

Kontribusi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Talking Chips untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional pada Siswa Sekolah Menengah Pertama

Rona Ardelia Fauziati¹, Heri Saptadi Ismanto², Agus Setiawan³

^{1,2,3}Universitas PGRI Semarang, Indonesia

Corresponding Author:  ronafauziati11@gmail.com

ABSTRACT

ARTICLE INFO

Article history:

Received

June 06, 2026

Revised

June 25, 2026

Accepted

June 29, 2026

Emotional intelligence is a crucial developmental capacity for junior high school students, as it supports self-awareness, emotional regulation, empathy, motivation, and positive peer relationships. This study aimed to investigate the contribution of group guidance employing the talking chips technique to the enhancement of students' emotional intelligence. A quantitative quasi-experimental method with a pretest-posttest control group design was employed. The participants were 32 eighth-grade students of SMP Negeri 3 Comal, consisting of 15 students in the experimental group and 17 students in the control group. Data were collected through observation, interviews, documentation, and an emotional intelligence questionnaire developed based on five indicators: recognizing one's own emotions, managing emotions, motivating oneself, recognizing others' emotions, and building relationships. The experimental group received five sessions of group guidance using the talking chips technique, while the control group did not receive the same treatment. Data were analyzed using normality testing, paired sample t-test, gain score, and normalized gain (N-gain). The results showed that the mean score of the experimental group increased from 97.53 to 104.73, while the control group increased from 98.63 to 103.71. The experimental group obtained a higher normalized gain percentage (35.67%) than the control group (25.11%). Paired sample t-test indicated a significant improvement within the experimental group ($p = .001$). However, the independent sample t-test on N-gain scores showed no statistically significant difference between groups ($p = .228$). The calculated effect size was small (Cohen's $d = 0.44$). These findings indicate that group guidance using the talking chips technique contributed positively to the development of students' emotional intelligence, although the magnitude of improvement remained limited.

Keywords: *Emotional Intelligence, Group Guidance, Junior High School Students, Talking Chips.*

How to cite

Fauziati, R. A., Ismanto, H. S., & Setiawan, A. (2026). Kontribusi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Talking Chips untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Society Counseling*. 4(2). DOI: <https://doi.org/10.59388/josc.v4i2.912>

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open-access article under the CC BY-SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

PENDAHULUAN

Kecerdasan emosional merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan peserta didik. Kompetensi ini meliputi kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, memahami emosi orang lain, serta membina hubungan sosial secara positif. Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memproses informasi emosional secara adaptif, meliputi mengenali, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi (Mayer, Salovey, dan Caruso, 2004). Dalam konteks pendidikan, kecerdasan emosional tidak hanya berhubungan dengan kemampuan siswa mengendalikan perasaan, tetapi juga menentukan bagaimana siswa merespons tekanan akademik, menyelesaikan konflik dengan teman sebaya, menyampaikan pendapat, menghargai perbedaan, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Sementara itu, Goleman (1995) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mencakup lima aspek utama, yaitu *self-awareness*, *self-regulation*, *motivation*, *empathy*, dan *social skills*. Kelima aspek tersebut relevan dengan kebutuhan perkembangan siswa sekolah menengah pertama karena pada fase ini siswa mulai menghadapi tuntutan sosial yang lebih kompleks, baik dalam hubungan pertemanan, kegiatan belajar, maupun interaksi kelompok.

Secara konseptual, kecerdasan emosional juga dipahami sebagai kemampuan individu dalam mempersepsi, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi secara adaptif. Mayer, Salovey, dan Caruso (2004) menempatkan kecerdasan emosional sebagai seperangkat kemampuan yang membantu individu mengenali informasi emosional, menggunakan emosi untuk mendukung proses berpikir, memahami perubahan emosi, serta mengelola emosi dalam diri dan relasi sosial. Brackett, Rivers, dan Salovey (2011) juga menegaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki implikasi penting terhadap keberhasilan personal, sosial, akademik, dan kehidupan kerja. Dengan demikian, kecerdasan emosional dapat diposisikan sebagai kemampuan psikologis yang dapat dipelajari dan dikembangkan melalui pengalaman sosial yang terarah, termasuk melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Pada masa sekolah menengah pertama, pengembangan kecerdasan emosional menjadi semakin penting karena siswa berada pada fase remaja awal. Fase ini ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang berlangsung cepat. Siswa mulai mencari identitas diri, memperluas hubungan dengan teman sebaya, serta menghadapi situasi sosial yang menuntut kemampuan mengendalikan diri. Ketika kecerdasan emosional belum berkembang secara optimal, siswa dapat mengalami kesulitan memahami perasaan sendiri, mudah tersinggung, sulit menerima perbedaan pendapat, kurang mampu menunda respons emosional, dan belum terampil membangun komunikasi yang sehat. Sebaliknya, siswa dengan kecerdasan emosional yang lebih baik cenderung lebih mampu mengatur emosi, menunjukkan empati, mengambil keputusan secara lebih matang, serta membangun hubungan sosial yang mendukung proses belajar.

Sejumlah kajian empiris memperkuat pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sekolah. Meta-analisis MacCann et al. (2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan performa akademik melalui kemampuan mengelola emosi akademik, membangun relasi sosial di sekolah, dan memahami konten pembelajaran yang melibatkan proses emosional. Puertas-Molero et al. (2020) juga menemukan bahwa program pengembangan kecerdasan emosional di lingkungan pendidikan memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan sosial dan mental siswa. Selain itu, Durlak et al. (2011) melalui meta-analisis program social and emotional learning menunjukkan bahwa intervensi sosial-emosional di sekolah berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan sosial-emosional, sikap, perilaku positif, dan performa akademik siswa. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan

emosional bukan hanya isu psikologis individual, tetapi juga bagian penting dari pengembangan kualitas belajar dan interaksi sosial siswa di sekolah.

Salah satu layanan yang berpotensi digunakan untuk mengembangkan kecerdasan emosional adalah bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*. Teknik ini memberikan kesempatan yang setara kepada setiap anggota kelompok untuk berpartisipasi aktif, menyampaikan pendapat, mendengarkan orang lain, dan berinteraksi secara positif. Hal ini mendukung pengembangan empati, pengelolaan emosi, kesadaran diri, dan keterampilan sosial sebagai komponen utama kecerdasan emosional.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengembangkan aspek sosial dan emosional siswa. Zulfianingrum (2022) menemukan bahwa teknik *talking chips* mampu meningkatkan komunikasi interpersonal siswa, sedangkan Della (2023) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh positif terhadap kecerdasan emosional. Hasil serupa juga ditemukan oleh Janah (2024) dan Mufidah et al. (2025) yang menemukan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan mengelola emosi, empati, dan keterampilan sosial siswa. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* berpotensi mendukung peningkatan kecerdasan emosional siswa.

Fenomena belum optimalnya kecerdasan emosional juga ditemukan dalam konteks penelitian ini. Berdasarkan wawancara awal pada Februari 2026 dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 3 Comal, perilaku yang paling sering muncul pada sebagian siswa adalah mudah tersinggung ketika berbeda pendapat, kurang mampu menahan respons verbal saat terjadi konflik, belum percaya diri menyampaikan pendapat, dan cenderung pasif dalam diskusi kelompok. Guru BK juga menyampaikan bahwa beberapa siswa belum mampu menghargai pendapat teman secara konsisten dan masih memberikan respons spontan tanpa mempertimbangkan situasi sosial secara matang. Hasil wawancara dengan beberapa siswa menunjukkan bahwa mereka sering mengalami kesulitan memahami perasaan yang sedang dialami, terutama ketika menghadapi teguran, perbedaan pendapat, atau tekanan dari teman sebaya. Data awal pretest juga menunjukkan bahwa seluruh siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol masih berada pada kategori sedang, sehingga kecerdasan emosional mereka belum mencapai kategori tinggi dan masih perlu dikembangkan melalui layanan yang terstruktur.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masalah kecerdasan emosional siswa tidak hanya berkaitan dengan pengendalian emosi, tetapi juga berhubungan dengan kemampuan sosial dalam berkomunikasi, mendengarkan, menunggu giliran, menghargai pendapat orang lain, dan membangun relasi yang sehat. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa perlu menghadirkan pengalaman belajar sosial, bukan hanya penyampaian informasi secara satu arah. Siswa perlu dilibatkan dalam kegiatan yang memungkinkan mereka berlatih mengenali emosi, mengungkapkan perasaan secara tepat, mendengarkan orang lain, mengelola dorongan untuk bereaksi secara impulsif, dan membangun respons yang lebih adaptif dalam situasi kelompok.

Salah satu layanan yang relevan untuk membantu siswa mengembangkan kecerdasan emosional adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memfasilitasi sejumlah siswa untuk membahas topik tertentu melalui dinamika kelompok. Dalam layanan ini, siswa memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pendapat, mendengarkan pengalaman teman, menerima umpan balik, serta belajar memahami diri dan orang lain. Corey (2016) menjelaskan bahwa proses kelompok dapat menjadi ruang belajar

interpersonal karena anggota kelompok memperoleh kesempatan untuk mengenali pola perilaku diri, memahami respons orang lain, dan mencoba perilaku baru dalam suasana yang relatif aman. Dalam konteks sekolah, bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan keterampilan sosial-emosional karena siswa belajar mengungkapkan pikiran dan perasaan, mengelola respons, menghargai perbedaan, dan membangun hubungan yang lebih positif dengan teman sebaya.

Agar bimbingan kelompok berjalan aktif dan tidak didominasi oleh beberapa siswa saja, diperlukan teknik yang mampu mengatur kesempatan berbicara secara adil. Teknik *talking chips* merupakan salah satu teknik kooperatif yang dapat digunakan untuk menciptakan partisipasi yang seimbang dalam diskusi kelompok. Pada teknik ini, setiap anggota kelompok memperoleh sejumlah chip atau kartu bicara sebagai tanda kesempatan berbicara. Siswa hanya dapat berbicara ketika menggunakan *chip* yang dimilikinya. Setelah seluruh anggota menggunakan *chip*, diskusi dapat dilanjutkan kembali. Kagan dan Kagan (2009) menjelaskan bahwa struktur kooperatif menekankan partisipasi setara, tanggung jawab individual, dan interaksi antarsiswa. Dengan demikian, *talking chips* dapat membantu siswa yang pasif untuk lebih berani berbicara, sekaligus membantu siswa yang cenderung dominan untuk belajar menahan diri dan memberikan ruang kepada anggota kelompok lainnya.

Relevansi teknik *talking chips* dengan kecerdasan emosional terletak pada proses psikopedagogis yang terjadi selama layanan. Ketika siswa menggunakan *chip* untuk berbicara, mereka dilatih untuk menyadari perasaan yang muncul, menyusun pendapat secara lebih tenang, dan mengungkapkan gagasan dengan cara yang dapat diterima kelompok. Ketika *chip* miliknya belum digunakan atau telah habis, siswa belajar mendengarkan, menunggu giliran, mengelola dorongan untuk memotong pembicaraan, serta memahami sudut pandang teman. Proses tersebut berkaitan langsung dengan indikator kecerdasan emosional menurut Goleman, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, memahami emosi orang lain, dan membina hubungan. Oleh karena itu, *talking chips* tidak hanya berfungsi sebagai teknik diskusi, tetapi juga sebagai latihan sosial-emosional yang terstruktur dalam layanan bimbingan kelompok.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa layanan kelompok dan teknik partisipatif dapat mendukung perkembangan kecerdasan emosional siswa. Program pengembangan kecerdasan emosional di lingkungan pendidikan terbukti memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan mental, kemampuan regulasi emosi, dan relasi sosial siswa (Puertas-Molero et al., 2020). Intervensi sosial-emosional di sekolah juga terbukti dapat meningkatkan keterampilan sosial-emosional dan perilaku positif siswa (Durlak et al., 2011). Dalam konteks bimbingan dan konseling, layanan kelompok memiliki potensi untuk menjadi ruang latihan sosial karena siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mengalami proses interaksi, refleksi, dan umpan balik. Namun, penelitian yang secara khusus menguji teknik *talking chips* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa SMP masih relatif terbatas, terutama penelitian yang menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini memiliki posisi penting karena berupaya menguji penggunaan teknik *talking chips* dalam layanan bimbingan kelompok sebagai strategi untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa sekolah menengah pertama. Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan teknik *talking chips* bukan hanya sebagai strategi diskusi, tetapi sebagai media latihan sosial-emosional yang diarahkan pada lima indikator kecerdasan emosional, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Penelitian ini juga dilakukan dalam konteks sekolah yang sebelumnya belum optimal dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok karena

keterbatasan waktu, sarana, tempat, dan koordinasi siswa. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa sekolah menengah pertama.

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi pengembangan kompetensi sosial-emosional peserta didik. Teknik *talking chips* tidak hanya berfungsi sebagai teknik diskusi kelompok, tetapi juga sebagai sarana untuk melatih partisipasi yang setara, kemampuan mendengarkan, empati, regulasi emosi, serta keterampilan membangun hubungan sosial yang positif. Oleh karena itu, penggunaan teknik *talking chips* memiliki relevansi dengan pengembangan *society counseling* di lingkungan sekolah yang menekankan penguatan keterampilan sosial dan emosional siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi-experimental method*). Desain yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design* dengan kelompok kontrol tidak ekuivalen (*non-equivalent control group design*). Desain ini dipilih karena dalam setting pendidikan peneliti tidak memiliki kendali penuh untuk melakukan randomisasi individu, tetapi tetap dapat membandingkan perubahan skor antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Campbell & Stanley, 1963; Creswell & Creswell, 2018).

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Comal, Kabupaten Pematang, Jawa Tengah. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII. Uji coba instrumen dilakukan pada kelas VIII H yang berjumlah 32 siswa. Kelas VIII H hanya digunakan untuk keperluan uji validitas dan reliabilitas instrumen serta tidak dilibatkan sebagai subjek penelitian utama. Sampel penelitian berasal dari kelas VIII G yang dipilih melalui pengundian kelas secara sederhana. Kelas VIII G kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen sebanyak 15 siswa dan kelompok kontrol sebanyak 17 siswa. Kelompok kontrol tidak memperoleh perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* selama penelitian berlangsung, tetapi tetap mengikuti layanan bimbingan dan konseling reguler yang diselenggarakan sekolah. Jumlah subjek disesuaikan dengan karakteristik layanan bimbingan kelompok yang menekankan dinamika interaksi antaranggota serta mempertimbangkan keterbatasan jadwal layanan BK di sekolah. Pemilihan kelompok dalam setting alami sekolah seperti ini sesuai dengan karakteristik penelitian eksperimen semu yang sering digunakan dalam penelitian pendidikan ketika peneliti tidak memiliki kendali penuh terhadap randomisasi subjek (Creswell & Creswell, 2018). Sebelum perlakuan diberikan, seluruh subjek penelitian mengikuti pretest untuk mengukur kondisi awal kecerdasan emosional siswa. Hasil pretest menunjukkan bahwa rata-rata skor kelompok eksperimen sebesar 97,53 dan kelompok kontrol sebesar 98,63. Perbedaan rata-rata awal kedua kelompok relatif kecil sehingga kondisi awal kedua kelompok dapat dianggap setara secara deskriptif sebelum perlakuan diberikan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, kuesioner, dan dokumentasi. Observasi dan wawancara digunakan untuk memperoleh gambaran awal mengenai perilaku sosial-emosional siswa di sekolah. Kuesioner digunakan sebagai instrumen utama untuk mengukur kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah perlakuan, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data pelaksanaan layanan. Instrumen kecerdasan emosional disusun berdasarkan lima aspek kecerdasan emosional, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Kelima aspek tersebut merujuk pada konsep kecerdasan emosional Goleman (1995), serta diperkuat oleh Mayer,

Salovey, dan Caruso (2004) yang memandang kecerdasan emosional sebagai kemampuan mempersepsi, memahami, menggunakan, dan mengelola emosi secara adaptif.

Instrumen disusun berdasarkan indikator teoritis kecerdasan emosional dan dikonsultasikan kepada ahli bimbingan dan konseling untuk menilai kesesuaian indikator, kejelasan bahasa, dan relevansi butir terhadap konstruk kecerdasan emosional sebelum digunakan dalam penelitian. Instrumen terdiri atas 34 butir pernyataan dengan skala Likert empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala Likert digunakan karena sesuai untuk mengukur sikap, persepsi, dan karakteristik psikologis yang dinyatakan dalam bentuk respons bertingkat (Likert, 1932). Pada pernyataan favorable, skor diberikan dari 4 sampai 1 untuk pilihan SS, S, TS, STS, sedangkan pada pernyataan unfavorable skor diberikan dari 1 sampai 4. Skor minimum instrumen adalah 34 dan skor maksimum adalah 136.

Tabel 1. Kategori Skor Kecerdasan Emosional

Kategori	Rentang Skor
Tinggi	112-136
Sedang	86-111
Rendah	60-85
Sangat Rendah	34-59

Untuk memudahkan interpretasi hasil, skor kecerdasan emosional dikategorikan berdasarkan skor ideal instrumen. Rentang kategori disusun menggunakan norma kategorisasi skor ideal yang terdiri atas kategori sangat rendah, rendah, sedang, dan tinggi. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen diuji coba untuk mengetahui validitas butir dan reliabilitasnya. Instrumen awal terdiri atas 50 butir pernyataan. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa 34 butir pernyataan dinyatakan valid dan 16 butir pernyataan gugur karena memiliki nilai r hitung lebih kecil dari r tabel (0,349). Dengan demikian, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 34 butir pernyataan yang telah memenuhi kriteria validitas. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach's Alpha untuk melihat konsistensi internal instrumen, karena koefisien ini lazim digunakan untuk menilai keterandalan instrumen berbasis skala (Tavakol & Dennick, 2011). Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen kecerdasan emosional memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,913 dengan jumlah item sebanyak 34 butir. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen berada pada kategori sangat reliabel sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian.

Tabel 2. Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	34

Setelah proses uji validitas, jumlah item pada masing-masing aspek mengalami perubahan. Aspek mengenali emosi diri terdiri atas 7 item, aspek mengelola emosi terdiri atas 7 item, aspek memotivasi diri terdiri atas 7 item, aspek mengenali emosi orang lain terdiri atas 6 item dan aspek membina hubungan terdiri atas 7 item. Perbedaan jumlah item pada masing-masing aspek terjadi karena adanya item yang tidak memenuhi kriteria validitas sehingga dieliminasi dari instrumen penelitian. Meskipun jumlah item pada setiap aspek tidak sama, seluruh indikator masing-masing aspek tetap terwakili sehingga instrumen masih mampu mengukur konstruk kecerdasan emosional secara komprehensif. Nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,913 menunjukkan bahwa

instrumen memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Kecerdasan Emosional

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
1	Mengenali emosi diri	Menyadari perasaan yang sedang dialami dan memahami penyebab munculnya emosi	1-7	7
2	Mengelola emosi	Mengendalikan marah, kecewa, dan respons negatif dalam situasi sosial	8-14	7
3	Memotivasi diri	Mendorong diri untuk tetap berusaha, belajar, dan bersikap positif	15-21	7
4	Mengenali emosi orang lain	Memahami perasaan teman dan menunjukkan empati	22-27	6
5	Membina hubungan	Berkomunikasi, bekerja sama, menghargai pendapat, dan menjaga hubungan sosial	28-34	7
Total				34

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui tiga tahap. Tahap pertama adalah pemberian pretest kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tahap kedua adalah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* kepada kelompok eksperimen sebanyak lima kali pertemuan. Layanan bimbingan kelompok dipilih karena proses kelompok dapat menjadi ruang belajar interpersonal yang memungkinkan siswa mengenali diri, memahami orang lain, menerima umpan balik, dan mencoba perilaku baru dalam suasana yang terarah (Corey, 2016). Setiap pertemuan dilaksanakan selama 40-45 menit dengan tahapan pembukaan, transisi, kegiatan inti, refleksi, dan penutup. Kelompok kontrol tidak memperoleh layanan dengan teknik *talking chips* selama periode penelitian berlangsung, tetapi tetap mengikuti layanan BK reguler sekolah. Setelah penelitian selesai, kelompok kontrol diberikan kesempatan untuk memperoleh layanan yang sama sebagai bentuk keadilan layanan. Tahap ketiga adalah pemberian posttest kepada kedua kelompok untuk mengetahui perubahan skor kecerdasan emosional setelah layanan selesai dilaksanakan.

Teknik *talking chips* digunakan untuk mengatur kesempatan berbicara secara seimbang dalam kelompok. Teknik ini merupakan bagian dari struktur pembelajaran kooperatif yang menekankan partisipasi setara, tanggung jawab individual, dan interaksi antarsiswa (Kagan & Kagan, 2009; Johnson & Johnson, 2009). Dalam pelaksanaannya, setiap siswa memperoleh tiga *chip* sebagai tanda kesempatan berbicara. Siswa menggunakan *chip* ketika menyampaikan pendapat, pengalaman, atau tanggapan. Setelah seluruh *chip* digunakan, siswa memberikan kesempatan kepada anggota lain untuk berbicara. Aturan ini bertujuan agar diskusi tidak didominasi oleh siswa tertentu dan setiap anggota kelompok memperoleh kesempatan yang sama untuk berpartisipasi. Pada akhir sesi dilakukan refleksi mengenai pengalaman dan pemahaman siswa selama kegiatan berlangsung.

Untuk memastikan layanan dilaksanakan sesuai rancangan, selama pelaksanaan bimbingan kelompok dilakukan observasi keterlaksanaan oleh guru BK pendamping menggunakan lembar observasi. Aspek yang diamati meliputi keterlaksanaan tahap pembukaan, penerapan aturan *talking chips*, partisipasi anggota kelompok, refleksi, dan penutupan. Hasil observasi

menunjukkan bahwa seluruh komponen layanan terlaksana sesuai dengan rencana layanan yang telah disusun.

Tabel 4. Rancangan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Talking Chips*

No.	Fokus Layanan	Tujuan Kegiatan	Aktivitas <i>Talking Chips</i>
1	Mengenali emosi diri	Siswa mampu mengidentifikasi emosi yang sering muncul dalam interaksi sehari-hari.	Siswa menggunakan <i>chip</i> untuk menyebutkan pengalaman emosional dan respons yang biasa dilakukan.
2	Mengelola emosi	Siswa mampu memahami cara menunda respons negatif dan memilih perilaku yang lebih tepat.	Siswa mendiskusikan situasi konflik dan memberi tanggapan secara bergiliran menggunakan <i>chip</i> .
3	Memotivasi diri	Siswa mampu menemukan dorongan positif untuk belajar dan berinteraksi secara sehat.	Siswa menyampaikan strategi pribadi untuk tetap semangat ketika menghadapi kesulitan.
4	Mengenali emosi orang lain	Siswa mampu memahami perasaan teman dan menunjukkan empati.	Siswa menanggapi cerita teman dengan kalimat empatik secara bergiliran.
5	Membina hubungan	Siswa mampu membangun komunikasi yang saling menghargai dalam kelompok.	Siswa melakukan refleksi tentang cara berbicara, mendengarkan, dan menghargai pendapat.

Data penelitian dianalisis dengan bantuan SPSS versi 22. Analisis diawali dengan statistik deskriptif untuk mengetahui rata-rata, distribusi kategori, dan perubahan skor kecerdasan emosional siswa. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah subjek pada masing-masing kelompok kurang dari 50. Uji Shapiro-Wilk digunakan untuk menguji apakah data berasal dari distribusi normal dan banyak digunakan pada sampel kecil (Shapiro & Wilk, 1965).

Selanjutnya, *paired sample t-test* digunakan untuk mengetahui perbedaan skor *pretest* dan *posttest* dalam kelompok. Karena penelitian melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, analisis juga dilengkapi dengan perhitungan *gain score* dan *normalized gain* (N-gain) untuk membandingkan kecenderungan peningkatan antarkelompok. Gain score dihitung dari selisih skor *posttest* dan *pretest*, sedangkan N-gain digunakan untuk mengetahui proporsi peningkatan skor terhadap skor maksimum yang mungkin dicapai (Hake, 1998). Seluruh pengujian ditafsirkan pada taraf signifikansi 0,05. Selain nilai signifikansi, pelaporan ukuran efek juga disarankan untuk memberikan informasi mengenai besar-kecilnya pengaruh perlakuan secara lebih bermakna (Lakens, 2013). Untuk mengetahui perbedaan peningkatan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, digunakan independent sample t-test terhadap skor gain.

Selain uji signifikansi, penelitian ini juga menghitung *effect size* menggunakan Cohen's d untuk mengetahui besarnya pengaruh perlakuan. Interpretasi Cohen's d mengacu pada Lakens (2013), yaitu $d < 0,20$ (sangat kecil), $0,20 \leq d < 0,50$ (kecil), $0,50 \leq d < 0,80$ (sedang), dan $d \geq 0,80$ (besar). Tingkat peningkatan skor dianalisis menggunakan N-Gain dengan kategori tinggi ($g > 0,70$), sedang ($0,30 \leq g \leq 0,70$), dan rendah ($g < 0,30$) menurut Hake (1998).

Hasil analisis menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor kecerdasan emosional yang signifikan setelah perlakuan diberikan ($\text{Sig.} = 0,001 < 0,05$). Nilai N-

Gain kelompok eksperimen sebesar 0,186 dan kelompok kontrol sebesar 0,136, yang keduanya termasuk kategori rendah. Perhitungan Cohen's d sebesar 0,44 menunjukkan bahwa pengaruh perlakuan berada pada kategori kecil (*small effect*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* terhadap kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Comal. Layanan diberikan kepada kelompok eksperimen sebanyak lima kali pertemuan. Materi layanan disusun berdasarkan lima indikator kecerdasan emosional, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan sosial.

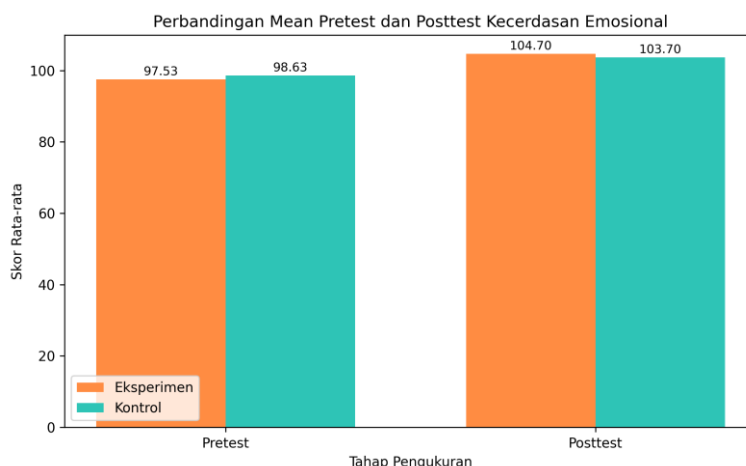
Berdasarkan hasil pretest, rata-rata skor kecerdasan emosional kelompok eksperimen adalah 97,53, sedangkan kelompok kontrol adalah 98,63. Seluruh siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kondisi awal kecerdasan emosional siswa pada kedua kelompok relatif setara secara deskriptif sebelum perlakuan diberikan.

Setelah kelompok eksperimen memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*, rata-rata skor posttest meningkat menjadi 104,70 sd. Sementara itu, kelompok kontrol juga mengalami peningkatan rata-rata skor menjadi 103,70 sd. Dengan demikian, peningkatan skor pada kelompok eksperimen adalah 7,17 poin, sedangkan kelompok kontrol meningkat sebesar 5,07 poin. Jika dibandingkan dengan skor maksimum instrumen sebesar 136, peningkatan tersebut menunjukkan adanya perubahan positif, namun masih relatif terbatas dibandingkan dengan keseluruhan rentang skor yang dapat dicapai. Ringkasan perubahan skor kecerdasan emosional siswa disajikan pada Tabel 3.

Tabel 5. Ringkasan Skor Pretest, Posttest, dan Gain Kecerdasan Emosional

Kelompok	N	Mean Pretest	Mean Posttest	Gain	N-Gain	Kategori Perubahan
Eksperimen	15	97,53	104,73	7,20	0,186	Meningkat
Kontrol	17	98,63	103,71	5,08	0,136	Meningkat

Tabel 4 menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami peningkatan skor kecerdasan emosional setelah periode penelitian. Secara deskriptif, peningkatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Nilai N-Gain kelompok eksperimen sebesar 0,186, sedangkan kelompok kontrol sebesar 0,136. Berdasarkan kriteria Hake (1998), kedua nilai N-Gain tersebut berada pada kategori rendah, tetapi kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa, meskipun peningkatan tersebut masih berada pada kategori rendah. Oleh karena itu, temuan ini perlu dianalisis lebih lanjut pada bagian pembahasan, terutama terkait durasi intervensi, jumlah sesi layanan dan faktor - faktor lain yang dapat mempengaruhi efektivitas peningkatan kecerdasan emosional siswa.



Gambar 1. Perbandingan Mean Pretest dan Posttest Kecerdasan Emosional Siswa

Grafik pada Gambar 1 menunjukkan bahwa skor rata-rata kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami peningkatan setelah periode penelitian. Kelompok eksperimen meningkat dari 97,53 menjadi 104,73, sedangkan kelompok kontrol meningkat dari 98,63 menjadi 103,71. Secara deskriptif, peningkatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Namun, karena kelompok kontrol juga mengalami peningkatan, hasil ini perlu ditafsirkan secara hati-hati dan tidak langsung disimpulkan bahwa seluruh peningkatan disebabkan oleh teknik *talking chips*.

Selain dilihat dari rata-rata skor, perubahan kecerdasan emosional juga dapat dilihat berdasarkan distribusi kategori. Pada saat pretest, seluruh siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada kategori sedang. Setelah perlakuan diberikan, terdapat tiga siswa pada kelompok eksperimen atau 20% yang meningkat ke kategori tinggi, sedangkan 12 siswa atau 80% tetap berada pada kategori sedang. Pada kelompok kontrol, seluruh siswa tetap berada pada kategori sedang. Distribusi kategori pretest dan posttest disajikan pada Tabel 5.

Tabel 6. Distribusi Kategori Kecerdasan Emosional Siswa

Tahap	Kelompok	Tinggi f (%)	Sedang f (%)	Rendah f (%)	Sangat Rendah f (%)
Pretest	Eksperimen	0 (0%)	15 (100%)	0 (0%)	0 (0%)
Pretest	Kontrol	0 (0%)	17 (100%)	0 (0%)	0 (0%)
Posttest	Eksperimen	3 (20%)	12 (80%)	0 (0%)	0 (0%)
Posttest	Kontrol	0 (0%)	17 (100%)	0 (0%)	0 (0%)

Berdasarkan Tabel 6, perubahan kategori hanya tampak pada kelompok eksperimen, yaitu terdapat tiga siswa yang meningkat dari kategori sedang ke kategori tinggi setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*. Sementara itu, pada kelompok kontrol tidak terdapat perubahan kategori karena seluruh siswa tetap berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan perubahan yang lebih baik pada kelompok eksperimen, meskipun peningkatan tersebut tetap perlu ditafsirkan secara hati-hati karena kelompok kontrol juga mengalami peningkatan skor rata-rata.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk. Uji Shapiro-Wilk digunakan karena jumlah subjek pada masing-masing kelompok kurang dari 50. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa seluruh data memiliki nilai signifikansi

lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data pretest dan posttest pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

Data	N	Shapiro-Wilk	Sig.	Keterangan
Pretest kontrol	17	0,950	0,453	Normal
Posttest kontrol	17	0,913	0,112	Normal
Pretest eksperimen	15	0,972	0,885	Normal
Posttest eksperimen	15	0,912	0,146	Normal

Setelah data dinyatakan berdistribusi normal, uji hipotesis dilakukan menggunakan *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen. Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi $p < 0,001$. Nilai tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*.

Tabel 8. Ringkasan Hasil Uji Paired Sample t-Test Kelompok Eksperimen

Kelompok	N	Mean Pretest	Mean Posttest	Gain	t	Sig. (2-tailed)	Keputusan
Eksperimen	15	97,53	104,73	7,20	-3,942	$p < 0,001$	Ha diterima

Berdasarkan Tabel 8, rata-rata skor kecerdasan emosional siswa meningkat dari 97,53 pada pretest menjadi 104,73 pada posttest dengan gain sebesar 7,20 poin. Hasil uji *paired sample t-Test* menunjukkan nilai $t = -3,942$ dan signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen. Hasil ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa mengalami peningkatan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*.

Tabel 9. Analisis N-Gain Antar Kelompok

Kelompok	N	Mean N-Gain (%)	SD
Eksperimen	15	35,67	33,17
Kontrol	17	25,11	11,68

Dengan demikian, hasil analisis N-Gain menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memperoleh rata-rata peningkatan sebesar 35,67%, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata peningkatan sebesar 25,11%. Berdasarkan kategori Hake (1998), kedua kelompok berada pada kategori rendah, namun kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi secara deskriptif.

Tabel 10. Uji Independent Sample t-Test

Variabel	t	df	sig	Mean Difference	95% CI Lower	95% CI Upper
N-Gain	1,170	17,054	0,228	10,558	-8,471	29,587

Hasil independent sample t-test menunjukkan nilai $t(17,054) = 1,170$, $p = 0,228$ dengan mean difference sebesar 10,558. Interval kepercayaan 95% berada pada rentang -8,471 hingga 29,587. Karena interval kepercayaan masih mencakup angka nol dan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka tidak terdapat perbedaan peningkatan kecerdasan emosional yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 11. Effect Size Perlakuan

Statistik	Nilai	Kategori
Cohen's d	0,44	Kecil

Hasil perhitungan *effect size* menggunakan Cohen's d menunjukkan nilai sebesar 0,44. Berdasarkan kriteria Lakens (2013), nilai tersebut termasuk kategori kecil. Temuan ini menunjukkan bahwa kontribusi layanan bimbingan kelompok dengan teknik talking chips terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa masih relatif terbatas.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik talking chips berkontribusi positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Comal. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata skor kelompok eksperimen dari 97,53 pada pretest menjadi 104,73 pada posttest, dengan gain sebesar 7,17. Selain itu, distribusi kategori menunjukkan adanya perubahan pada kelompok eksperimen, yaitu tiga siswa atau 20% masuk kategori tinggi setelah mengikuti layanan. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman berdiskusi secara terstruktur, bergiliran, dan setara dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial-emosional. Namun, karena kelompok kontrol juga mengalami peningkatan dari 98,63 menjadi 103,71, interpretasi hasil perlu dilakukan secara proporsional. Meskipun telah dilakukan uji t-independent sample t-test terhadap skor peningkatan (N-Gain), hasil menunjukkan bahwa perbedaan peningkatan antara kedua kelompok belum signifikan secara statistik ($p = 0,228$). Oleh karena itu, hasil penelitian ini lebih tepat diinterpretasikan sebagai adanya kecenderungan kontribusi positif dibandingkan dengan bukti efektivitas yang kuat.

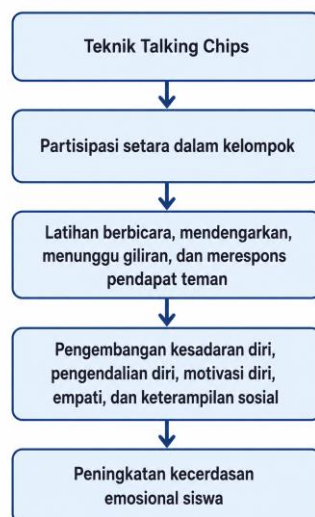
Secara teoretis, temuan ini selaras dengan kajian yang menekankan bahwa kecerdasan emosional berkembang melalui pengalaman interaksi sosial yang terstruktur. Teknik *talking chips* menciptakan pola komunikasi bergiliran yang mendorong siswa untuk melatih regulasi diri, empati, dan keterampilan mendengarkan aktif. Kondisi ini sejalan dengan temuan Janah (2024), Della (2023), Nurfaidah et al. (2023), serta Sabilila & Puspitaningrum (2024) yang menegaskan bahwa intervensi berbasis kelompok yang terstruktur efektif dalam meningkatkan aspek sosial-emosional siswa.

Meskipun demikian, nilai N-Gain yang masih tergolong rendah mengindikasikan bahwa perubahan yang terjadi belum optimal. Hal ini dapat dipahami dari beberapa aspek. Pertama, durasi intervensi yang hanya lima sesi belum cukup untuk menghasilkan perubahan yang stabil pada konstruk psikologis seperti kecerdasan emosional yang berkembang secara bertahap. Kedua, efektivitas teknik sangat dipengaruhi oleh dinamika kelompok, termasuk tingkat keterbukaan siswa, kualitas fasilitasi, serta kesiapan individu dalam mengikuti proses refleksi emosional. Ketiga, terdapat kemungkinan adanya faktor moderator seperti lingkungan sekolah, pola asuh, dan interaksi teman sebaya yang turut memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional di luar sesi intervensi.

Temuan tersebut diperkuat oleh nilai Cohen's d sebesar 0,44 yang termasuk kategori kecil. Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi perlakuan terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa belum kuat. Oleh karena itu, hasil penelitian lebih tepat ditafsirkan sebagai adanya kontribusi positif layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* dibandingkan dengan intervensi yang menghasilkan perubahan besar.

Peningkatan kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen dapat dijelaskan melalui mekanisme psikopedagogis dalam teknik *talking chips*. Teknik ini bukan hanya mengatur giliran

berbicara, tetapi juga menciptakan latihan sosial-emosional yang terstruktur. Ketika siswa memperoleh chip sebagai tanda kesempatan berbicara, mereka didorong untuk menyusun pendapat, mengenali perasaan yang muncul, dan menyampaikan pengalaman emosional secara lebih sadar. Sebaliknya, ketika siswa belum memperoleh giliran atau telah menggunakan chip, mereka belajar mendengarkan, menunggu, mengelola dorongan untuk memotong pembicaraan, dan memahami sudut pandang teman. Mekanisme tersebut dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Mekanisme Teknik *Talking Chips* dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa

Gambar 2 menunjukkan bahwa teknik *talking chips* bekerja melalui proses partisipasi yang setara dalam kelompok. Setiap siswa memperoleh kesempatan untuk berbicara dan tanggung jawab untuk mendengarkan. Kondisi ini penting karena kecerdasan emosional tidak hanya berkembang melalui pemahaman konsep, tetapi juga melalui pengalaman langsung dalam mengenali emosi, mengelola respons, memahami orang lain, dan membangun hubungan sosial. Dengan demikian, *talking chips* dapat dipahami sebagai teknik yang menghubungkan proses diskusi kelompok dengan latihan kecerdasan emosional secara nyata.

Dalam perspektif kecerdasan emosional, aktivitas *talking chips* relevan dengan lima aspek utama yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Pada aspek mengenali emosi diri, siswa dilatih untuk menyadari perasaan yang muncul ketika menceritakan pengalaman, menghadapi perbedaan pendapat, atau menanggapi situasi konflik. Pada aspek mengelola emosi, siswa belajar menahan diri, menunggu giliran, dan memilih respons yang lebih tepat sebelum berbicara. Pada aspek mengenali emosi orang lain, siswa belajar mendengarkan cerita teman dan memahami perasaan yang disampaikan. Pada aspek membina hubungan, siswa berlatih menghargai pendapat, memberikan tanggapan yang santun, dan menjaga suasana kelompok tetap kondusif. Sementara itu, aspek motivasi diri tampak ketika siswa didorong untuk aktif, berani berbicara, dan menyampaikan strategi pribadi dalam menghadapi kesulitan.

Temuan ini sejalan dengan Mayer, Salovey, dan Caruso (2004) yang menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan memahami informasi emosional dan mengelola emosi untuk mengarahkan pikiran serta tindakan. Selama layanan berlangsung, siswa tidak hanya menerima penjelasan tentang emosi, tetapi juga mempraktikkan cara mengungkapkan dan mengelola emosi dalam interaksi kelompok. Brackett, Rivers, dan Salovey (2011) juga

menegaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki implikasi terhadap keberhasilan personal, sosial, akademik, dan kehidupan kerja. Dalam konteks penelitian ini, pengalaman berbicara, mendengarkan, menahan respons, dan memberi umpan balik menjadi proses penting yang membantu siswa mengembangkan kemampuan emosional dalam situasi sosial yang dekat dengan kehidupan sekolah.

Hasil penelitian ini juga mendukung kajian tentang pentingnya pengembangan sosial-emosional di sekolah. Durlak et al. (2011) menunjukkan bahwa program *social and emotional learning* berbasis sekolah dapat meningkatkan keterampilan sosial-emosional, sikap, perilaku positif, dan capaian akademik siswa. Puertas-Molero et al. (2020) menegaskan bahwa program pengembangan kecerdasan emosional di lingkungan pendidikan dapat mendukung kesejahteraan sosial dan mental siswa. Selain itu, MacCann et al. (2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan performa akademik melalui kemampuan mengelola emosi akademik, membangun relasi sosial di sekolah, dan memahami konteks pembelajaran yang melibatkan emosi. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok berbasis *talking chips* dapat diposisikan sebagai salah satu strategi sekolah yang memberi pengalaman belajar sosial-emosional secara langsung.

Dari perspektif pembelajaran kooperatif, teknik *talking chips* relevan karena menekankan partisipasi setara dan tanggung jawab individual. Johnson dan Johnson (2009) menjelaskan bahwa pembelajaran kooperatif yang efektif melibatkan interdependensi positif, tanggung jawab individual, interaksi promotif, keterampilan sosial, dan evaluasi kelompok. Prinsip tersebut tampak dalam pelaksanaan *Talking Chips* karena setiap siswa bertanggung jawab menggunakan chip untuk berkontribusi dalam diskusi dan menghargai giliran anggota lain. Kagan dan Kagan (2009) juga menempatkan *talking chips* sebagai struktur kooperatif yang membantu mengatur partisipasi agar tidak hanya didominasi oleh beberapa anggota kelompok. Dalam konteks bimbingan kelompok, struktur ini penting karena dinamika kelompok yang sehat membutuhkan kesempatan berbicara yang merata, keterlibatan aktif, dan suasana yang aman bagi siswa untuk mengungkapkan diri.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya. Janah (2024) menunjukkan bahwa teknik *talking chips* dapat meningkatkan kecerdasan emosi melalui keterlibatan aktif siswa dalam diskusi kelompok. Della (2023) menemukan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap kecerdasan emosional siswa SMP. Nurfaidah et al. (2023) melaporkan bahwa bimbingan kelompok dapat digunakan untuk membantu siswa mengembangkan kecerdasan emosional, sedangkan Sabilila dan Puspitaningrum (2024) menunjukkan bahwa teknik yang melibatkan pengalaman aktif dalam kelompok dapat mendukung perkembangan kecerdasan emosional. Kesamaan temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan kecerdasan emosional lebih kuat ketika siswa tidak hanya menerima penjelasan, tetapi juga mengalami proses interaksi, refleksi, dan umpan balik dalam kelompok.

Secara proses, perubahan pada kelompok eksperimen dapat diamati dari meningkatnya keterlibatan siswa selama layanan berlangsung. Pada pertemuan awal, sebagian siswa masih pasif, ragu menyampaikan pendapat, dan cenderung menunggu teman lain berbicara. Setelah teknik *talking chips* digunakan, siswa mulai memahami bahwa setiap anggota memiliki kesempatan dan tanggung jawab untuk berbicara. Pada materi mengenali emosi diri, siswa mulai menyebutkan perasaan yang sering muncul ketika mengalami konflik atau perbedaan pendapat. Pada materi mengelola emosi, siswa mulai memahami pentingnya menunda respons negatif sebelum berbicara. Pada materi mengenali emosi orang lain, siswa belajar menggunakan kalimat yang

lebih empatik. Pada pertemuan akhir, siswa terlihat lebih berani menyampaikan pendapat, lebih aktif mendengarkan, dan lebih mampu menghargai perbedaan pandangan dalam kelompok.

Meskipun demikian, peningkatan pada kelompok kontrol perlu dibahas secara hati-hati. Kelompok kontrol juga mengalami peningkatan rata-rata skor, meskipun peningkatannya lebih rendah dibandingkan dengan kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan kecerdasan emosional siswa tidak selalu hanya dipengaruhi oleh perlakuan, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pengalaman belajar reguler, interaksi dengan teman sebaya, kedewasaan perkembangan selama periode penelitian, kegiatan sekolah, atau paparan nilai-nilai sosial dalam pembelajaran sehari-hari. Oleh karena itu, hasil penelitian ini lebih tepat ditafsirkan sebagai kecenderungan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih besar setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*. Untuk memperkuat kesimpulan kausal, penelitian berikutnya perlu menggunakan uji beda *gain score*, ANCOVA, atau desain eksperimen dengan randomisasi yang lebih kuat.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi guru bimbingan dan konseling. Teknik *talking chips* dapat digunakan sebagai alternatif strategi bimbingan kelompok untuk membantu siswa yang pasif, mudah tersinggung, kurang berani menyampaikan pendapat, atau sering mengalami kesalahpahaman dalam interaksi teman sebaya. Teknik ini relatif sederhana, murah, dan mudah diterapkan karena guru BK hanya memerlukan kartu atau benda kecil sebagai *chip*, panduan diskusi, dan aturan kelompok yang jelas. Teknik *talking chips* dapat diterapkan pada kelompok beranggotakan 8–15 siswa dengan durasi 40–45 menit per sesi. Teknik ini juga sesuai untuk sekolah dengan keterbatasan sarana karena tidak memerlukan perangkat teknologi khusus. Dalam praktik layanan, guru BK dapat menggunakan *talking chips* untuk menciptakan diskusi yang lebih merata, mengurangi dominasi siswa tertentu, dan memberi kesempatan kepada semua anggota kelompok untuk berlatih berbicara, mendengarkan, mengelola emosi, dan menghargai pendapat.

Kontribusi penelitian ini terletak pada adaptasi teknik *talking chips* ke dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengembangkan kecerdasan emosional siswa SMP. Teknik yang awalnya banyak digunakan dalam pembelajaran kooperatif dapat dimanfaatkan dalam layanan bimbingan dan konseling karena memiliki kesesuaian dengan tujuan pengembangan sosial-emosional. Adaptasi ini penting karena layanan BK di sekolah perlu bergerak dari model penyampaian materi satu arah menuju pengalaman belajar yang lebih aktif, reflektif, dan partisipatif. Dengan demikian, *talking chips* dapat diposisikan sebagai teknik yang membantu siswa melatih kesadaran diri, pengendalian diri, keberanian berbicara, empati, kemampuan mendengarkan, dan keterampilan membina hubungan interpersonal.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah subjek relatif kecil dan hanya berasal dari satu sekolah, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Kedua, instrumen utama berbasis *self-report*, sehingga jawaban siswa masih dipengaruhi oleh persepsi diri dan kemungkinan bias sosial. Ketiga, durasi intervensi hanya lima pertemuan, sehingga peningkatan kecerdasan emosional yang diperoleh masih terbatas dan belum dapat menunjukkan perubahan jangka panjang. Keempat, penelitian belum menyertakan *follow-up test* untuk mengetahui keberlanjutan perubahan setelah layanan berakhir. Kelima, penelitian belum menggunakan observasi perilaku emosional secara sistematis sebagai data pendukung. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas, menggunakan observasi perilaku yang lebih terstruktur, menambahkan pengukuran lanjutan, serta menerapkan analisis *gain score* atau ANCOVA untuk memperkuat kesimpulan mengenai efektivitas layanan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips* menunjukkan kecenderungan kontribusi positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Comal. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata skor kelompok eksperimen dari 97,53 menjadi 104,73 setelah perlakuan diberikan. Kelompok eksperimen juga memperoleh rata-rata N-Gain yang lebih tinggi (35,67%) dibandingkan dengan kelompok kontrol (25,11%). Namun demikian, hasil *independent sample t-test* menunjukkan bahwa perbedaan peningkatan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol belum signifikan secara statistik ($p = 0,228$), sehingga temuan penelitian perlu ditafsirkan dengan hati-hati. Selain itu, nilai Cohen's d sebesar 0,44 menunjukkan bahwa kontribusi perlakuan berada pada kategori kecil. Teknik *talking chips* memberikan pengalaman kelompok yang lebih aktif, setara, dan partisipatif. Melalui penggunaan chip, siswa memperoleh kesempatan yang sama untuk berbicara, menyampaikan pendapat, mendengarkan teman, menunggu giliran, dan merespons pendapat secara lebih terarah. Proses tersebut mendukung pengembangan kecerdasan emosional, terutama pada aspek mengenali emosi diri, mengelola emosi, memahami emosi orang lain, dan membina hubungan sosial.

Meskipun demikian, hasil penelitian perlu ditafsirkan secara hati-hati karena kelompok kontrol juga mengalami peningkatan. Dengan demikian, kecenderungan peningkatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol, namun kesimpulan mengenai efektivitas perlakuan akan lebih kuat apabila didukung dengan analisis perbandingan gain score atau ANCOVA berdasarkan data individu.

Secara praktis, guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan teknik *talking chips* sebagai alternatif strategi bimbingan kelompok untuk membantu siswa yang pasif, mudah tersinggung, kurang berani menyampaikan pendapat, atau mengalami kesulitan dalam interaksi dengan teman sebaya. Secara kebijakan, hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan. Hasil ini dapat menjadi pertimbangan awal bagi guru BK dan pihak sekolah dalam mengembangkan layanan bimbingan kelompok berbasis keterampilan sosial-emosional. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah subjek yang lebih luas, menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat, menambahkan observasi perilaku emosional secara sistematis, serta melakukan pengukuran tindak lanjut untuk melihat keberlanjutan perubahan setelah layanan diberikan.

REFERENSI

- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). *Experimental and quasi-experimental designs for research*. Houghton Mifflin. [Google Scholar](#)
- Corey, G. (2016). *Theory and practice of group counseling* (9th ed.). Cengage Learning. [Google Scholar](#)
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications. [Google Scholar](#)
- Della, A. S. (2023). PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL SISWA KELAS VIII-4 DI SMP ISTIQLAL DELITUA. *LOKAKARYA*, 2(1), 11-16. <http://dx.doi.org/10.30821/lokakarya.v2i1.2751>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-

- based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Hake, R. R. (1998). Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses. *American Journal of Physics*, 66(1), 64–74. <https://doi.org/10.1119/1.18809>
- Janah, R. M. (2024). PENINGKATAN KECERDASAN EMOSI MELALUI TEKNIK TALKING CHIPS. *Educational of Indonesian Journal*, 1(01), 01-08. <https://doi.org/10.31316/edunesiajournal.v1i01.5478>
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2009). An educational psychology success story: Social interdependence theory and cooperative learning. *Educational Researcher*, 38(5), 365–379. <https://doi.org/10.3102/0013189X09339057>
- Kagan, S., & Kagan, M. (2009). *Kagan cooperative learning*. Kagan Publishing.
- Lakens, D. (2013). Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: A practical primer for t-tests and ANOVAs. *Frontiers in Psychology*, 4, 863. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00863>
- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, 22(140), 1–55. [Google Scholar](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=likert)
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503_02
- Muniroh, M. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perkembangan Perilaku Prosocial Siswa. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 92-96. <https://doi.org/10.51878/teaching.v5i4.10929>
- Puertas-Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Castro-Sánchez, M., Ramírez-Granizo, I., & González-Valero, G. (2020). Emotional intelligence in the educational field: A meta-analysis. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 36(1), 84–91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Shapiro, S. S., & Wilk, M. B. (1965). An analysis of variance test for normality: Complete samples. *Biometrika*, 52(3–4), 591–611. <https://doi.org/10.1093/biomet/52.3-4.591>
- Tavakol, M., & Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53–55. <https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>
- Zulfianingrum, A. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Talking chips Terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas Ix A Smp Negeri 1 Rawalo Tahun Ajaran 2021/2022. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 220-228. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v6i2.3461>

Copyright Holder :

© Sample (2026).

First Publication Right :

© Journal of Society Counseling

This article is under:

