

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja seringkali dihubungkan dengan mitos dan *stereotip* mengenai penyimpangan dan ketidakwajaran. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya terapi-terapi perkembangan yang membahas ketidakselarasan, gangguan emosi dan gangguan perilaku sebagai akibat dari tekanan-tekanan yang dialami remaja karena perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya maupun akibat perubahan lingkungan. Karena masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, pada tahapan ini individu banyak mengalami perubahan, baik fisik maupun psikis sehingga berpengaruh terhadap perilakunya.

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya, salah satunya adalah sebagai periode perubahan. Beberapa perubahan yang hampir bersifat universal, diantaranya adalah meningkatnya emosi, perubahan tubuh, minat, pola perilaku, peran dan menginginkan atau menuntut kebebasan (Hurlock, 1999:207).

Salah satu perubahan pada masa remaja adalah perubahan emosi, dimana remaja mengalami ketegangan emosi yang meninggi. Oleh karena itu, masa remaja dianggap sebagai periode badai dan tekanan, yaitu dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Tidak semua remaja mengalami badai dan tekanan. Namun benar juga bila sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

Ketika remaja masuk kedalam lingkungan tertentu, remaja akan dihadapkan pada stimulus-stimulus yang berada di lingkungan tersebut dan salah satunya adalah lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah merupakan lingkungan dimana remaja (siswa) memperoleh pendidikan formal dan latihan dalam rangka membantu agar remaja (siswa) mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional maupun sosial. Sama halnya dengan aturan-aturan yang ada di sekolah yang merupakan suatu tuntutan yang harus ditaati dan dilaksanakan oleh para siswa. Dalam menghadapi permasalahan tersebut, terkadang remaja mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri terhadap tuntutan aturan-aturan yang ditetapkan oleh pihak sekolah dan bahkan menunjukkan perilaku-perilaku yang bertentangan dengan tuntutan-tuntutan yang seharusnya dilakukan. Dimana hal tersebut mencerminkan adanya ketidakstabilan emosi pada remaja.

Menurut Gesell dkk. (dalam Hurlock, 1999:213), “remaja empat belas tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung meledak-ledak, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya, remaja enam belas tahun mengatakan bahwa mereka tidak punya keprihatinan”. Kondisi emosi remaja mudah terangsang dan cenderung meledak-ledak, penghayatan terhadap suatu stimulus yang berasal dari suatu lingkungan cenderung berlebihan dan reaksi yang ditunjukkannya pun menjadi cenderung berlebihan.

Selanjutnya dalam menanggapi stimulus itu, remaja ingin menghadapi masalah tersebut secara mandiri. Remaja cenderung menolak bantuan dari orang lain yang dianggap lebih matang secara emosional seperti orang tua dan guru. Akan tetapi karena ketidak mampuan remaja dalam mengatasi masalah yang

menurut mereka yakini banyak remaja akhirnya menyadari bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka dan menemukan kegagalan. Kegagalan remaja dalam menyelesaikan masalahnya membuat remaja mengalami krisis identitas, yang ditandai dengan adanya keinginan individu bergabung dengan kelompok dan membentuk geng yang mempunyai *standart* sendiri. Dalam pencarian identitas yang tergabung dalam kelompok ini, individual pun mempunyai loyalitas yang tinggi terhadap kelompoknya. Dimana loyalitas yang tinggi ini ditunjukkan dengan kepatuhan dan kesetiaan melakukan hal-hal yang dianggap baik dalam standart kelompok tersebut dapat mencapai tujuan.

Erikson (dalam Hurlock, 1999:208), menjelaskan pencarian identitas mempengaruhi perilaku remaja bahwa:

Dalam usaha mencari perasaan kesinambungan dan kesamaan yang baru, para remaja harus memperjuangkan kembali perjuangan tahun-tahun lalu, meskipun untuk melakukannya mereka harus menunjuk secara *artifisial* orang-orang yang baik hati untuk berperan sebagai musuh, dan mereka selalu siap untuk menempatkan idola dan ideal mereka sebagai pembimbing dalam mencapai identitas akhir.

Beberapa masalah remaja (siswa) Indonesia yang berhubungan dengan kestabilan emosi dengan perilaku negatif, antara lain adalah bolos dan tawuran antar sekolah. Nasution (2012), menyatakan bahwa “Kamis, 16 Pebruari 2012. Kerja sama yang dilakukan Polsek Medan dengan Pemerintah kota Medan dalam razia kasih sayang terhadap pelajar yang berkeliaran di tempat umum, 30 siswa diamankan dari warnet karena bolos dari sekolahnya”. Selain itu masalah remaja terkait dengan kestabilan emosi adalah terlibat tawuran.

Virdhani (2008) menyatakan bahwa :

Jum'at, 14 September 2008. Pukul 15.30 WIB, sedikitnya 40 pelajar SLTP, SMA dan SMK diamankan Polsek Sukma Jaya, Depok. Para remaja tersebut terlibat tawuran di dua titik yakni Jalan Shaleh Iskandar dan wilayah Danau Batur. Menurut Iptu Dodo Hermawan selaku Kanit Reserse dan Kriminal Polsek Sukma Jaya, terjadinya tawuran berawal saat beberapa siswa saling mengejek dengan siswa lain yang merupakan tetangga sekolah mereka.

Sedangkan berdasarkan data yang diperoleh dari guru BK di MAN 1 Medan, masalah kestabilan emosi yang ada disekolah tersebut antara lain adalah perkelahian yang disebabkan saling mengejek antar siswa, adanya siswa yang menentang guru, tidak bisa diajak bekerja sama dalam kelompok belajar dan membuat kegaduhan dalam kelas.

Menurut peneliti perilaku negatif tersebut di atas sebenarnya bisa diminimalisir bahkan bisa dihindari jika remaja tersebut mampu mengenali dan mengelola stimulus yang datang dari luar dan mampu mengatur reaksi yang ada dalam dirinya sehingga emosi yang keluarpun dapat di arahkan pada hal-hal yang positif. Karena pada dasarnya masalah remaja seperti di atas merupakan imbas dari perkembangan pada masa remaja yang disertai oleh berkembangnya kapasitas intelektual, stres dan harapan-harapan baru yang dialami remaja yang kemudian membuat mereka mudah mengalami gangguan baik berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri remaja membuat mereka mengambil resiko mengeluarkan

reaksi sesuai apa yang mereka anggap baik bagi diri mereka dan belum terlalu memikirkan respon orang lain terhadap tindakan mereka tersebut, seperti bereaksi secara berlebihan bahkan melakukan kenakalan.

Masa remaja sangat potensial dan dapat berkembang ke arah yang positif atau negatif, oleh sebab itu remaja membutuhkan suatu interaksi, pengetahuan, pemahaman dan pembelajaran tentang kestabilan emosi baik dalam bentuk pendidikan, bimbingan maupun pendampingan sangat diperlukan untuk mengarahkan perkembangan emosional remaja tersebut ke arah yang positif dan produktif. Emosi yang stabil itu sendiri adalah kemampuan individu untuk mengenali emosi diri sendiri dan mengenali emosi orang lain serta mengekspresikannya secara baik dalam hubungan sosial.

Dalam hubungan ini bimbingan dan konseling mempunyai peranan yang cukup penting. Bimbingan dan konseling, merupakan bantuan di dalam mengarahkan siswa dalam tingkat perkembangannya. Hal ini dipertegas oleh Peraturan Pemerintah No.29 tahun 1990 (tentang pendidikan menengah), bab X bahwa “bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan” (Prayitno & Amti, 2004:30).

Berkaitan dengan memberi bantuan kepada siswa dalam rangka upaya pengembangan kestabilan emosi remaja ini. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah konseling individual dengan menggunakan teknik Terapi *Realitas*. Konseling Individual dengan teknik terapi *realitas* adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Konselor berfungsi sebagai guru dan

model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental klien yang bisa memikul tanggung jawab terhadap apa yang dilakukannya.

Berdasarkan fenomena di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Terapi *Realitas* Terhadap Kestabilan Emosi Remaja Di MAN 1 Medan T.A. 2013/2014”**.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah yang berhubungan dengan ketidakstabilan emosi remaja, antara lain:

1. Remaja mudah mengalami gangguan, berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku.
2. Dalam hal menemukan dan menunjukkan jati dirinya, remaja (siswa) ingin mandiri dan adakalanya menolak bantuan dari orang lain yang dianggap lebih matang secara emosional.
3. Remaja (siswa) mempunyai pemahaman yang sedikit tentang emosi dan pengelolaan emosi.
4. Peranan bimbingan dan konseling belum mengentaskan masalah perkembangan emosi siswa.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang ada, maka peneliti perlu melakukan batasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih terarah. Pembatasan masalah dalam penelitian ini dititik beratkan pada “penggunaan layanan konseling individual dengan tehnik terapi *realitas* terhadap kestabilan emosi remaja”. Siswa yang dijadikan subjek penelitian dibatasi hanya pada siswa kelas XIIPA-1 MAN 1 Medan.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah yang telah dipaparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah layanan konseling individual dengan menggunakan terapi *realitas* berpengaruh terhadap kestabilan emosi remaja?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan umum diadakannya penelitian adalah mengetahui efektifitas layanan konseling individual menggunakan terapi *realitas* terhadap kestabilan emosi remaja. Tujuan khusus diadakannya penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individual dengan menggunakan terapi *realitas* terhadap kestabilan emosi remaja di MAN 1 Medan.

1.6. Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini, antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Bertambahnya khazanah (kekayaan) keilmuan yang berkaitan dengan pemberian layanan konseling individual dengan menggunakan terapi realitas terhadap kestabilan emosi remaja/siswa.

2. Manfaat Praktis

A. Bagi Konselor

1. Memberikan kontribusi bagi konselor untuk membimbing dan memecahkan masalah siswa, terutama masalah emosi siswa sehingga siswa mampu mengelola emosinya sesuai dengan keadaan diri dan lingkungannya.
2. Memberikan kontribusi bagi konselor dalam menumbuhkan rasa optimisme siswa untuk pemecahan masalah yang dihadapinya sehingga diharapkan siswa mampu menjadi mandiri dalam memecahkan masalahnya sendiri.

B. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengalaman peneliti untuk terjun ke dunia pendidikan, khususnya bidang bimbingan dan konseling sehingga diharapkan dari hasil penelitian ini peneliti dapat mengaplikasikannya dilapangan tempat peneliti bekerja kelak.

C. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam pembuatan dan perancangan program bimbingan dan konseling yang efektif terutama dibidang pengembangan emosi siswa melalui layanan konseling individual dengan menggunakan *terapi realitas*.

Dengan harapan siswa mampu mengelola emosinya dengan tepat sesuai dengan keadaan diri dan lingkungannya.