

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Dalam pendidikan formal, belajar menunjukkan adanya perubahan yang sifatnya positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin dalam prestasi belajarnya. Banyak orang yang berpendapat bahwa untuk meraih prestasi yang tinggi dalam belajar, seseorang harus memiliki *Intelligence Quotient (IQ)* yang tinggi pula. Namun kenyataannya di sekolah sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya.

Dulu semua orang beranggapan bahwa anak yang cerdas adalah mereka yang memiliki IQ tinggi. Namun kenyataannya, angka IQ yang tinggi bukanlah jaminan bagi kesuksesan mereka di masa depan kelak. Sering ditemukan dalam proses belajar mengajar di sekolah, siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya. Ada siswa yang mempunyai kemampuan inteligensi tinggi, tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah. Tetapi, ada siswa yang walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, ia bisa meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya, taraf inteligensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang. Ada faktor lain yang tidak kalah pentingnya, yaitu kecerdasan emosional (EQ).

Kecerdasan emosional sebagai sikap intelektual mencakup kecepatan memberikan jawaban, penyelesaian, dan kemampuan menyelesaikan masalah.

David Wescler juga memberi pengertian kecerdasan sebagai suatu kapasitas umum dari individu untuk bertindak, berpikir rasional dan berinteraksi dengan lingkungan secara efektif (Sagala S, 2010: 82). Peserta didik yang memiliki tingkat kecerdasan emosional (EQ) yang lebih baik, cenderung dapat menjadi lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, jarang tertular penyakit, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain, lebih cakap dalam memahami orang lain, dan untuk kerja akademis di sekolah lebih baik. Sehingga dia akan mampu menyelesaikan seluruh beban akademisnya tanpa stress yang berlebihan. Lebih lanjut, Kecerdasan emosional juga menjadikan anak memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sendiri serta tetap bersemangat untuk menghadapi berbagai kesulitan yang mungkin dihadapinya.

Menurut Goleman, kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor-faktor kekuatan lain di antaranya adalah kecerdasan emosional (EQ). Dalam proses belajar siswa, kedua inteligensi itu sangat diperlukan. IQ tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa partisipasi penghayatan emosional terhadap mata pelajaran yang disampaikan di sekolah. Keseimbangan antara IQ dan EQ merupakan kunci keberhasilan belajar siswa di sekolah. Goleman (2002:513) membagi kecerdasan emosional kedalam 5 (lima) komponen yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial. Jadi pada umumnya dalam setiap pelaksanaan segala kegiatan seseorang harus dapat mengaktualisasikan kecerdasan antara kecerdasan Intelegensi (IQ) dengan Emosionalnya (EQ).

Dalam interaksi sosial, emosi memegang peran sangat penting. Bayangkan bagaimana seandainya relasi antarpribadi berlangsung tanpa disertai emosi: kita berkomunikasi dengan ekspresi datar, tanpa lonjakan perasaan. Meskipun demikian, ekspresi emosi meledak-ledak tak dapat diterima oleh masyarakat. Itulah sebabnya diperlukan pengendalian emosi, bukan hanya untuk mengurangi ekspresi emosi yang tidak diharapkan, melainkan juga mengendalikan beberapa bentuk emosi yang sering kali menyulitkan kita sendiri, seperti kemarahan, kecemasan, rasa bersalah, dan juga cinta romantis.

Sarwono (2012:124) mengatakan:

Emosi sebagai reaksi penilaian (positif atau negatif) yang kompleks dari sistem syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar atau dari dalam dirinya. Definisi itu menggambarkan bahwa emosi diawali dengan adanya suatu rangsangan (dari dalam maupun dari luar diri) pada indra-indra kita, selanjutnya kita tafsirkan rangsangan itu berdasarkan persepsi kita baik positif maupun negatif, kemudian kita berikan respon-respon fisiologik maupun motorik dan pada saat itulah terjadi emosi.

Khusus pada orang-orang yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosionalnya, maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah. Karena sifat-sifat di atas, bila seseorang memiliki IQ tinggi namun taraf kecerdasan emosionalnya rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya kepada orang lain, tidak peka dengan kondisi lingkungan dan cenderung putus asa bila mengalami stress. Kondisi sebaliknya, dialami oleh

orang-orang yang memiliki taraf IQ rata-rata namun memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Pada masa remaja, individu sering dikaitkan terhadap keharusan untuk dapat memahami proses pembelajaran perkembangannya dengan lebih mandiri. Perkembangan sistem pendidikan saat ini yang lebih mengarah kepada IT seseorang haruslah mampu menganalisis mamfaat dari setiap yang ia pelajari, baik itu mamfaat positif maupun negatifnya. Dengan hal tersebut individu dituntut untuk mampu memaksimalkan kemampuan emosionalnya dalam menganalisis.

Perkembangan emosi pada remaja ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak. Pada masa ini *mood* (suasana hati) bisa berubah dengan sangat cepat. Hasil penelitian di Chicago oleh Mihalyi dan Reed Larson (1984) menemukan bahwa remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah dari *mood* “senang luar biasa” ke “sedih luar biasa”, sementara orang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama.

Perubahan emosi ini erat kaitannya dengan kemasakan hormon yang terjadi pada remaja. Stres emosional yang timbul berasal dari perubahan fisik yang cepat dan luas yang terjadi sewaktu pubertas. Menurut Havighurst remaja bertugas mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya. Hal ini bisa membuat remaja melawan keinginan atau bertentangan pendapat dengan orangtuanya. Dengan ciri khas remaja yang penuh gejolak dan emosional, pertentangan pendapat ini seringkali membuat remaja menjadi pemberontak di rumah. Apabila masalah ini tidak terselesaikan, terutama orangtua bersikap otoriter, remaja cenderung mencari jalan keluar di luar rumah, yaitu dengan cara bergabung dengan teman-teman sebaya yang senasib. Seringkali

karena yang dihadapi adalah remaja yang seusia yang punya masalah yang kurang lebih sama dan sama-sama belum berhasil mengerjakan tugas perkembangan yang sama, bisa jadi solusi yang ditawarkan kurang bijaksana. Kehadiran problem emosional tersebut bervariasi pada setiap remaja.

Remaja pada umumnya mengalami bahwa pencarian jati diri atau keutuhan diri itu suatu masalah utama karena adanya perubahan sosial, fisiologi dan psikologis di dalam diri mereka maupun di tengah masyarakat tempat mereka hidup. Perubahan-perubahan ini dipergencar dalam masyarakat kita yang semakin kompleks dan berteknologi modern. Arus perubahan kehidupan yang berjalan amat cepat cenderung membuat individu merasa hanya seperti sebuah sekrup dalam mesin raksasa daripada seorang makhluk utuh yang memiliki di dalam dirinya suatu keyakinan akan identitas diri sebagai seorang pribadi. Adapun masalah yang dihadapi remaja masa kini antara lain :

a. Kebutuhan akan figur teladan

Remaja jauh lebih mudah terkesan akan nilai2 luhur yang berlangsung dari keteladanan orang tua mereka daripada hanya sekedar nasihat2 bagus yang tinggal hanya kata2 indah.

b. Sikap apatis

Sikap apatis merupakan kecenderungan untuk menolak sesuatu dan pada saat yang bersamaan tidak mau melibatkan diri di dalamnya. Sikap apatis ini terwujud di dalam ketidakacuhannya akan apa yang terjadi di masyarakatnya.

c. Kecemasan dan kurangnya harga diri

Kata stress atau frustrasi semakin umum dipakai kalangan remaja. Banyak kaum muda yang mencoba mengatasi rasa cemasnya dalam bentuk “pelarian” (memburu kenikmatan lewat minuman keras, obat penenang, seks dan lainnya).

d. Ketidakmampuan untuk terlibat

Kecenderungan untuk mengintelektualkan segala sesuatu dan pola pikir ekonomis, membuat para remaja sulit melibatkan diri secara emosional maupun efektif dalam hubungan pribadi dan dalam kehidupan di masyarakat. Persahabatan dinilai dengan untung rugi atau malahan dengan uang.

e. Perasaan tidak berdaya

Perasaan tidak berdaya ini muncul pertama-tama karena teknologi semakin menguasai gaya hidup dan pola berpikir masyarakat modern. Teknologi mau tidak mau menciptakan masyarakat teknokratis yang memaksa kita untuk pertama-tama berpikir tentang keselamatan diri kita di tengah masyarakat. Lebih jauh remaja mencari “jalan pintas”, misalnya menggunakan segala cara untuk tidak belajar tetapi mendapat nilai baik atau ijasah.

f. Pemujaan akan pengalaman

Sebagian besar tindakan negatif anak muda dengan minumam keras, obat-obatan dan seks pada mulanya berawal dari hanya mencoba-coba. Lingkungan pergaulan anak muda dewasa ini memberikan pandangan yang keliru tentang pengalaman.

Dari beberapa permasalahan di atas maka perlu diberikan suatu bimbingan kelompok. Dengan mengutamakan pembentukan dinamika kelompok yang positif antar sesama anggota kelompok. Layanan bimbingan yang dimaksud disini adalah

bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik dalam bimbingan konseling untuk memberikan bantuan kepada peserta didik/siswa yang dilakukan oleh seorang pembimbing/konselor melalui kegiatan kelompok yang dapat berguna untuk mencegah berkembangnya masalah-masalah yang dihadapi anak. Sejalan dengan tujuan yang ingin dicapai yakni membentuk dinamika kelompok yang positif maka layanan bimbingan kelompok ini menggunakan salah satu teknik konseling yaitu teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama adalah teknik bermain peran dalam rangka untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal (rasa cemburu, dilema,dll) yang dilakukan dalam kelompok.

Berhubungan dengan hal itu, sesuai pengalaman dari penulis pada saat melaksanakan wawancara awal pada guru-guru di SMK Negeri 4 Medan banyak ditemukan siswa-siswi yang tidak stabil perkembangan emosionalnya, baik itu dalam hal pelaksanaan proses pembelajaran dan interaksi dengan teman sebaya serta lingkungan. Oleh karena itu peneliti penting untuk melakukan suatu penelitian tindakan bimbingan dan konseling dengan judul “ **Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama di Kelas X SMK Negeri 4 Medan Tahun 2016/2017.**

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Siswa mengalami perkembangan emosi yang tidak stabil.
2. Remaja cenderung mencari jalan keluar di luar rumah

3. Remaja sulit melibatkan diri secara emosional maupun efektif dalam hubungan pribadi.
4. Remaja mengatasi stress atau frustasi dalam bentuk pelarian.
5. cenderung mengintelektualkan segala sesuatu dan pola pikir ekonomis.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti, yaitu “Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama di Kelas X SMK Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2016/2017”. Masalah yang dijadikan penelitian difokuskan pada kecerdasan emosional siswa di kelas X SMK Negeri 4 Medan.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan pada latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Apakah penerapan layanan bimbingan kelompok teknik sociodrama dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa di kelas X SMK Negeri 4 Medan ?”

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik sociodrama di kelas X SMK Negeri 4 Medan.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan Manfaat konseptual dan Manfaat peneliti.

- a. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan Manfaat bagi beberapa pihak, diantaranya :

1. Bagi Siswa

Siswa memiliki pemahaman dalam peningkatan Kecerdasan emosionalnya.

2. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan untuk memprogram Layanan bimbingan kelompok dalam pemberian layanan BK di sekolah.

3. Bagi Guru BK

Sebagai bahan masukan bagi guru guru untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui pemberian layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan dapat memberikan informasi teoritis maupun empiris, khususnya bagi pihak-pihak yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai cara meningkatkan kecerdasan emosional di sekolah.

b. Manfaat konseptual

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi pengembangan ilmu pendidikan khususnya Bimbingan dan Konseling yang berhubungan dengan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Selain itu dapat digunakan sebagai bahan referensi dan dapat memberikan informasi teoritis maupun empiris, khususnya bagi pihak-pihak yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai permasalahan ini.