

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja cenderung diartikan oleh banyak orang sebagai usia bermasalah. Hal tersebut dikarenakan pada masa remaja banyak terjadi perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya seorang remaja sehingga sering menimbulkan suatu hal yang tidak seimbang antara perubahan yang dialaminya terhadap lingkungan tempat remaja berada. Masa remaja diartikan juga sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, pada masa ini banyak terjadi perubahan baik fisik maupun psikis sehingga berpengaruh terhadap perilaku seorang remaja.

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya, salah satunya adalah sebagai periode perubahan. Beberapa perubahan yang hampir bersifat universal, diantaranya adalah meningginya emosi, perubahan tubuh, minat, pola perilaku, peran dan menginginkan atau menuntut kebebasan (Hurlock, 1999:207).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja salah satunya adalah perubahan emosi. Perubahan ini menimbulkan ketegangan emosi yang tidak menentu dan meledak-ledak. Oleh karena itu masa remaja dianggap sebagai periode badai dan tekanan, yaitu ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar yang merupakan satu satu faktor yang menyebabkan emosi yang tidak stabil.

Seseorang individu dalam merespon sesuatu lebih banyak diarahkan oleh penalaran dan pertimbangan-pertimbangan objektif. Akan tetapi pada saat-saat tertentu di dalam kehidupannya, dorongan emosional banyak campur tangan dan mempengaruhi pemikiran-pemikiran dan tingkah lakunya (Sunarto & Hartono, 2008: 148-149)

Menurut Gesell dkk. dalam Hurlock (1999: 213), 'remaja empat belas tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung meledak-ledak, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya, remaja enam belas tahun mengatakan bahwa mereka tidak punya keprihatinan, mudah terangsang dan cenderung meledak-ledak, penghayatan terhadap stimulus yang berasal dari suatu lingkungan cenderung berlebihan dan reaksi yang ditunjukkannya pun cenderung berlebihan.

Dalam menghadapi perubahan emosi tersebut tidak jarang menimbulkan suatu masalah tersendiri bagi sebagian remaja yang tidak dapat melewati masa badai dan tekanan, remaja ingin menghadapi masalah tersebut secara mandiri dan terkadang cenderung menolak bantuan orang lain yang lebih matang secara emosional seperti orangtua dan guru.

Ketidakmampuan remaja melewati masalahnya menurut yang mereka yakini menyebabkan remaja mendapati penyelesaian yang dilakukannya tidak sesuai harapan akhirnya menemukan kegagalan. Karena pada saat itu remaja memandang kehidupan melalui kaca mata berwarna merah jambu, ia melihat dirinya berdasarkan apa yang dia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, sehingga timbulah pemikiran yang tidak realistis yang menyebabkan meningginya emosi.

Remaja yang tidak memiliki kestabilan emosi cenderung mengarah kepada gejala emosi yang bisa menampilkan perilaku menyimpang atau aneh-aneh. Perilaku menyimpang itu bisa terlihat dari penampilan diri, gaya berbicara dan cara berpakaian (memakai celana dan baju sobek-sobek, anggota badan tertentu ditato, rambut dipunk atau digobol dan dicat warna-warni), berkata kasar (tidak sopan/santun), senang mengkonsumsi minuman keras dan bahkan melakukan tindakan kriminal. Serta semakin tidak tercapai apa yang diinginkan maka ia akan semakin marah, akan mudah sakit hati dan kecewa.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti di lapangan sewaktu mengikuti Program Pengalaman Lapangan Terpadu (PPLT) 2014 di MAN Kisaran yang dimulai pada tanggal 25 Agustus - 17 Nopember 2014, Masalah kestabilan emosi yang ada di Madrasah/Sekolah tersebut antara lain adalah perkelahian yang disebabkan saling mengejek antar sesama siswa atau antara kakak kelas dengan adik kelas, tidak bisa menerima nasehat atau teguran dari guru setelah melakukan kesalahan tidak bisa diajak bekerja sama dalam kelompok belajar dan membuat kegaduhan dalam kelas, peneliti pernah juga mendapati dari salah satu siswa kelas XI yang tidak bisa menjaga kestabilan emosinya tepatnya pada 4 September 2014 dengan deskripsi masalah yang dialami siswa adalah masalah pribadi-sosial, klien yang tak pernah bisa mengontrol emosi marahnya secara baik sehingga ia sering menyulut kemarahan orang lain dan menimbulkan pertengkaran dan ketidaktentraman di kelas atau lingkungan tempat ia berada. Seperti masalah kelompok di kelasnya terhadap salah satu Mahasiswa/guru Program Pengalaman Lapangan Terpadu (PPLT) mata pelajaran Kimia, siswa tersebut terpancing emosinya terhadap guru tersebut dengan mengeluarkan kata kasar

lalu menendang pintu kemudian pergi meninggalkan kelas disaat pelajaran sedang berlangsung.

Menurut peneliti perilaku yang terjadi pada remaja seperti di atas dapat dihindari dan diminimalisir jika remaja tersebut mampu mengelola dan mengenali segala sesuatu yang datang ke dalam dirinya sehingga emosi yang dikeluarkan dapat diarahkan kearah yang lebih baik atau perilaku yang positif. Karena pada dasarnya masalah yang dialami remaja merupakan pengaruh yang muncul akibat perkembangan yang dialaminya sehingga mereka mudah sekali menerima gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Remaja bisa dengan mudahnya mengalami stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri yang membuat mereka bereaksi sesuai apa yang mereka anggap baik bagi diri mereka dan tidak terlalu memikirkan respon orang lain terhadap tindakan yang dilakukannya secara berlebihan dan terkadang tidak realistis.

Masa remaja sangat potensial dan dapat berkembang ke arah yang positif atau negatif, oleh sebab itu remaja membutuhkan suatu interaksi, pengetahuan, pemahaman dan pembelajaran tentang kestabilan emosi baik dalam bentuk pendidikan, bimbingan maupun pendampingan sangat diperlukan untuk mengarahkan perkembangan emosional remaja tersebut ke arah yang lebih baik terhadap dirinya dan bermanfaat untuk orang di sekitarnya. Emosi yang stabil itu sendiri adalah kemampuan individu untuk mengenali emosi diri sendiri dan mengenali emosi orang lain serta mengekspresikannya secara baik dalam hubungan sosial.

Dalam rangka upaya pengembangan kestabilan emosi remaja ini salah satu layanan yang dapat diberikan adalah konseling remaja. Konseling remaja dapat

dikatakan sebuah proses pemberian bantuan kepada seorang remaja dari seorang konselor dengan menggunakan pendekatan khusus. Konselor di sekolah secara eksklusif bekerja dan berinteraksi dengan remaja atau siswa. Namun, terkadang sulit menghadapi siswa yang berada pada masa remaja dengan berbagai perkembangannya, semuanya itu dapat menjadi terasa menyenangkan, menantang, dan efektif, jika beberapa prinsip dasar dapat dipahami dengan benar dan dihormati. Prinsip dan praktik yang diperlukan dalam melakukan konseling remaja tidaklah rumit atau sulit. Guna membantu remaja secara efektif, perlu mengetahui karakteristik tahap kehidupan yang sedang dialami dan proses-proses perkembangan yang terlibat dalam fase remaja. Menerapkan suatu pendekatan konseling secara khusus didesain untuk mensejajarkan proses perkembangan mereka dan mempertimbangkan proses komunikasi normal yang digunakan remaja. Dengan melakukan ini, akan terjadi suatu sinkronisme antara konseling dan pengalaman para remaja sendiri. Hal ini akan memungkinkan konselor bekerja sama secara tepat dengan remaja untuk mencapai hubungan kerja yang saling menguntungkan (Kathryn Geldard dan David Geldard, 2011: 4)

Sebagai konselor yang ingin menjadi efektif dalam membantu remaja berubah, perlu sekali mengetahui cara remaja dalam menentang dan menimbang kembali konstruk mereka satu sama lain. Dengan ini konselor berada dalam lingkungan yang paling baik untuk membantu memfasilitasi perubahan. Strategi Simbolis khususnya dapat bermanfaat dalam kasus dimana persoalan yang menyulitkan remaja sangat membuat mereka stress dan tertutup, sehingga tidak dapat membicarakan persoalan secara langsung. Dengan menggunakan simbol remaja akan

mampu membagi masalah yang menyulitkan mereka mengungkapkan apa persoalan yang mereka hadapi dan dapat menjadi suatu eksplorasi luapan perasaan baik verbal maupun non verbal. Kemudian teknik ritual juga sangat membantu dalam menjaga kestabilan dan menimalisirkan ketidakstabilan emosi pada remaja yang sedang berada dalam masa peralihan, karena peralihan ini melibatkan sebuah pergerakan dari menjadi sesuatu menjadi sesuatu yang berbeda dan hal ini disimbolkan dalam ritual. Penggunaan ritual dalam konseling dapat diciptakan untuk mencapai katarsis dan membuat remaja mampu melangkah di sepanjang perjalanan perkembangan mereka (Kathryn Geldard dan David Geldard, 2011: 267-276).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menganggap perlu melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Remaja Melalui Strategi Simbolis Teknik Ritual Terhadap Kestabilan Emosi Remaja Di MAN Kisaran T.A 2014/2015.**

1.2 Identifikasi Masalah

Permasalahan merupakan hal yang paling utama dan diiringi dengan cara bagaimana pemecahannya. Namun sebelum hal itu dilakukan terlebih dahulu dilakukan identifikasi masalah. Agar tidak terjadi kesalahpahaman pengertian tentang masalah yang akan diteliti maka perlu diidentifikasi masalah terkait judul:

1. Remaja mudah mengalami gangguan, berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku.
2. Meluapkan emosi terhadap benda atau merusak segala sesuatu yang ada di dekatnya agar hatinya menjadi puas.

3. Ketidakmampuan remaja memahami dan mengelola emosinya.
4. Dalam hal menemukan dan menunjukkan jati dirinya, remaja (siswa) ingin mandiri dan adakalanya menolak bantuan dari orang lain yang dianggap lebih matang secara emosional.

1.3 Batasan Masalah

Adapun pembatasan masalah dalam penelitian agar lebih terarah adalah “Penggunaan Konseling Remaja Melalui Strategi Simbolis Teknik Ritual Terhadap Kestabilan Emosi Remaja”. Siswa yang dijadikan subjek penelitian dibatasi hanya pada siswa kelas XI IPS 3 MAN Kisaran.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti agar penelitian yang dilakukan mengarah pada tujuan yang ingin dicapai yaitu, “Adakah Pengaruh Konseling Remaja Melalui Strategi Simbolis Teknik Ritual Terhadap Kestabilan Emosi Remaja Di MAN Kisaran T.A 2014/2015”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan Rumusan penelitian di atas maka yang menjadi tujuan penelitian penulis adalah “Untuk Mengetahui Pengaruh Konseling Remaja Melalui Strategi Simbolis Teknik Ritual Terhadap Kestabilan Emosi Remaja”.

1.6 Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian yang penulis ajukan maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat menambah wawasan dan keilmuan yang berkaitan dengan pemberian konseling remaja strategi simbolis dengan teknik ritual terhadap kestabilan emosi remaja/siswa.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

Bagi siswa dapat bermanfaat sekali untuk menambah wawasan dan cara bagaimana mengelola dan mengenali emosinya dengan baik sehingga memberikan manfaat untuk dirinya dan orang lain. Sehingga kestabilan emosinya tetap terjaga.

2. Bagi Peneliti

Bagi peneliti akan bermanfaat untuk menambah wawasan dan ilmu dalam pengetahuan bimbingan dan konseling khususnya mengenai konseling remaja sehingga diharapkan dari hasil penelitian ini peneliti dapat mengaplikasikannya di lapangan tempat peneliti bekerja kelak.

3. Bagi Guru Bk / Konselor

- a. Memberikan pemahaman terhadap konselor dalam membimbing dan memecahkan masalah siswa, terutama masalah emosi siswa sehingga siswa mampu mengelola emosinya sesuai dengan keadaan diri dan lingkungannya.

- b. Memberikan kontribusi bagi konselor dalam menumbuhkan rasa optimisme siswa untuk pemecahan masalah yang dihadapinya sehingga diharapkan siswa mampu menjadi mandiri dalam memecahkan masalahnya sendiri.

4. Bagi Sekolah

Bagi sekolah penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dalam pembuatan dan perencanaan program bimbingan dan konseling yang efektif terutama dibidang pengembangan emosi siswa dengan konseling remaja strategi simbolis dengan teknik ritual. Dengan harapan siswa mampu mengelola dan mengendalikan emosinya dengan tepat sesuai keadaan diri dan lingkungannya.

