

# Penerapan Problem Based Learning dengan Media *Puzzle Games* untuk Meningkatkan Keterampilan Mengelola Emosi Siswa SMP

Validya Alfira Anzhani<sup>1</sup>, Saptameiningsih<sup>2</sup>, Elisabeth Christiana<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya

<sup>2</sup> SMPN 21 Surabaya

<sup>3</sup> Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya

e-mail: [ppg.validyaanzhani04@program.belajar.id](mailto:ppg.validyaanzhani04@program.belajar.id)<sup>1</sup>, [saptameiningsih@gmail.com](mailto:saptameiningsih@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[elisabethchristiana@unesa.ac.id](mailto:elisabethchristiana@unesa.ac.id)<sup>3</sup>

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan pengelolaan emosi peserta didik SMP melalui bimbingan klasikal dengan media *puzzle game*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling yang dilaksanakan dalam 2 siklus. Subjek dari penelitian ini adalah peserta didik kelas IX-B di SMP Negeri 21 Surabaya. Pengumpulan data penelitian ini adalah berdasarkan data kuantitatif dari lembar observasi guru, peserta didik, dan didukung dengan angket pribadi peserta didik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan bimbingan klasikal dengan metode *problem based learning* dengan permainan puzzle dianggap efektif untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi peserta didik. Penerapan metode *problem based learning* dengan permainan puzzle dapat menjadi salah satu alternatif pemberian layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan keterampilan pengelolaan emosi peserta didik.

**Kata kunci:** *Puzzle Game, Pengelolaan Emosi, Problem Based Learning*

## Abstract

This study aims to enhance the emotional management skills of junior high school students through classical guidance with puzzle game media. The method used in this research is counseling action research conducted in 2 cycles. The subjects of this study were ninth-grade students at SMP Negeri 21 Surabaya. Data collection for this research is based on quantitative data from observation sheets of teachers, students, and supported by personal questionnaires for students. The results of this study indicate that the application of guidance with problem-based learning method using puzzle games is considered effective in improving the emotional management skills of students. The application of problem-based learning method with puzzle games can be one alternative in providing guidance and counseling services to enhance the emotional management skills of students.

**Keywords :** *Puzzle Games, Emotional Management, Problem Based Learning*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan perkembangan dari fase anak-anak menuju ke fase dewasa. Menurut Papalia (dalam Pertiwi, dkk. 2020) remaja awal dimulai dari masa pubertas menuju kematangan pada usia 12 atau 13 tahun dan berhenti di usia belasan tahun akhir atau awal 20an tahun. Siswa SMP dikategorikan ke dalam masa remaja awal pada rentang usia 12 hingga 15 tahun. Sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhannya maka ada beragam faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan remaja diantaranya keluarga, gizi, gangguan emosional, status sosial, ekonomi, kesehatan, bentuk tubuh, maupun dari

lingkungan (Triningtyas, 2017). Pada perkembangannya remaja memiliki perubahan yang dapat mempengaruhi perilakunya dalam kehidupan sehari-hari.

Permasalahan di dunia remaja menjadi semakin kompleks serta perlu untuk segera ditangani. Beberapa permasalahan sering dijumpai, salah satunya adalah terkait aspek emosi. Permasalahan pengelolaan emosi yang kurang baik seperti merasa cemas berlebihan, mudah marah dilingkungannya, serta merasa sedih berlebihan atau terpuruk. Dampak dari permasalahan tersebut tidak hanya berpengaruh pada kesehatan mental kita, tetapi juga berdampak signifikan pada kesehatan fisik, hubungan interpersonal, dan kesuksesan profesional kita (Puspita, 2019). Dampak buruk sangat merugikan dan memerlukan tindakan sebagai bentuk pencegahan dan pengentasan.

Hal yang dijelaskan diatas selaras dengan studi pendahuuan yang dilaksanakan di SMPN 21 Surabaya kepada siswa kelas IX melalui penyebaran angket *google form* DCM (Daftar Cek Masalah). Berdasarkan angket yang diberikan pada siswa maka hasil yang diperoleh banyak siswa memilih aspek pribadi-sosial sebagai salah satu permasalahan yang sering dialami. Adapun pernyataan yang paling banyak dipilih berkaitan dengan aspek pribadi-sosial adalah kurang bisa mengontrol emosi yang dipilih oleh 39 siswa dengan presentase (35.5%). Dari hal tersebut maka menunjukkan bahwa terdapat siswa masih membutuhkan layanan mengenai strategi untuk mengontrol emosi yang dimilikinya.

Emosi adalah suatu respon yang muncul diakibatkan oleh beberapa situasi maupun kondisi tertentu. (Wahid, 2022) Mengungkapkan bahwa mosi merupakan bagian integral dari kehidupan manusia yang berkembang sebagai respons terhadap beragam situasi dan kondisi yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Emosi dapat dibagi menjadi dua diantaranya adalah emosi positif dan emosi negatif. Menurut (Wiyase, 2022) Mengatakan bahwa emosi positif adalah jenis emosi yang menghasilkan perasaan positif pada individu yang mendapatinya, seperti kebahagiaan dan kegembiraan. Sementara itu, emosi negatif merujuk pada perasaan kurang menyenangkan yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan dari individu yang mendapatinya, seperti kesedihan, kemarahan, dan kecemasan. Dari berbagai macam emosi tersebut, semua orang termasuk siswa di sekolah dapat mengalami berbagai macam emosi selama proses masa transisi yang sedang dialami.

(Qodriyah, 2023) mengungkapkan bahwa pengelolaan emosi merupakan hal yang penting bagi siswa, terutama pada masa transisi yang sedang dialami. Pengelolaan emosi adalah kemampuan individu untuk mengontrol dan menyesuaikan perasaan mereka pada tingkat yang sesuai untuk mencapai suatu tujuan. Melakukan pengelolaan emosi tidak hanya memiliki dampak pada perilaku individu, tetapi juga memiliki pengaruh yang luas pada segala aspek dari kehidupan individu tersebut. Ini berarti bahwa cara seseorang mengelola emosi tidak hanya memengaruhi bagaimana mereka bertindak di berbagai situasi, tetapi juga dapat memengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan, termasuk kesehatan mental, hubungan interpersonal, kinerja akademik, dan prestasi karier.

Peran untuk mencegah dan melakukan pengentasan terhadap pengelolaan emosi anak, mulai dari orang tua, guru, dan lingkungan. Salah satu yang memiliki peran terhadap kemampuan anak dalam mengelola emosi adalah guru. Guru memiliki peran dalam membentuk lingkungan belajar, memberikan informasi dan pelatihan terkait pengelolaan emosi, serta memberikan contoh baik kepada peserta didik (Muthmainah, 2022). Sebagai seorang guru, perlu melakukan observasi terhadap kemampuan siswa dalam mengelola emosi. Dari hasil observasi tersebut guru dapat memberikan layanan yang mampu meningkatkan keterampilan mengelola emosi peserta didik.

Pada berbagai layanan yang diberikan terdapat salah satu layanan untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi peserta didik adalah bimbingan klasikal. Menurut Ziomek Daigle (dalam Herianti & Caraka, 2022) bimbingan klasikal yaitu layanan yang didapatkan dari guru BK agar peserta didik dapat mengatasi permasalahan dari bidang pribadi, sosial, akademik, dan karier. Layanan bimbingan klasikal mampu didapatkan dengan berbagai model atau metode disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik, satu diantaranya adalah Problem Based Learning.

Pada upaya mendukung pembelajaran efektif maka pendekatan yang dapat digunakan yakni pendekatan problem base learning (PBL). Problem based learning (PBL) ialah pendekatan pembelajaran yang dimulai dengan mengeksplorasi masalah, yang mendorong peserta didik untuk berkolaborasi pada kelompok agar dapat menemukan solusi, mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan analitis, serta memanfaatkan sumber daya yang relevan pada pembelajaran (Hotimah, 2020). Metode pembelajaran problem base learning kiranya dapat melatih siswa untuk secara aktif terlibat saat proses pemecahan masalah, mempromosikan pembelajaran kolaboratif dan penerapan keterampilan analitis serta kritis mereka dalam konteks situasi dunia nyata.

Pembelajaran problem based learning (PBL) adalah sebuah metode pengajaran yang menempatkan siswa sebagai pusat dari proses pembelajaran (Prihatin, 2022). Dalam metode pembelajaran problem based learning (PBL), siswa diajak untuk berpartisipasi aktif dalam memecahkan masalah, mengeksplorasi pengetahuan secara mandiri, dan bekerja sama dalam kelompok untuk mencapai interpretasi yang lebih akurat pada materi pelajaran. Permasalahan yang dilakukan dalam PBL mencerminkan situasi yang ditemui saat melakukan aktivitas sehari-hari, mendorong peserta didik untuk menyelidiki dan memahami masalah tersebut berdasarkan aspek kognitif dan pengalaman yang sudah dialami. Dengan cara ini, peserta didik dapat menggabungkan pengalaman yang sudah ada dengan pemahaman baru untuk memperluas pengetahuan dan pengalaman mereka (Handayani, 2023).

Berikut sintaks problem base learning yang dikutip oleh (Siddiq, 2020) untuk bisa diterapkan pada metode pembelajaran yang menggunakan problem based learning: 1) Orientasi siswa terhadap masalah yang hendak dibahas, 2) Pengorganisasian siswa untuk belajar, 3) Pembimbingan penyelidikan siswa secara individu dan kelompok, 4) Pengembangan dan penyajian hasil, 5) Analisis dan evaluasi proses dalam menyelesaikan masalah.

Menurut Abidin (dalam Robiyanto, 2021), Problem Based Learning merupakan metode pembelajaran dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengintegrasikan pembelajaran melalui permasalahan di dunia nyata. Penerapan Problem Based Learning, memberikan pandangan kepada siswa terkait permasalahan pengelolaan emosi yang sering terjadi khususnya pada peserta didik. Dengan melihat permasalahan pengelolaan emosi, peserta didik diharapkan mampu menganalisis permasalahan tersebut, dan menjadikannya pembelajaran bagi permasalahan pengelolaan emosi dirinya.

Pada setiap penerapan layanan yang diberikan kepada peserta didik, perlu juga dikombinasikan dengan media yang menarik. Hal tersebut berpengaruh pada ketertarikan peserta didik untuk melaksanakan layanan dengan antusias. Terdapat salah satu media layanan yang menarik untuk dapat digunakan adalah permainan puzzle. Menurut Abdulloh (dalam Anjani & Siti), permainan Puzzle ini dapat meningkatkan kemampuan kognitif, motorik, nalar, dan konsentrasi. Pada media Problem Based Learning, isi dari puzzle yang akan disusun merupakan permasalahan nyata terkait pengelolaan emosi.

*Puzzle games* merupakan aktivitas yang memerlukan pemain untuk menggabungkan dan menyusun bagian-bagian yang sebelumnya telah diacak menjadi sebuah kesatuan yang memiliki signifikansi atau pesan yang tersirat (Kurnia, 2023). Permainan puzzle game dalam penerapan layanan pembelajaran kali ini dilakukan dengan cara berkelompok. Dalam permainan ini, kelompok diberikan tantangan untuk memecahkan teka-teki yang disusun sedemikian rupa sehingga saat keseluruhan bagian telah disatukan, puzzle dapat membentuk suatu gambaran yang berupa materi mengenai penjelasan singkat mengenai emosi dasar yang nantinya akan dipresentasikan ke depan kelas. Dengan menghadirkan tantangan dan menuntut pemikiran kreatif, puzzle tidak hanya menyediakan hiburan tetapi juga merangsang pemikiran analitis dan problem-solving.

Media permainan puzzle dapat menjadi alat yang efektif dalam mengelola emosi siswa SMP (Khasanah, 2021). Dalam suasana belajar yang kadang-kadang penuh dengan tekanan akademik dan sosial, bermain puzzle dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengurangi stress serta kecemasan yang dirasakan. Ketika mereka fokus pada

menyusun potongan-potongan puzzle dan mencari solusi untuk teka-teki yang diberikan, siswa dapat melupakan sementara beban pikiran yang mereka hadapi di sekolah atau di luar lingkungan akademik. Aktivitas ini juga membantu meningkatkan konsentrasi dan fokus siswa, karena mereka perlu memperhatikan detail-detail kecil dan mencari pola-pola yang sesuai untuk menyelesaikan puzzle. Selain itu, berhasil menyelesaikan sebuah puzzle juga memberikan rasa pencapaian dan kepuasan yang mampu meningkatkan kepercayaan diri pada siswa. Oleh sebab itu, permainan puzzle tidak hanya menjadi hiburan yang menyenangkan, tetapi juga menjadi alat yang berguna dalam membantu siswa mengelola emosi dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka di sekolah.

Dengan demikian, untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi peserta didik dilaksanakan layanan bimbingan klasikal melalui metode *problem based learning* dengan media *puzzle games*. Layanan ini tidak hanya menjanjikan pembelajaran agar lebih menyenangkan dan menarik, namun tidak menutup kemungkinan bagi siswa untuk mengalami secara langsung bagaimana mengelola emosi dalam yang nyata. Diharapkan dengan penerapan layanan ini, menjadi inspirasi bagi guru BK maupun pihak lainnya sebagai upaya untuk mengembangkan kemampuan pengelolaan emosi peserta didik.

## **METODE**

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan jenis penelitian yang mengungkapkan hubungan antara tindakan yang akan dilakukan sertahasil yang diperoleh. Dalam PTK, peneliti memperhatikan bagaimana suatu tindakan mempengaruhi situasi, apa yang terjadi ketika tindakan diberikan, dan prosesnya dari awal sampai akhir. Ini membantu dalam memahami dampak perlakuan yang diberikan secara menyeluruh. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) juga merupakan metode penelitian yang mencari korelasi antara tindakan yang diambil oleh guru dengan hasil yang diperoleh dalam pembelajaran. PTK tidak hanya mencatat efek dari tindakan tersebut, tetapi juga mengamati kejadian-kejadian yang terjadi selama tindakan berlangsung serta seluruh proses dari awal pelaksanaan hingga dampaknya pada pembelajaran. Oleh karena itu, PTK dapat dianggap sebagai jenis penelitian untuk mendeskripsikan proses dan hasil pembelajaran yang dilakukan oleh guru di kelas agar dapat meningkatkan mutu pembelajaran.

Penelitian tindakan diperkenalkan oleh Kurt Lewin di tahun 1946 untuk pertama kali. Kurt Lewin juga yang memperkenalkan empat langkah PTK, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi (Tarsidi, 2019). Penelitian ini mengadopsi pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan fokus pada Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Pendekatan ini melibatkan langkah-langkah untuk memahami masalah, mencari solusi, dan melakukan perbaikan melalui tindakan konkret, seperti memberikan layanan bimbingan klasikal. Menurut Iskandar (dalam Dorrotunnisa: 2022) PTBK memiliki tujuan agar mampu memberikan perbaikan sistem, metode kerja, proses, isi kompetensi, serta situasi.

Jenis penelitian ini dipilih karena penelitian ini diharapkan siswa mampu melatih serta meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi secara baik dengan tindakan pembelajaran yang telah dirancang sesuai dengan need asesment yang telah dilakukan sebelumnya dan dilakukan dalam 2 siklus. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2023/2024, pada rentang waktu bulan Februari hingga April. Subjek penelitian terdiri dari 26 peserta didik kelas IX-B di SMPN 21 Surabaya. Objek penelitian difokuskan pada pengelolaan emosi siswa berdasarkan hasil need asesmen sebelumnya. Metode pengumpulan data menggunakan analisis data yang dilakukan secara deskriptif dengan penyajian dalam bentuk tabel dan grafik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan berdasarkan pada hasil penyebaran angket keterampilan mengelola emosi. Hal tersebut dilaksanakan untuk mengetahui tingkat keterampilan mengelola emosi pada siswa sebelum dan setelah melakukan layanan. Instrumen penelitian variabel strategi pengelolaan emosi terdiri dari 10 item pernyataan menggunakan skala likert dengan skor dari angka 1 sampai 4. Skor untuk jawaban sangat

setuju yaitu 4, setuju yaitu 3, tidak setuju yaitu 2, dan sangat tidak setuju yaitu 1. Seluruh item pernyataan menggunakan item pernyataan yang positif. Deskripsi data kondisi awal keterampilan mengelola emosi siswa kelas IX-B SMPN 21 Surabaya adalah sebagai berikut.

**Tabel 1. Presentase keterampilan mengelola emosi sebelum pemberian layanan**

Siklus	Presentase Keterampilan Mengelola Emosi			Keterangan
	Rendah	Sedang	Tinggi	
<b>Pra Siklus</b>	49%	28%	23%	Belum Berhasil

### Siklus I

Pelaksanaan aktivitas pada siklus I adalah mengenai penerapan layanan bimbingan klasikal metode *problem based learning* dengan media puzzle games. Tahap awal yang dilakukan yaitu mengawali layanan pembelajaran dengan melakukan apresiasi terhadap kehadiran siswa. Lalu siswa diberi pertanyaan pemantik yang berkaitan dengan emosi yang dirasakan siswa saat memulai layanan hari ini. Kemudian tahap selanjutnya adalah tahap inti yaitu menjelaskan mengenai konsep permainan puzzle yang dilakukan berkelompok untuk kemudian menyelesaikan misi permasalahan yang sesuai dengan jenis emosi pada puzzle yang telah tersusun. Setelah menyelesaikan puzzle dan permasalahan maka masing-masing kelompok menyampaikan hasil diskusinya. Tahap terakhir atau penutup adalah melakukan refleksi dan memberi kesimpulan pada aktivitas layanan yang dilakukan.

Setelah pelaksanaan siklus I maka selanjutnya adalah menganalisis tingkat keterampilan mengelola emosi sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan. Berikut kondisi tingkat keterampilan mengelola emosi siswa setelah dilaksanakan layanan pada siklus I.

**Tabel 2. Persentase keterampilan mengelola emosi siklus I**

Siklus	Presentase Keterampilan Mengelola Emosi			Keterangan
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Pra Siklus	49%	28%	23%	Belum Berhasil
Siklus I	37%	42%	21%	Belum Berhasil

Pada paparan diatas maka pelaksanaan siklus I belum mencapai hasil yang sudah ditetapkan. Hasil yang ditetapkan adalah persentase total nilai sedang dan tinggi lebih dari 75%. Pada siklus I didapatkan persentase total pada nilai sedang dan tinggi adalah 63% < 75%. Oleh sebab itu penelitian dapat dikembangkan penerapannya di siklus II.

Pada siklus I beberapa kekurangan penerapan layanan bimbingan klasikal metode *problem based learning* dengan media puzzle games adalah sebagai berikut.

1. Pada saat pertanyaan pemantik hanya tertuju pada emosi yang dirasakan oleh siswa saat ini tanpa memberikan keterkaitan dengan teori yang akan dibahas
2. Pada saat penyelesaian permasalahan hanya partisipasi siswa sangat sedikit sehingga lebih banyak siswa yang pasif daripada aktif dalam memperhatikan persoalan
3. Pada saat melakukan presentasi hanya dilakukan oleh 1 orang saja sehingga banyak yang tidak memperhatikan maupun mendengar.
4. Pada saat pembagian kelompok kurang merata pembagiannya jumlahnya (ada yang 6 dan 8). Selain itu juga saat membagi sendiri banyak siswa yang kesulitan untuk bergabung di satu kelompok.
5. Kurangnya ketegasan dalam memberikan batasan waktu permainan pada siswa

Hasil analisis dari paparan kekurangan selama pemberian layanan pada siklus I dapat menjadi dasar pertimbangan untuk perbaikan layanan pada siklus II. Perubahan dari kekurangan di siklus I perlu dilakukan di siklus II sebagai perbaikan hasil layanan.

## Siklus II

Pada pelaksanaan layanan di siklus II meliputi tahap perbaikan dengan menggunakan tahapan layanan yang sama dengan yang sudah dilakukan pada siklus I. Tahapan tersebut antara lain tahap awal/pendahuluan, tahap inti, dan tahap penutup. Adapun perbedaannya dengan pelaksanaan layanan di siklus I adalah pada siklus II dilakukan modifikasi dari kekurangan yang telah di analisis pada siklus I.

Berikut adalah hasil analisis keterampilan mengelola emosi siswa pada pelaksanaan layanan di siklus II.

**Tabel 3. Persentase keterampilan mengelola emosi siklus II**

Siklus	Presentase Keterampilan Mengelola Emosi			Keterangan
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Pra Siklus	49%	28%	23%	Belum Berhasil
Siklus I	37%	42%	21%	Belum Berhasil
Siklus II	23%	20%	57%	Berhasil

Dari pelaksanaan layanan bimbingan klasikal metode *problem based learning* dengan media puzzle games di siklus II maka diperoleh peningkatan pada persentase total tingkat sedang dan tinggi. Persentase hasil total dari nilai sedang dan tinggi adalah sebanyak 77 persen. Hasil tersebut menunjukkan bahwa 77% > 75% yang artinya bahwa penerapan layanan tersebut telah dinyatakan berhasil. Nilai tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini tidak akan dilanjutkan pada tahapan selanjutnya dan hanya berhenti di siklus II.

Terdapat beberapa perbaikan layanan yang diberikan di siklus II antara lain sebagai berikut.

1. Pertanyaan pemantik diberikan dengan menanyakan kondisi emosi siswa beserta mengaitkan dengan teori emosi sederhana mengenai pengenalan jenis emosi sesuai dengan yang dialami siswa
2. Pada upaya penyelesaian permasalahan, maka siswa dapat dipandu bergiliran sesuai dengan ragam emosi yang didapatkan
3. Untuk meningkatkan partisipasi aktif siswa, maka seluruh anggota kelompok bergiliran mempresentasikan dengan perwakilan anggota kelompok lain ikut memberikan tanggapan
4. Pembagian kelompok dilakukan dengan menuliskan nama-nama anggota di papan tulis
5. Memberikan batasan waktu yang tegas pada siswa setiap melakukan sesi layanan (tahap awal, pembentukan kelompok, penyelesaian puzzle, penyelesaian masalah, presentasi, dan tahap akhir).

Dari hasil analisis tersebut untuk dapat meningkatkan pengelolaan emosi pada siswa SMP salah satu cara untuk meningkatkan pengelolaan emosi siswa SMP adalah dengan memberikan layanan bimbingan klasikal menggunakan metode pembelajaran berbasis masalah. Menurut Goleman (dalam Nihayah, dkk. 2023) kecerdasan emosional memiliki 5 karakteristik diantaranya adalah mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, serta membangun hubungan. Adapun mengelola emosi adalah salah satu dari karakteristik kecerdasan emosi yang salah satu upaya untuk meningkatkannya dapat melalui layanan bimbingan klasikal di kelas.

Pada penelitian kali ini akan dilakukan layanan bimbingan klasikal dengan metode *problem based learning* melalui media puzzle games untuk meningkatkan pengelolaan emosi siswa SMP. Layanan bimbingan klasikal merupakan bagian dari komponen layanan dasar pada bimbingan yang dilakukan oleh guru pembimbing di kelas (Rismawati, 2015). Layanan bimbingan klasikal dirasa paling cocok untuk diterapkan karena dilaksanakan secara tatap muka dalam lingkup kelas oleh guru bimbingan dan konseling. Layanan

bimbingan klasikal dapat dilakukan dengan teknik yang beragam salah satunya adalah metode *problem based learning* (PBL).

*Problem based learning* (PBL) merupakan model pendekatan pembelajaran yang menggunakan permasalahan nyata pada kehidupan sehari-hari agar siswa mampu mendapatkan pengetahuan terhadap pembelajaran yang dilakukan (Bakhtiar, dkk. 2022). Melalui pendekatan permasalahan nyata siswa diharapkan dapat memahami secara langsung terkait dengan pengelolaan emosi. Metode *problem based learning* (PBL) dikemas melalui media permainan yang edukatif yaitu permainan puzzle. Puzzle merupakan media permainan dari suatu gambar yang dipisahkan menjadi segmen-segmen gambar dengan tujuan merangsang kemampuan berpikir, melatih kesabaran, serta mengembangkan kebiasaan berkolaborasi (Sulistia & Swistoro, 2018). Melalui media permainan puzzle siswa diharapkan dapat mengelola emosi yang dimiliki maupun ketika berhadapan dengan situasi yang melibatkan emosi dengan orang lain.

Berdasar pada hasil pra siklus, siklus I, dan siklus II maka pada penelitian ini setelah dilaksanakan layanan bimbingan klasikal oleh guru BK dengan metode *problem based learning* melalui permainan puzzle games telah terjadi peningkatan pada pengelolaan emosi siswa. Pada tahap pra siklus diperoleh data skor rendah siswa sebesar 49%, skor sedang 28%, dan skor rendah 23%. Kemudian di siklus I dan siklus II jumlah tingkat keterampilan mengelola emosi rendah menurun dari 37% ke 23%, tingkat sedang menurun dari 42% menjadi 20%, dan pada tingkat tinggi meningkat dari 21% menjadi 57%. Pada hasil tersebut maka diperoleh kesimpulan jika pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan metode *problem based learning* melalui media puzzle games dapat meningkatkan pengelolaan emosi siswa SMP.

## SIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh adalah hasil penelitian ini menunjukkan jika pada siklus II indikator keberhasilan penelitian telah terbukti berhasil. Maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa penggunaan *problem based learning* dengan media *puzzle games* efektif dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan pengelolaan emosi peserta didik di SMPN 21 Surabaya. Sebelumnya, mayoritas siswa memiliki keterampilan mengelola emosi pada tingkat sedang, tetapi setelah penerapan layanan, terjadi perubahan yang signifikan di mana jumlah siswa dengan tingkat kemampuan tinggi meningkat secara signifikan. Ini menunjukkan bahwa media puzzle game dapat meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam siklus II, indikator keberhasilan telah dinyatakan berhasil.

Dengan demikian, bimbingan dengan *problem based learning* menggunakan media puzzle game dapat dianggap sebagai strategi yang efektif untuk meningkatkan pengelolaan emosi peserta didik. Hasil penelitian ini dapat memberikan dampak signifikan pada pengembangan metode pemberian layanan yang memperhatikan aspek sosial dan emosional siswa, serta menekankan pentingnya

## DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, D. A., & Nurjanah, S. (2014). Permainan puzzle mempengaruhi perkembangan kecerdasan visual-spatial anak usia 4-5 tahun di Tk Al-Fath desa keboan anom Gedangan Sidoarjo. *Journal of Health Sciences*, 7(2).
- Bakhtiar, N. B., Aryani, F., Saman, A., & Bakhtiar, M. I. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis *Problem Based Learning* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 3(2), 69-82.
- Durrotunnisa. (2022). *Konseling Kelompok Teknik Reinforcement Positif untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Broken Home*. *Jurnal Basicedu*, Volume 6 Nomor 1 Tahun 2022 Halaman 315 – 323.
- Handayani, R., Minarti, I. B., Mulyaningrum, E. R., & Sularni, E. (2023). Perwujudan Profil Pelajar Pancasila melalui *Problem Based Learning* pada Pembelajaran IPA di SMPN 37 Semarang. *Journal on Education*, 6(1), 518-525.

- Heriyanti, I. P., & Bhakti, C. P. (2022). Strategi layanan bimbingan klasikal blended learning berbasis project based learning untuk meningkatkan self regulated learning siswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(2), 40-45.
- Hotimah, H. (2020). Penerapan metode pembelajaran problem based learning dalam meningkatkan kemampuan bercerita pada siswa sekolah dasar. *Jurnal edukasi*, 7(2), 5-11.
- Khasanah, S. K. (2021). Pengaruh Penerapan Alat Permainan Edukatif Dengan Media Puzzle Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini di Ra Hidayatul Athfal Jati Wetan Kecamatan Jati Kabupaten Kudus (Doctoral dissertation, IAIN Kudus).
- Kurnia, Y., & Harum, A. (2023). Penggunaan Media Puzzle Dalam Layanan Klasikal Untuk Meningkatkan Pola Pikir Yang matang. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(3), 130-137.
- Muthmainah, M. (2022). PERAN GURU DALAM MELATIH ANAK MENGELOLA EMOSI. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 63-76.
- Pertiwi, H., & Sutandi, A. (2020). Status Perkembangan dan Identitas Diri Remaja di SMP Negeri 49 Kramat Jati Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 3(1), 97-103.
- Prihatin, W. A. (2022). Penerapan Problem Based Learning Dengan Gallery Walk Dalam Peningkatan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa. *Jurnal Guru Dikmen dan Dikus*, 5(1), 31-44.
- Puspita, S. M. (2019). Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 5(1), 85-92.
- Qodriyah, Q., Sutja, A., & Wahyuni, H. (2023). Pengaruh Kemampuan Mengelola Emosi terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi. *Journal on Education*, 5(4), 10778-10784.
- Robiyanto, A. (2021). Pengaruh model problem based learning terhadap hasil belajar siswa. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(1), 114-121.
- Rismawati, R. (2015). Pelaksanaan Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Di SMP Negeri 3 Kandangan. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 1(2), 64-73.
- Siddiq, M. N., Supriatno, B., & Saefudin, S. (2020). Pengaruh penerapan problem based learning terhadap literasi lingkungan siswa SMP pada materi pencemaran lingkungan. *Assimilation: Indonesian Journal of Biology Education*, 3(1), 18-24.
- Sulistia, H., & Swistoro, E. (2018). Penggunaan Media Permainan Puzzle Untuk Meningkatkan Aktivitas Siswa Dalam Pembelajaran Tematik (PTK pada siswa kelas II B SD Negeri 71 Kota Bengkulu). *TRIADIK*, 17(1).
- Tarsidi, I. (2019). *Model, Bentuk dan Penyusunan Desain PTK*. Dalam Karya Tulis Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia.
- Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2017). Konseling pranikah: sebuah upaya mereduksi budaya pernikahan dini di kecamatan pulung kabupaten ponorogo. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(1), 28-32.
- Wahid, W. K. (2022). Penerapan Teknik Expressive Writing Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengendalikan Emosi Marah Siswa Di SMP Negeri 2 Bulukumba.
- Wiyase, I. G. (2022). Pengaruh Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Pelanggan Dengan Emosi Positif Sebagai Variabel Moderating. *Ekonomika 45: Jurnal Ilmiah Manajemen, Ekonomi Bisnis, Kewirausahaan*, 10(1), 01-15.