

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Teori Piaget, (dalam Hurlock 1997) menyatakan bahwa masa remaja adalah periode di mana individu mengalami transformasi selaras dengan masyarakat dewasa, suatu fase di mana anak tidak lagi merasa berada di bawah level orang yang lebih tua, namun setidaknya berada pada tingkat yang setara dalam mengatasi permasalahan.

Goleman (2002) mengemukakan bahwa emosionalitas mengacu pada perasaan dan pemikiran tertentu, kondisi biologis dan psikologis, serta kecenderungan tindakan. Emosional umumnya merupakan respons terhadap rangsangan eksternal maupun internal. Misalnya, perasaan senang mengubah suasana hati seseorang sehingga secara fisiologis tampak seperti tertawa, sedangkan perasaan sedih mendorong seseorang untuk menangis. Davidoff (1991) menyatakan bahwa emosi adalah kondisi dalam diri seseorang yang halus dan sulit diukur. Saat seseorang bereaksi terhadap pengalamannya, emosi langsung muncul. Emosi ini terdiri dari tiga komponen: komponen fisiologis yang melibatkan sistem saraf pusat, sistem saraf otonom, dan kelenjar endokrin; komponen subjektif yang melibatkan aspek kognitif dan sensorik; serta komponen perilaku. Dapat dipahami bahwa emosional adalah perasaan yang mendorong seseorang untuk memberikan tanggapan atau berperilaku dalam menanggapi suatu rangsangan, baik yang berasal dari dalam ataupun dari luar.

Emosi dapat dibedakan atas emosi yang cerdas dan emosi yang tidak atau kurang cerdas. Menurut Goleman (1996) emosi yang cerdas adalah kemampuan

individu untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi dengan baik dalam beberapa situasi adapun emosi yang tidak atau kurang cerdas merujuk pada kurangnya kemampuan individu dalam mengenali, memahami, atau mengelola emosi mereka sendiri atau emosi orang lain

Ketika siswa memasuki suatu lingkungan, seperti lingkungan sekolah, mereka akan mengalami berbagai rangsangan yang ada di sekitarnya. Sebagai wadah pendidikan formal, sekolah berfungsi sebagai arena bagi siswa untuk memupuk serta mengasah kemampuannya hingga mencapai puncak potensinya. Kegiatan ini melibatkan pengembangan komprehensif aspek moral-spiritual, intelektual, emosional, serta sosial siswa, siswa harus mematuhi peraturan-peraturan tersebut, adakalanya remaja mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dan menunjukkan perilaku-perilaku bertentangan ataupun melawan atas tuntutan-tuntutan yang seharusnya dipatuhi. Dalam situasi di atas, siswa harus memiliki kesadaran akan pentingnya kecerdasan emosional di dalam diri mereka, Sebab remaja cenderung gampang terpengaruh oleh rekan-rekannya, baik pengaruh yang positif maupun negatif. Emosional kecerdasan dipengaruhi oleh faktor dalam diri seperti gender atau usia; faktor luar seperti keluarga, interaksi dengan kelompok atau teman sebaya, serta lingkungan lebih luas tempat remaja tersebut bermukim (Khasanah, 2018).

Perilaku siswa yang negative dapat dihindari dan diminimalisir jika siswa mempunyai kecerdasan emosional yang baik, misalnya perasaan emosional ke dalam dirinya sehingga emosional yang dikeluarkan dapat di arahkan ke arah yang lebih baik (positif). Pada dasarnya masalah yang di alami siswa merupakan pengaruh perkembangan psikologis yang di alaminya, sehingga mereka lebih

mudah kacau pikiran, perasaan, dan perilakunya. Sebab remaja cenderung gampang terpengaruh oleh rekan-rekannya, baik pengaruh yang positif maupun negatif. Emosional kecerdasan dipengaruhi oleh faktor dalam diri seperti gender atau usia; faktor luar seperti keluarga, interaksi dengan kelompok atau teman sebaya, serta lingkungan lebih luas tempat remaja tersebut bermukim.

Penelitian yang dilakukan oleh Manurung (2013) terungkap bahwa teknik konseling individual berbasis realitas berdampak signifikan terhadap kecerdasan emosional siswa kelas X di SMA Dharma Patra Pangkalan Brandan. Temuan ini terkonfirmasi melalui hasil perhitungan yang menunjukkan $t > t_{tabel}$ ($4,80 > 3,182$). Terdapat beberapa kasus yang di perhatikan seputar masalah kecerdasan emosional siswa, banyaknya kasus dimana seorang anak tidak dapat mengontrol emosinya sehingga melibatkan keributan dengan teman sekelasnya bahkan dengan guru.

Penelitian yang dilakukan oleh Afsari (2017), Diketahui bahwa teknik konseling individual berbasis realitas memiliki dampak signifikan pada kecerdasan emosional siswa Kelas VIII SMP Muhammad 01 Medan. Implementasi layanan konseling individual yang menggunakan terapi realitas dapat meningkatkan kecerdasan siswa, serta sangat sesuai dan bermanfaat bagi siswa yang sedang mencari jati diri dan dalam proses perkembangan menuju kedewasaan.

Penulis melakukan wawancara terhadap guru BK dilakukan pada tanggal 10 september 2023 memperoleh informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang buruk seperti berbicara lancar pada teman tanpa merasa bersalah, kurang mengendalikan emosi (kurang sabar) kurang baik

dalam berhubungan dengan orang lain, serta buruk mengenali emosi orang lain. Wawancara terhadap beberapa orang menunjukkan hasil yang hampir sama. Dari hasil pemberian skala kecerdasan emosional terhadap 5 orang siswa mempunyai kecerdasan emosional rendah. Bimbingan dan konseling adalah bentuk dukungan yang bertujuan mengarahkan siswa pada tahap-tahap perkembangannya. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 29 tahun 1990 tentang pendidikan menengah pasal 27 ayat 1-2, yang secara singkat mendefinisikan Pendidikan sebagai bantuan yang diberikan kepada siswa untuk mengenal diri mereka sendiri, memahami lingkungan sekitar, dan merencanakan masa depan, yang semuanya disalurkan oleh guru pembimbing.

Salah satu bentuk bantuan yang bisa diberikan adalah konseling perorangan dengan penerapan teknik terapi realitas. Konseling perorangan menggunakan teknik terapi realitas adalah pendekatan yang berfokus pada perilaku saat ini. Konselor bertindak sebagai pendidik dan model yang menghadapkan klien pada kenyataan dengan cara yang membantu mereka mengatasi tantangan dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain. Terapi realitas menekankan tanggung jawab pribadi dan menggabungkannya dengan kesejahteraan psikologis klien, yang mampu mengambil tanggung jawab atas tindakan mereka.

Penelitian ini merupakan penelitian awal (identifikasi) secara empirik, jadi memang luas. Adapun sarannya, disarankan agar peneliti lain menyelidiki lebih dalam aspek mana saja yang minor. Jadi belum tentu merupakan aspek kemampuan mengenal diri sendiri.

Atas dasar paparan di atas, peneliti akan melaksanakan penelitian dengan judul: "Imbas Konseling Individual Menggunakan Terapi Realitas terhadap Kecerdasan Emosional Pelajar di SMA N 10 Medan".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan konteks tersebut, penulis mengamati sejumlah masalah terkait dengan kecerdasan emosional siswa dalam sesi konseling individual sebagai berikut:

- 1) Terdapat siswa yang tidak atau kurang mampu mengelola emosional negatifnya.
- 2) Siswa memerlukan upaya meningkatkan kecerdasan emosional dengan harapan akan mengelola penyaluran emosinya

1.3 Pembatasan Masalah

- 1) Studi ini terfokus pada layanan konseling personal yang memanfaatkan metode terapi realitas dan kecerdasan emosional pada murid-murid SMA Negeri 10 Medan
- 2) Siswa mempunyai tingkat kecerdasan emosional yang berbeda beda yang membutuhkan upaya pemeliharaan dan pemindahan
- 3) Kecerdasan emosional dapat ditingkatkan menjadi lebih tinggi, dalam beberapa cara, diantaranya melalui konseling individual
- 4) Konseling individual teknik terapi realitas diprediksi dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa

1.4 Rumusan Masalah

Dengan merujuk pada identifikasi dan pembatasan isu yang telah disampaikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana evaluasi terhadap kecerdasan emosional para siswa di kelas X IPA 2, SMA Negeri 10 Medan?
- 2) Apakah terdapat dampak dari penggunaan terapi realitas dalam layanan konseling individu terhadap kecerdasan emosional siswa di kelas X IPA 2, SMA Negeri 10 Medan?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa sasaran utama, antara lain:

- 1) Mengukur tingkat kecerdasan emosional para siswa di SMA Negeri 10 Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

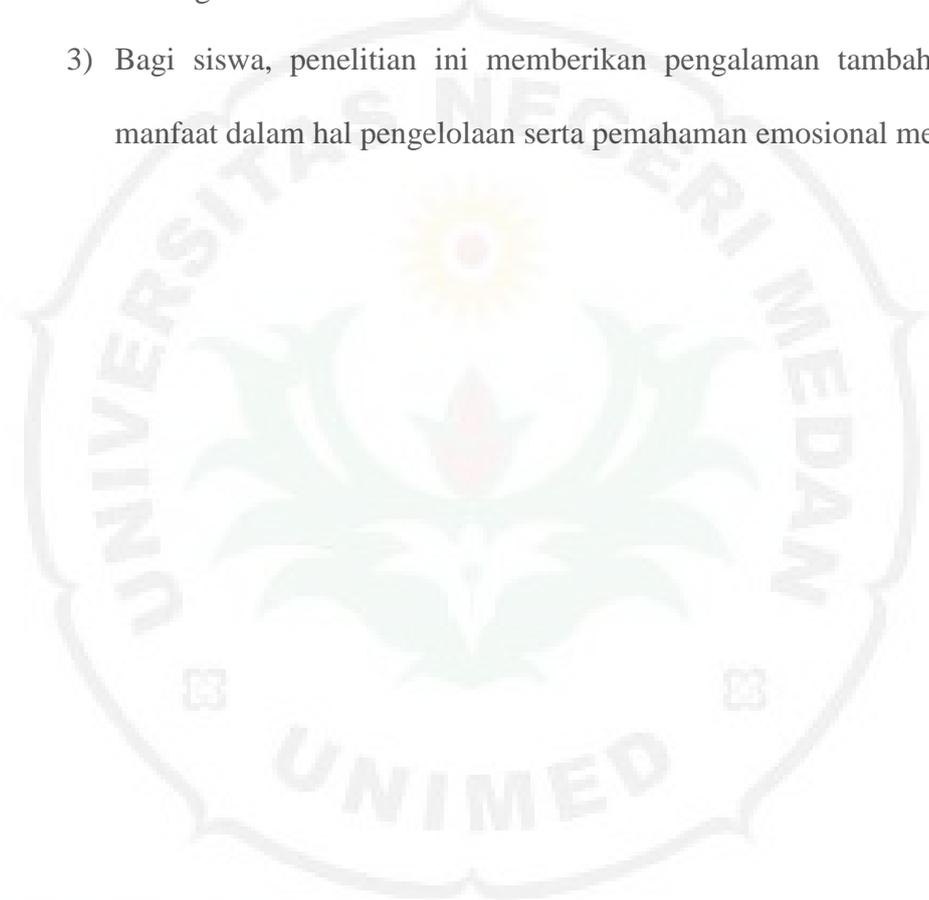
Penelitian ini menawarkan manfaat yang dapat dikategorikan ke dalam dua aspek: teoritis dan praktis. Secara teoritis, penelitian ini bertujuan untuk memperluas wawasan dalam bidang studi mengenai dampak layanan konseling individu menggunakan terapi realitas terhadap pengembangan kecerdasan emosional siswa.

Sementara itu, dari sudut pandang praktis, hasil penelitian ini memberikan kontribusi sebagai berikut:

- 1) Untuk sekolah, temuan penelitian dapat dijadikan acuan dalam merancang program bimbingan dan konseling yang fokus pada

pengembangan emosional siswa melalui pendekatan layanan konseling individu dengan terapi realitas.

- 2) Bagi konselor, penelitian ini menyediakan salah satu metode untuk meningkatkan kecerdasan emosional mereka sendiri.
- 3) Bagi siswa, penelitian ini memberikan pengalaman tambahan dan manfaat dalam hal pengelolaan serta pemahaman emosional mereka.



THE
Character Building
UNIVERSITY

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Konseling Individual

2.1.1 Pengertian Konseling Individual

Ketut (2008) menjelaskan bahwa konseling individu merupakan bentuk layanan bimbingan di mana klien berkesempatan berinteraksi langsung dengan konselor secara tatap muka. Tujuan utama dari konseling ini adalah untuk mendiskusikan serta menyelesaikan persoalan pribadi yang dihadapi oleh klien. Sebaliknya, Prayitno (2015) menyatakan bahwa konseling individu adalah layanan yang diberikan oleh seorang konselor kepada klien guna membantu mengatasi masalah pribadi mereka. Di sisi lain, Tohirin (2007) menegaskan bahwa konseling individual berlangsung dalam komunikasi langsung atau suasana yang bersifat personal antara konselor dan klien (siswa), di mana berbagai masalah klien dibahas. Proses ini bersifat menyeluruh dan mendalam, mengupas isu-isu penting tentang klien, termasuk hal-hal pribadi yang mungkin bersifat rahasia, dengan tujuan utama untuk menyelesaikan masalah yang ada.

Berdasarkan interpretasi terhadap definisi para ahli tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa konseling individu merupakan jenis komunikasi tatap muka antara konselor dengan klien, di mana konselor memberikan dukungan untuk mengatasi masalah yang dihadapi klien, mengembangkan potensi diri dan membantunya menjadi mandiri untuk menjadi dan mewujudkan perubahan positif.

Konseling individu merupakan inti dari semua aktivitas dalam bidang bimbingan dan konseling. Menguasai teknik konsultasi individu memungkinkan