, guru BK menentukan layanan yang sesuai, baik layanan klasikal, layanan informasi, bimbingan kelompok, maupun konseling individu. Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui pengamatan perubahan perilaku siswa dan komunikasi lanjutan dengan pihak sekolah. Tahapan ini menunjukkan bahwa layanan BK dilaksanakan berdasarkan kebutuhan yang tampak di lapangan, meskipun belum menggunakan pengukuran kuantitatif yang terstandar.

Keterlibatan pihak sekolah juga menjadi aspek penting dalam pengembangan kematangan emosi siswa. Guru BK membutuhkan informasi dari wali kelas dan guru mata pelajaran karena perilaku emosional siswa sering muncul dalam kegiatan belajar, interaksi dengan teman, atau respons terhadap teguran. Kerja sama ini membantu guru BK memahami kondisi siswa secara lebih menyeluruh. Dengan demikian, pengembangan kematangan emosi siswa tidak hanya menjadi tanggung jawab guru BK, tetapi juga memerlukan dukungan lingkungan sekolah yang konsisten.

Dampak praktis layanan BK dalam penelitian ini tampak pada perubahan bertahap yang dilaporkan oleh guru BK dan siswa. Sebagian siswa mulai mencoba menahan diri sebelum merespons, lebih tenang ketika menghadapi masalah, dan lebih terbuka dalam menyampaikan persoalan kepada guru BK. MacCann et al. (2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkaitan dengan performa akademik karena siswa yang mampu mengelola emosi cenderung lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan belajar. Namun, temuan dalam penelitian ini tetap perlu dipahami secara proporsional. Perubahan yang tampak merupakan indikasi kualitatif berdasarkan wawancara, observasi, dan dokumentasi, sehingga belum dapat disimpulkan sebagai bukti kausal bahwa layanan BK secara langsung meningkatkan kematangan emosi seluruh siswa.

Berdasarkan pembahasan tersebut, peran guru BK dalam pengembangan kematangan emosi siswa kelas XI di MAN 1 Medan dapat dipahami sebagai proses pendampingan yang bersifat preventif, pengembangan, dan responsif. Layanan BK membantu siswa mengenali emosi, memahami penyebab respons emosional, belajar menenangkan diri, serta membangun cara merespons masalah secara lebih tepat. Meskipun demikian, proses pengembangan kematangan emosi membutuhkan waktu, keterbukaan siswa, kesinambungan layanan, dan dukungan pihak sekolah. Oleh karena itu, layanan BK perlu terus diperkuat melalui perencanaan layanan yang kontekstual, pendekatan yang empatik, serta pemantauan perkembangan siswa secara berkelanjutan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, kematangan emosi siswa kelas XI di MAN 1 Medan masih berada pada tahap perkembangan dan belum sepenuhnya stabil. Kondisi tersebut terlihat dari adanya siswa yang mudah tersinggung, cemas ketika menghadapi tekanan akademik, sulit mengendalikan kemarahan, serta mudah terpengaruh oleh lingkungan teman sebaya dan kondisi keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan kematangan emosi siswa memerlukan pendampingan yang berkelanjutan melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Guru BK berperan dalam membantu pengembangan kematangan emosi siswa melalui layanan klasikal, layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan pendekatan personal yang empatik. Layanan klasikal dan layanan informasi membantu siswa memahami jenis emosi, penyebab munculnya emosi, serta cara sederhana untuk mengendalikan diri. Bimbingan kelompok membantu siswa belajar dari pengalaman teman sebaya, melatih empati, dan membangun keterbukaan. Sementara itu, konseling individu dan pendekatan personal membantu siswa yang membutuhkan pendampingan lebih khusus dalam memahami masalah dan mengelola respons emosionalnya.

Pelaksanaan layanan BK menunjukkan adanya perubahan perilaku emosional pada sebagian siswa, seperti mulai lebih mampu menahan diri, lebih tenang ketika menghadapi masalah, berpikir sebelum merespons, dan lebih terbuka dalam menyampaikan persoalan kepada guru BK. Namun, perubahan tersebut berlangsung secara bertahap dan masih dipengaruhi oleh keterbatasan waktu layanan serta belum optimalnya keterbukaan sebagian siswa. Oleh karena itu, layanan BK perlu terus diperkuat melalui kerja sama guru BK, wali kelas, guru mata pelajaran, dan pihak sekolah agar pengembangan kematangan emosi siswa dapat dilakukan secara lebih konsisten dan sesuai kebutuhan siswa.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada MAN 1 Medan, guru BK, siswa, serta pihak sekolah yang telah memberikan izin, dukungan, dan informasi selama proses penelitian.

Pernyataan Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan persetujuan informan, kerahasiaan identitas, dan penggunaan data hanya untuk kepentingan akademik.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam penelitian dan penulisan artikel ini.

Daftar Pustaka

- Afifa, A., & Abdurrahman, A. (2021). Peran bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kenakalan remaja. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 175–188. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i2.3068>
- Anggraini, H. A. (2025). Peran guru bimbingan dan konseling dalam penerapan etika guru bimbingan dan konseling. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1), 49–57. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i1.572>
- Ariani, S. F. (2025). Dismissing negative stigma, embracing change: The BK teacher's role in supporting student development at SMK Mikael Surakarta. *Priviet Social Sciences Journal*, 5(6), 99–108. <https://doi.org/10.55942/pssj.v5i6.425>
- Dwiyono, E., & Eliasa, E. I. (2025). The role of guidance and counseling teachers in developing student potential. *Golden Ratio of Data in Summary*, 5(1), 49–55. <https://doi.org/10.52970/grdis.v5i1.947>
- Handayani, W., Suroso, S., Pratitis, N. T., Pereira, M., & Saeed, A. (2026). Emotion regulation in relation to adolescent prosocial behavior in terms of gender. *International Journal of Research in Counseling*, 4(2), 138–146. <https://doi.org/10.70363/ijrc.v4i2.236>
- Hariati, H., & Rofiqoh, N. (2025). Peran layanan bimbingan dan konseling dalam pengelolaan emosi siswa di SD Negeri 3 Bugel Jepara. *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran*, 8(3), 1453–1463. <https://doi.org/10.30605/jsgp.8.3.2025.6752>
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Bucich, M., Double, K. S., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
- Nelisma, Y., Ardiyani, D., Sabela, A., & Desy, M. (2024). Dasar strategi layanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(3), 6319–6330. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.10300>
- Putri, D. T. (2020). Kematangan emosional terhadap siswa disiplin di sekolah. *Psikologi Konseling*, 17(2), 733–746. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.22076>
- Salazar Kämpf, M., Adam, L., Rohr, M. K., Exner, C., & Wieck, C. (2023). A meta-analysis of the relationship between emotion regulation and social affect and cognition. *Clinical Psychological Science*, 11(6), 1159–1189. <https://doi.org/10.1177/21677026221149953>
- Saraswati, H., & Sugiasih, I. (2020). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah di usia muda. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 63–73. <https://doi.org/10.30659/psisula.v2i0.13067>
- Sitompul, M. R., & Manurung, P. (2023). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecenderungan perilaku agresif peserta didik di MAN Asahan. *Jurnal Mu'allim*, 5(2), 228–236. <https://doi.org/10.35891/muallim.v5i2.3825>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya terhadap pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Syakura, M. A., & Neviyarni, N. (2025). Faktor penyebab perilaku membolos siswa dan implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling. *MUKADIMAH: Jurnal Pendidikan, Sejarah, dan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9(2), 502–510. <https://doi.org/10.30743/mkd.v9i2.11851>
- Tionardi, E. F., & Sari, I. F. (2020). Efektivitas pelatihan "Let's learn to pause & breathe" untuk menurunkan kesulitan dalam meregulasi emosi pada siswa kelas XII SMA X Gresik. *Insight: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 16(2), 253–264. <https://doi.org/10.32528/ins.v16i2.2382>