

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan kemajuan teknologi tidak selalu membawa kebaikan bagi kehidupan manusia, kehidupan yang semakin kompleks dengan tingkat stressor semakin tinggi mengakibatkan individu semakin rentan mengalami berbagai gangguan baik fisik maupun psikologis. Gangguan psikologis seperti kecemasan, stress, frustrasi, agresivitas, perilaku anarkis, dan gangguan emosi lain semakin meningkat.

Remaja merupakan salah satu periode perkembangan yang dialami oleh setiap individu. Remaja adalah individu yang berusia antara 12-21 tahun yang sudah mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 adalah remaja pertengahan dan 18-21 adalah masa remaja akhir.

Beberapa perubahan pada umumnya terjadi pada masa remaja seperti: perubahan fisik, perubahan emosi dan perubahan sosial. Perubahan fisik pada remaja dapat dilihat dari perubahan tinggi badan, berat badan serta proporsi berbagai anggota tubuh yang lambat laun mencapai perbandingan tubuh yang baik. Misalnya, badan melebar dan memanjang sehingga anggota badan tidak lagi kelihatan terlalu panjang (Hurlock, 1999).

Sedangkan perubahan emosi pada masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan hormon (Hurlock, 1999). Perubahan emosi yang terjadi pada masa remaja ini menyebabkan para remaja pada umumnya memiliki

kondisi emosi yang labil. Memang tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan, namun benar juga bila sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan emosi dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri dari pola perilaku baru dan tekanan sosial yang baru, serta kecenderungan remaja melihat dirinya dan orang lain sebagaimana yang mereka inginkan bukan sebagaimana adanya.

Pergolakan emosi remaja tidak terlepas dari bermacam-macam pengaruh seperti lingkungan tempat tinggal, sekolah dan teman-teman sebayanya, masa remaja yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi membuat mereka dituntut mampu menyesuaikan diri secara efektif. Untuk itu perlu dihindari hal-hal yang dapat menimbulkan emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, frustrasi, cemas dan lainnya. Banyak penelitian membuktikan bahwa salahsatu penyebab remaja menjadi nakal adalah karena mengalami gangguan emosi menimbulkan rasa tidak aman dan tidak puas terhadap kehidupan sehari-hari, selanjutnya dapat timbul kebencian dan kecemburuan terhadap orang-orang yang lebih beruntung dan bahagia. Akibat dari semuanya ini sering mereka melakukan tindakan yang merusak dan menyakiti orang lain. Banyak situasi lain yang timbul di sekolah atau dalam suatu kelompok yang dapat menyebabkan seseorang menjadi tidak tenang, misalnya siswa tidak senang kepada gurunya karena pribadi guru, namun bisa juga disebabkan sesuatu yang terjadi pada saat sehubungan dengan keadaan kelas. Keadaan emosional seperti ini tentunya dapat mempengaruhi efektifitas belajar siswa.

Yang lebih ironi lagi penyebab yang melatarbelakangi kasus-kasus perkelahian, tawuran dan bahkan kasus bunuh diri yang terjadi dikalangan remaja

bukan masalah-masalah ringan bahkan terkesan sepele bagi orang yang berfikir rasional. Beberapa contoh kasus yang pernah terjadi berdasarkan berita media: tawuran antar pelajar SMA yang terjadi hanya karena tidak terima salah satu temannya diejek oleh sekolah lain. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu guru BK yaitu Ibu Nurhalimah yang mengajar di SMK Tri Karya mengatakan "Siswa disini cenderung sulit dimengerti sikapnya, terutama siswa perempuan, mereka terkadang cenderung murung, tidak semangat mengikuti pelajaran, tidak mengerjakan tugas dan sering sekali sesama siswa perempuan ribut dengan alasan yang bisa dibilang sepele".

Keadaan seperti berbagai kasus diatas merupakan salah satu indikasi ketidaksiapan remaja menyikapi kondisi lingkungan sekitar. Rasa kecewa, malu, amarah, dan perasaan-perasaan negatif lain yang bersifat desktruktif bersumber pada ketidakmampuan individu mengenali dan mengelola emosi serta memotivasi diri. Golemen (2000) mengartikan kondisi ini merupakan cerminan dari kecerdasan emosi yang rendah.

Kecendrungan terjadinya peningkatan anak mengalami gangguan emosi dan sosial tidak hanya terjadi pada negara atau daerah tertentu saja, tetapi telah menjadi fenomena global. Salah satu hasil survey yang telah dilakukan (Dahlan, 2007), ternyata ditemukan hasil bahwa generasi sekarang lebih banyak mengalami kesulitan emosi dan sosial dari pada generasi sebelumnya, generasi sekarang lebih cenderung kesepian, pemurung, mudah cemas, gugup, impulsif, dan agresif.

Salah satu pengendali kematangan emosi adalah pengetahuan yang mendalam mengenai emosi itu sendiri, dan pada kenyataannya banyak remaja yang tidak tahu mengenai emosi atau bersikap negatif terhadap emosi karena kurangnya

pengetahuan akan aspek ini. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa emosi adalah suatu keadaan kejiwaan yang mewarnai tingkah laku. Emosi dapat juga diartikan sebagai suatu reaksi psikologis yang ditampilkan dalam bentuk tingkah laku gembira, bahagia, sedih, berani, takut, marah, haru dan sejenisnya. Biasanya emosi muncul dalam bentuk luapan perasaan, dan surut dalam waktu yang singkat. Hathersall (1985), merumuskan pengertian emosi sebagai situasi psikologis yang merupakan pengalaman subjektif yang dapat dilihat dari reaksi wajah dan tubuh. Emosi sering didefinisikan dalam istilah perasaan (*feeling*): misalnya pengalaman-pengalaman afektif, kenikmatan atau ketidanknikmatan, marah, takut, bahagia, sedih dan haru. Maka dari itu kecenderungan tingginya gejala emosi remaja perlu dipahami oleh pendidik khususnya orangtua dan guru.

Selain itu mengingat masa remaja merupakan masa yang paling banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan teman-teman sebayanya, serta dalam menghindari dari hal – hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain, remaja hendaknya memahami dan memiliki apa yang disebut dengan kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional ini terlihat dalam hal-hal seperti bagaimana remaja mampu untuk memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dapat mengendalikan perasaan dan mampu mengungkapkan reaksi emosi sesuai dengan waktu dan kondisi yang ada sehingga interaksi dengan orang lain dapat terjalin dengan lancar dan efektif.

Dalam penelitiannya Goleman (2002) menyebutkan bahwa kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20 % bagi kesuksesan, sedangkan 80 % adalah sumbangan kekuatan-kekuatan yang lain, diantaranya adalah kecerdasan

emosional (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (*mood*), berempati serta kemampuan bekerja sama. Apabila seseorang memiliki IQ tinggi namun taraf kecerdasan emosionalnya rendah maka cenderung terlihat sebagai seorang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya pada orang lain, tidak peka terhadap kondisi lingkungan dan cenderung putus asa bila mengalami stres. Sehingga tidak heran kalau sekarang ini banyak anak yang pandai secara intelektual namun gagal secara emosional.

Sekolah sebagai sarana pendidikan memiliki peranan penting bagi perkembangan dan perwujudan diri individu, selain untuk mengembangkan kemampuan intelegensi, pendidikan juga perlu mengembangkan aspek psikologis siswa. Surya dan Natawidjaja (1999) menyatakan sekolah sebagai jalur pendidikan formal pada umumnya memiliki tiga hal kegiatan pendidikan, yaitu: (a) bidang administrasi, manajemen, dan kepemimpinan; (b) bidang pembelajaran dan kurikulum; (c) bidang pembinaan siswa atau bimbingan konseling. Dari kegiatan pendidikan pembelajaran dan kurikulum mungkin hanya mampu memperhatikan perkembangan siswa dari aspek intelektualnya saja tanpa memperhatikan pembinaan psikologis pada diri siswa tersebut. Disinilah peran bimbingan konseling dalam pemberian layanan secara khusus kepada semua siswa agar masing-masing dapat berkembang secara mandiri dan optimal. Salah satu layanan yang dapat diberikan dalam bimbingan konseling adalah melalui bimbingan kelompok.

Prayitno (1995) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain

sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya.

Dalam menyelenggarakan program bimbingan konseling tersebut, maka harus digunakan beberapa teknik, prosedur dan pendekatan yang beragam sesuai dengan kebutuhan. Diantara prosedur yang digunakan dalam bimbingan konseling adalah layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan pendekatan dan teknik-teknik yang tepat. Dalam penelitian ini salah satunya adalah dengan menggunakan teknik *role playing* (bermain peran).

Dalam teknik bermain peran menghadirkan peran-peran yang ada dalam dunia nyata ke dalam suatu pertunjukan peran yang kemudian dijadikan sebagai bahan refleksi agar siswa memberi penilaian. Dalam *role playing*, peserta melakukan suatu peran-peran tertentu tentang topik yang dibahas, interpretasi mereka tentang peran tersebut dan tingkat dimana orang lain menerima pandangan mereka tentang peran tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* Terhadap Kemampuan Mengelola Emosi pada Siswa SMK S Tri Karya Sunggal Tahun Ajaran 2012-2013”**



1.2 Identifikasi Masalah

Berbagai masalah siswa diidentifikasi sebagai berikut:

1. Banyak masalah siswa yang berkaitan dengan emosi belum tertangani secara efektif.
2. Guru belum sepenuhnya dapat menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan emosi siswa.
3. Belum diketahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dalam pengentasan masalah emosi siswa.

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah dan dapat dikaji lebih mendalam maka diperlukan pembatasan masalah. Fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan siswa dalam mengelola emosi negatif ditingkatkan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

1.4 Perumusan Masalah

Perumusan masalah berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka rumusan secara umum dari penelitian ini adalah apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kemampuan siswa dalam mengelola emosi.

1.5 Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini ditujukan untuk menguji apakah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat membantu siswa dalam mengelola emosi.

Secara khusus tujuan dari penelitian ini adalah meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

1.6 Manfaat penelitian

Dalam penelitian ini penulis berharap semoga hasil penelitian memberi manfaat konseptual utamanya kepada layanan bimbingan konseling. Disamping itu juga kepada penelitian peningkatan layanan bimbingan konseling di SMK.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan teori tentang pelaksanaan bimbingan konseling dengan teknik *role playing* terhadap kemampuan mengelola emosi siswa, sehingga dapat dijadikan sumber informasi pendidikan dalam penerapan layanan bimbingan konseling dalam *setting* sekolah.
- b. Sebagai pijakan untuk mengembangkan penelitian-penelitian yang menggunakan layanan bimbingan kelompok.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penulis, dapat memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan layanan bimbingan kelompok.
- b. Bagi guru, dapat digunakan sebagai bahan masukan khususnya dalam bimbingan konseling dalam membantu siswa mengelola emosi melalui layanan bimbingan kelompok.
- c. Bagi siswa terutama subyek penelitian, diharapkan dapat memperoleh pengalaman langsung mengenai pemahaman mengelola emosi secara tepat.

