PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

ABSTRAK
PENINGKATAN KESADARAN EMOSI DENGAN KONSELING INDIVIDU MELALUI TERAPI EKSPRESIF JENIS *VISUAL JOURNALING* PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 SLEMAN

Agustinus Dimas Widyanto
Universitas Sanata Dharma
2021

Hal penting yang melatarbelakangi penelitian ini adalah rendahnya kesadaran emosi siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Sleman tahun ajaran 2019/2020 berdasarkan hasil observasi selama pelaksanaan Magang III di sekolah ini. Tujuan penelitian ini adalah: 1) mengetahui seberapa efektif konseling individu dengan media terapi ekspresif jenis *visual journaling* dapat meningkatkan kesadaran emosi siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Sleman, 2) meningkatan kesadaran emosi siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Sleman dengan konseling individu melalui terapi ekspresif jenis *visual journaling*, dan menjelaskan upaya yang dilakukannya.

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Gordon Wells. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan non tes. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner kesadaran emosi, lembar observasi, dan pedoman wawancara. Teknik pengujian instrumen dalam penelitian ini menggunakan validitas konfirmability dan reliabilitas pada penelitian kualitatif. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individu melalui terapi ekspresif jenis *visual journaling* dapat efektif untuk meningkatkan kesadaran siswa. Siswa A sebagai subjek penelitian mengalami peningkatan kesadaran emosi dari angka 66,18% (kategori baik) pada kondisi awal, menjadi sebesar 82,23% (kategori sangat baik) setelah siklus I. Kemudian, siswa A mengalami peningkatan lagi menjadi 90,14% (kategori sangat baik) setelah siklus II. Berdasarkan data di atas siswa A mengalami rata-rata peningkatan kesadaran emosi secara keseluruhan sebesar 11,98% pada setiap siklusnya. Kemudian, cara yang peneliti lakukan untuk meningkatkan kesadaran emosi siswa A dengan konseling individu melalui terapi ekspresif jenis *visual journaling* telah dilakukan dengan penerapan langkah-langkah sebagai berikut 1) konseling individu, 2) terapi ekspresif jenis *visual journaling*, 3) Mengaplikasikan terapi ekspresif jenis terapi musik.

Kata kunci: kesadaran emosi, konseling individu, terapi ekspresif, *visual journaling*, penelitian tindakan kelas (PTK)

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

ABSTRACT
IMPROVING STUDENT'S EMOTIONAL AWARENESS WITH INDIVIDUAL COUNSELING THROUGH EXPRESSIVE THERAPY TYPES OF VISUAL JOURNALING IN CLASS VIII STUDENTS OF SMP NEGERI 2 SLEMAN

Agustinus Dimas Widyanto
Sanata Dharma University
2021

The important thing behind this research is the low emotional awareness of class VIII students of SMP Negeri 2 Sleman for the 2019/2020 academic year based on observations during the implementation of Internship III at this school. The aims of this study are: 1) knowing how effective individual counseling using expressive counseling media is with the type of visual journal can increase the emotional awareness of class VIII students at SMP Negeri 2 Sleman, 2) increasing the emotional awareness of eighth grade students at SMP Negeri 2 Sleman with individual counseling through expressive counseling of the type of visual journal, and explaining the efforts that need to be made.

This type of research is Classroom Action Research (CAR) with the Gordon Wells model. Data collection techniques used are tests and non-tests. The instruments used were emotional awareness questionnaires, observation sheets, and interview guidelines. The instrument testing technique in this study uses confirmability validity and reliability in qualitative research. The data analysis technique used in this research is descriptive qualitative analysis.

The results showed that individual counseling through expressive therapy of the visual journal type could be effective in increasing students' awareness. Student A as the research subject experienced an increase in emotional awareness from 66.18% (good category) in the initial condition, to 82.23% (very good category) after cycle I. Then, student A experienced an increase again to 90.14% (very good category) after cycle II. Based on the data above, student A experienced an average increase in overall emotional awareness of 11.98% in each cycle. Then, the way that researchers did to increase student A's emotional awareness with individual counseling through expressive therapy of visual journaling has been done by applying the following steps 1) individual counseling, 2) expressive therapy of visual journaling, 3) applying expressive therapy of this type of therapy music.

Keywords: emotional awareness, individual counseling, expressive therapy, visual journaling, classroom action research (CAR)