

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Salah satu hal umum yang terjadi dalam bidang pendidikan adalah kecemasan (Setyaningrum 2024). Saat siswa sedang berada di bangku pendidikan pasti pernah merasa cemas. Namun perlu diketahui jika kecemasan itu terus menerus berlangsung maka kecemasan dapat menghambat pembelajaran dan masa depan karir (Mariah, Yusmami, dan Pohan 2020). Menurut (Ghufro dan Suminta 2016) dalam artikelnya, setiap individu harus mempersiapkan diri untuk bersaing di dunia karir dalam memanfaatkan peluang karir dimasa depan yang sesuai dengan minat dan bakat individu. Dalam pencapaian karir, setiap individu berusaha untuk menjadi yang terbaik dalam bidangnya. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam terkait faktor-faktor keahlian, keterampilan, ketekunan, kesiapan mental dan rasa kompetitif yang baik, dapat membuat keputusan dan pencapaian kepuasan karir yang lebih baik. Karena itu, para siswa disekolah perlu mempersiapkan diri secara optimal untuk menghadapi berbagai kemungkinan yang terjadi di masa depan terkait karir mereka masing masing.

Kecemasan merupakan perasaan yang realistis akan kejadian yang membahayakan dari lingkungan luar (Schultz, 2012) Dalam buku "From Conflict To Resolution" yang ditulis oleh Susan Heitler dituliskan bahwa kecemasan karir adalah kecemasan yang paling umum. Data dari survei kesehatan mental yang diperoleh oleh Pew Research Center pada tahun 2018 terdapat 70% perasaan cemas dan gelisah akan karir dialami oleh remaja. Kecemasan karir yang

oleh siswa akan membuat mereka bingung dan ragu untuk karir yang tepat untuk masa depan mereka. Kecemasan tersebut dapat membuat siswa takut untuk melangkah sehingga dapat menyebabkan salah dalam mengambil keputusan. Menurut Maharani, Karmiyati, and Widyasari (2021) kecemasan adalah emosi yang dialami oleh individu terhadap sesuatu yang diperlukan sebagai pertahanan hidup dalam menghadapi stres. Kecemasan tersebut berkaitan dengan perencanaan karir yang efektif dapat membantu individu dalam mencapai pilihan karir mereka. Kecemasan terhadap karir setelah sekolah menengah atas muncul dalam banyak hal, seperti kegagalan siswa dalam ketidakmampuan mencapai tujuan yang diinginkan dan tidak dapat memilih pekerjaan yang diinginkan (Tsai, 2017).

Banyak siswa yang merasa cemas terlebih cemas akan karir mereka di masa depan, jika remaja tidak mendapatkan peran orangtua (*broken home*), maka remaja tersebut cenderung akan merasa ragu untuk menentukan apa yang akan dilakukan karena tidak mendapatkan dukungan positif dari kedua (Anggraini & Sari, 2023). dimana menurut Walgito keluarga *broken home* adalah keluarga yang tidak lengkap strukturnya, dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya orangtua bercerai, kematian salah satu atau kedua-duanya, serta ketidakhadiran peran orangtua dalam kurun waktu yang lama. Keadaan keluarga *broken home* dapat menyebabkan terganggunya perkembangan remaja yang dapat menimbulkan kenakalan remaja dan gangguan psikologis seperti stres dan kecemasan berlebihan (Barseli, Ifdil, & Nikmarijal, 2017; Sandra, & Ifdil 2015). Perasaan cemas yang dialami siswa *broken home* dapat muncul karena berbagai alasan, termasuk ketidakpastian akan masa depan, konflik antara orang tua, perasaan tidak aman dan lain sebagainya.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengikuti kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan II (PLP ke- II) pada bulan Oktober sampai dengan November 2023, informasi yang diperoleh peneliti dari hasil data sekolah dan wawancara dengan 3 guru BK yang ada di SMA Negeri 1 Batang Kuis. Diperoleh informasi dari 3 guru BK bahwa banyak siswa yang mengalami *broken home* di SMA Negeri 1 Batang Kuis. Disertai dengan fenomena paling menonjol yang membuktikan hal tersebut bahwa banyaknya siswa bermasalah yang masuk keruang BK dan mendapat Surat Panggilan Orangtua (SPO) tidak sampai kepada orangtua karena menurut data sekolah 60% dari siswa tersebut tidak tinggal bersama orangtua nya lagi. Saat Melakukan PLP II peneliti diberi kesempatan untuk observasi dan wawancara langsung dengan beberapa siswa *broken home* yang ada disekolah tersebut. Selama melakukan obserservasi pada pengenalan lapangan persekolahan II (PLP II) peneliti memberikan angket kebutuhan peserta didik terkait kecemasan akan masa depan yang dialami oleh siswa tersebut. Dari aspek potensi diri, siswa yang belum memahami potensi dirinya memiliki prioritas yang tinggi dan prioritas yang tinggi pula pada aspek cemas akan masa depan mereka. Masalah mengenai kecemasan karir banyak terdapat di kalangan remaja, termasuk kalangan siswa yang mengalami *broken home*. Dari data yang diperoleh melalui observasi disekolah tersebut dan dari hasil pengamatan serta wawancara saya dengan guru BK dan siswa yang mengalami *broken home* selama mengikuti PLP II di sekolah tersebut, kecemasan karir ini tampak muncul dari siswa siswa yang mengalami hilang nya peran orang tua (*broken home*).

Hal ini yang mendukung peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut. Maka untuk mengurangi masalah kecemasan karir yang dialami oleh

siswa *broken home* di SMA Negeri 1 Batang Kuis, Peneliti akan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *problem solving*. Dalam percobaan dengan praktik langsung diproyeksikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* akan bermanfaat bagi siswa karena didalam kelompok terdapat komunikasi yang baik dalam menemukan pemecahan masalah yang sedang dihadapi. Permasalahan yang dialami siswa tersebut harus segera diatasi guna untuk mencegah terganggunya proses belajar siswa dan menciptakan dampak negatif pada masa depan siswa. Jika tidak diatasi, kecemasan ini dapat menjadi penyebab stres berlebihan serta hancurnya karir peserta didik. Setiap siswa, terlebih siswa yang mengalami *broken home* sudah tentu ingin mencapai karir yang baik, dengan meminimalisir kecemasan akan karir pasti akan memudahkan siswa dalam menentukan karirnya.

Bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* merupakan pendekatan yang bertujuan untuk membantu individu dalam konteks kelompok dengan fokus pada penyediaan informasi dan pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terstruktur. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk membantu individu dalam memahami diri mereka sendiri, menghindari masalah, memperbaiki diri, dan berkembang secara optimal. (Sandra Mathison, 2013). Teknik *problem solving* adalah metode yang tepat untuk mengajarkan keterampilan kognitif juga membantu individu belajar secara mandiri tentang cara mereka berpikir, membuat rencana yang efektif untuk mencapai hasil yang diharapkan, serta memikirkan cara untuk meningkatkan keterampilan belajar mereka.

Sehingga mereka dapat menemukan solusi untuk masalah melalui pemberian informasi, contoh kasus, serta diskusi kelompok (Siti Rochayah). Dengan

menggunakan teknik ini, maka diharapkan dapat meminimalisir kecemasan karir yang dialami siswa.

Dari uraian uraian diatas, dan permasalahan kecemasan karir yang dialami siswa *broken home*, maka peneliti ingin melakukan penelitian bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* yang berjudul "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Miminimalisir Kecemasan Karir Siswa *Broken Home* di SMA Negeri 1 Batang Kuis".

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang ada dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Banyaknya siswa bermasalah yang tidak tinggal bersama orang tua dan kehilangan peran orang tua (*Broken Home*), sehingga perkembangan remaja tersebut terganggu dan menyebabkan gangguan psikologis seperti stress dan cemas akan karir.
2. Masih banyak siswa yang mengalami kekhawatiran tentang pilihan karirnya, sehingga siswa tersebut tidak termotivasi dalam pilihan karirnya.

## 1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah, dan dapat mempermudah peneliti dalam mencapai tujuan dan memperoleh manfaat dari penelitian ini, maka dari itu berdasarkan latar belakang dan kajian masalah diatas, peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti yaitu: "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Meninimalisir Kecemasan Karir Siswa *Broken Home* di SMA Negeri 1 Batang Kuis."

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan, maka dapat di rumuskan: "Apakah ada Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Meminimalisir Kecemasan Karir Siswa *Broken Home* di SMA Negeri 1 Batang Kuis?"

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah diatas dapat ditarik tujuan penelitian ini sebagai berikut, yaitu untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Meminimalisir Kecemasan Karir Siswa *Broken Home* di SMA Negeri 1 Batang Kuis.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan harapan bahwa akan ada manfaat dari dua aspek berikut:

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Diharapkan hasil penelitian ini akan meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang psikologi pendidikan dan bimbingan, khususnya tentang praktik bimbingan kelompok untuk pencegahan kegagalan karir yang disebabkan oleh kecemasan karir yang dialami oleh siswa *broken home*. Selain itu, penelitian ini dapat memperkaya kajian mengenai pengaruh *problem solving* dalam kecemasan karir.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Peserta didik

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai wawasan baru dan pemberian informasi kepada peserta didik serta memberikan gambaran yang jelas mengenai kecemasan karir, serta bagaimana mencegah terjadinya kegagalan karir yang disebabkan oleh kecemasan karir pada peserta didik.

#### b. Bagi Guru Pembimbing

Memberi wawasan bagi guru pembimbing untuk dapat mengarahkan peserta didik terhadap kecemasan karir yang dialami.

#### c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk memberikan layanan bimbingan konseling di sekolah terutama dalam mengatasi kecemasan karir yang dialami siswa.

#### d. Orangtua

Memberikan pemahaman kepada orangtua untuk lebih memberikan perhatian kepada anak dalam upaya mencegah kegagalan karir yang dialami karena kecemasan karir pada anak.

#### e. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dan menjadi bahan informasi dalam penelitian selanjutnya.