

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Manusia dalam perkembangannya memiliki suatu tugas berupa tugas perkembangan yang mesti dilalui sesuai dengan tahap perkembangannya. Pemenuhan terhadap tugas perkembangan dapat dibantu melalui proses pendidikan. Menurut Averoz (2008) diharapkan setiap siswa memperoleh pendidikan secara wajar menuju proses pendewasaan. Proses pendewasaan hakikatnya adalah tugas keluarga dengan lingkungan yang kondusif. Kendatipun demikian sekolah merupakan salah satu lembaga yang membantu proses pendewasaan serta membentuk manusia muda menuju kematangan.

Perkembangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dipandang sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas dalam rangkaian proses perkembangannya. Ketidakjelasan ini karena berada pada periode transisi, yaitu dari periode kanak-kanak menuju periode orang dewasa. Pada masa tersebut mereka melalui masa yang disebut masa remaja atau pubertas.

Menurut Erickson (Santrock, 2011) masa remaja adalah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian identitas diri, ini juga sering menimbulkan masalah pada diri remaja, masalah-masalah terjadi karena individu dihadapkan oleh peran baru dan status dewasa. Remaja diharuskan mengeksplorasi peran-peran yang berbeda. Jika remaja mampu mengeksplorasi peran-peran tersebut secara sehat maka identitas yang terbentuk bersifat positif. Sebaliknya jika kurang mengeksplorasi peran dengan baik maka terjadi kekacauan identitas.

Usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian. Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial-emosi. Beberapa permasalahan remaja yang muncul banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja. Dalam menjalin hubungan dengan orang lain maka setidaknya memiliki sikap empati terhadap teman, bertanggung jawab dan mampu mengendalikan emosi dengan baik.

Menurut Goleman (2000) *Intellectual Quotient* (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (mood), berempati serta kemampuan bekerja sama.

Dalam ruang lingkup pendidikan formal, kadang-kadang kecerdasan emosional kurang dikembangkan dan kurang diarahkan oleh guru, siswa

diharuskan untuk bisa mengasah dan mempelajari sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik dalam mengatasi perasaan emosinya. Lingkungan yang diharapkan akan membentuk individu untuk mengasah kecerdasan emosi mereka. Untuk mencapai puncak prestasi, kecerdasan emosional berperan penting dalam kesuksesan individu.

Penelitian terdahulu dilakukan oleh Nor Wakhidah Lutfiani pada tahun 2017 tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kecerdasan emosional siswa kelas XI MAN 2 Kudus. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa, rata-rata kecerdasan emosional siswa sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok yang diberikan kepada 12 orang siswa berada pada kriteria sedang (59%). Setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok rata-rata kecerdasan emosional siswa masuk dalam kriteria tinggi (76%).

Fenomena di sekolah banyak siswa yang tidak dapat mengontrol emosinya atau bersikap agresif, seperti kasar terhadap orang lain, sering bertengkar, bergaul dengan anak-anak bermasalah, membandel di rumah dan di sekolah, keras kepala dan suasana hatinya sering berubah-ubah, terlalu banyak bicara, sering mengolok-olok dan bertemperamen tinggi. Selain itu para siswa yang memasuki fase remaja di sekolah banyak yang merasa cemas dan depresi, hal tersebut ditunjukkan dengan perilaku seringkali merasa takut, sering merasa gugup dan sedih, serta selalu merasa tidak dicintai oleh lingkungan sekitar. Dalam pergaulan sosial banyak siswa yang menarik diri dari pergaulan,

seperti lebih suka menyendiri, bersikap sembunyi-sembunyi, bermuka muram dan kurang bersemangat, merasa tidak bahagia dan terlalu bergantung kepada sesuatu. Permasalahan lain dalam hal perhatian dan berfikir yaitu banyak diantara siswa yang tidak mampu memusatkan perhatian dengan baik atau duduk tenang, seringkali melamun, bertindak tanpa berfikir, bersikap terlalu tegang sehingga tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar, sering mendapatkan nilai buruk di sekolah serta tidak mampu membuat fikiran menjadi tenang.

Menurut Goleman (2015) emosi berpotensi untuk merusak dan membangun kekuatan untuk melukai orang lain, melukai diri sendiri, dan merusak hubungan dengan orang lain yang sudah terjalin dengan baik. Emosi juga memiliki daya positif apabila dipakai dengan cara yang cerdas, untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan untuk mengetahui dirinya sendiri. Sebagai makhluk sosial manusia tidak bisa hidup sendiri sehingga memerlukan bantuan orang lain, maka dari itu mengasah kecerdasan emosional sangat penting dalam hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada tanggal 13 Februari 2019 di SMA Negeri 9 Medan, dari wawancara tersebut diketahui ada beberapa siswa mengalami kecerdasan emosional yang rendah, yaitu ada siswa yang tidak bisa mengontrol amarahnya. Beberapa contoh perilaku kurang kecerdasan emosional yaitu ada seorang teman menolak untuk meminjamkan alat tulis, lalu siswa peminjam membentak dengan nada yang keras. Contoh lain tidak mempedulikan temannya yang sedang bercerita, berbicara tidak pantas menggunakan kata kasar “bodoh”, menyindir, menceritakan keburukan antara grup yang satu dan grup yang

lain. Dalam hal ini siswa yang tidak bisa mengontrol emosinya akan berdampak pada proses pergaulannya dan belajarnya.

Bimbingan kelompok dapat membantu siswa menyelesaikan permasalahan-permasalahan diatas, yaitu masalah-masalah yang menunjukkan kecerdasan emosi yang kurang. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu membahas secara bersama-sama pokok bahasan tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dalam kehidupan sehari-hari untuk perkembangan diri. (Hartinah, 2009).

Dengan Pendekatan rasional emotif terapi yang dipelopori oleh Albert Ellis, melahirkan teknik RET berdasarkan hasil pengamatannya mengenai banyaknya anak atau remaja yang tidak mencapai kemajuan karena mereka tidak memiliki pemahaman yang tepat terhadap peristiwa-peristiwa yang mereka alami (Corey: 2005). Menurut Ellis (Corey: 2005) perhatian terapis harus difokuskan pada keyakinan-keyakinan klien bukan pada penyebab dari masa lalu atau tentu saja pada perilaku yang terlihat. Fokus penelitian ini adalah mengubah keyakinan yang irrasional mereka mengenai peristiwa atau pengalaman di masa lalu menjadi rasional, sehingga diharapkan dapat mempengaruhi keadaan emosi dan terjadinya perubahan yang efektif.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis terdorong untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* terhadap Kecerdasan Emosi Siswa Kelas X SMA Negeri 9 Medan T.A 2019/2020”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalah yang dapat di identifikasikan dalam penelitian ini adalah :

1. Terdapat siswa yang sulit mengendalikan dorongan amarahnya.
2. Kemampuan mengendalikan dorongan emosi, merupakan bagian dari kecerdasan emosi yang penting ditingkatkan pada siswa SMA.
3. Kecerdasan emosi dapat ditingkatkan antara lain melalui bimbingan kelompok.
4. Bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosi dapat menggunakan pendekatan rasional emotif terapi.
5. Setiap orang pada dasarnya memerlukan peningkatan kecerdasan emosi.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perlu adanya pembatasan masalah agar tidak terlalu meluas dan terfokuskan pada pembatasan sehingga peneliti membatasi masalah “Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive therapy* terhadap kecerdasan emosi siswa kelas X SMA Negeri 9 Medan T.A 2019/2020”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive therapy* terhadap kecerdasan emosi siswa kelas X SMA Negeri 9 Medan T.A 2019/2020?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive therapy* terhadap kecerdasan emosi siswa kelas X SMA Negeri 9 Medan T.A 2019/2020.

1.6 Manfaat Penelitian

Pentingnya suatu penelitian didasarkan atas manfaat yang dapat diperoleh. Adapun manfaat pada penelitian ini sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pendidikan di bidang pendidikan khususnya yang berkaitan dengan bimbingan konseling yaitu dengan teknik bimbingan kelompok.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dengan hasanah keilmuan dibidang bimbingan dan konseling khususnya berkaitan dengan bimbingan kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* terhadap kecerdasan emosional siswa yang rendah.

Hasil penelitian dapat memperkaya kumpulan hasil penelitian tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kecerdasan emosi siswa.

- c. Hasil penelitian ini memperkaya hasil penelitian yang menggunakan pendekatan *rational emotive therapy* yang efektif untuk permasalahan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi kepala sekolah, dapat mendukung pelayanan yang dilakukan di sekolah khususnya pelayanan bimbingan konseling tentang peningkatan kecerdasan emosi siswa.
- b. Bagi guru BK, dapat memberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan *rational emotive therapy* untuk permasalahan kecerdasan emosi siswa, serta dapat lebih memanfaatkan waktu bimbingan konseling yang ada seefektif mungkin untuk membantu siswa menyesuaikan kecerdasan emosinya.
- c. Bagi peserta didik, dengan mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *rational emotive therapy* siswa akan terdorong untuk dapat berfikir lebih maju, selalu memiliki gagasan-gagasan baru, berfikir objektif dan positif, lebih terbuka dalam berfikir dan berpendapat, menghargai orang lain, mau dan mampu mengendalikan emosi, serta belajar untuk mempercayai kemampuan diri sendiri dalam memecahkan berbagai permasalahan.