

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan salah satu institusi yang bertugas mendidik sumber daya manusia menjadi lebih baik, memiliki pengetahuan yang berguna bagi semua pihak dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu struktur organisasi yang ada di sekolah yang memiliki pengaruh besar dalam pertumbuhan psikologis siswa.

Bimbingan dan konseling di sekolah mempunyai peranan yang sangat penting. Hal ini dikemukakan oleh Prayitno (2004), di sekolah pelayanan bimbingan dan konseling merupakan bidang pelayanan pokok disamping dua bidang pelayanan lainnya yaitu bidang pelayanan kurikulum dan pengajaran serta bidang administrasi dan pengelolaan. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah memberikan perhatian utama dan menyelenggarakan pelayanan yang secukup-cukupnya untuk para siswa agar mereka mampu berkembang dan belajar secara optimal.

Konselor sekolah merupakan tenaga utama dan inti serta ahli dalam pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah itu. Dalam menjalankan tugasnya itu konselor sekolah memiliki dan mewujudkan tanggung jawabnya kepada siswa, orang tua, sejawat, masyarakat, diri sendiri, dan profesi.

Dalam Husairi (2008), bimbingan dan konseling perlembaga di sekolah memberikan bantuan kepada peserta didik yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya mereka dapat memahami dirinya sehingga mereka sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat serta kehidupan pada umumnya. Dengan demikian mereka dapat menikmati kebahagiaan hidupnya dan dapat memberikan sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat umum. Bimbingan membantu mereka mencapai tugas-tugas perkembangan remaja awal secara optimal sebagai makhluk Tuhan, sosial, dan pribadi.

Permasalahan yang ditimbulkan siswa di sekolah sudah pasti akan disoroti banyak pihak di sekolah seperti guru bidang studi, wali kelas, wakil kepala sekolah (WKS), guru bimbingan dan konseling (BK) bahkan sampai kepada kepala sekolah. Namun, untuk mengatasi permasalahan di atas guru BK-lah yang akan bertindak karena guru BK memiliki kompetensi atau cara-cara untuk mengatasi dan menghadapi berbagai permasalahan yang mereka hadapi serta memiliki wewenang/tugas dibidang pelayanan siswa seperti masalah emosi yang termasuk didalam bidang bimbingan pribadi-sosial walaupun pada kenyataannya ada sebagian staf pengajar yang ikut dalam mengatasi permasalahan siswa. Terkadang siswa suka mengadu/bercerita kepada guru BK sebagai tempat curhatan siswa, namun ada juga yang terkadang sungkan untuk menceritakan masalahnya kepada guru BK.

Guru BK dalam kaitan ini adalah seseorang yang membantu menyelesaikan permasalahan siswa di sekolah. Dalam hal ini guru BK mempunyai pandangan atau cara masing-masing untuk mengatasi permasalahan siswa. Namun, berdasarkan pengalaman selama menjadi siswa dan pengalaman sewaktu melakukan penelitian-penelitian untuk menyelesaikan tugas kuliah, guru BK lebih banyak memberi nasehat berupa ceramah dalam menyelesaikan masalah siswa.

Di MTs Alwashliyah Kolam masih ditemui siswa yang mengalami hal yang sama seperti yang dihadapi remaja lainnya, yaitu mereka kurang mengenali emosinya ketika emosi itu terjadi. Menurut Rahayu (2010), emosi adalah bagian yang tidak akan pernah hilang dari diri kita dan kehidupan sehari-hari. Emosi itu bisa berupa marah, merasa bersalah, takut dan sedih (karena ditinggalkan). Semua hal itu ada pada diri setiap orang dan sangat natural untuk bisa merasakannya. Setiap kali kita melalui hari demi hari bahkan detik demi detik, kita akan selalu berhadapan dengan satu peristiwa keperistiwa lain. Mungkin saja berupa hal-hal kecil sejak kita mulai membuka mata hingga kembali ke alam mimpi. Setiap saat kita mengalami perasaan yang selalu berubah dari waktu ke waktu. Apakah itu rasa marah, senang, atau yang lainnya. Banyak hal yang bisa membuat kita menahan emosi tanpa kita sadari, yang mengakibatkan terjebaknya energi tersebut dalam diri kita.

Contoh perilaku siswa yang ditunjukkan pada saat emosi tidak dapat dikendalikan diantaranya: marah tanpa sebab yang jelas, meninggalkan kelas ketika jam pelajaran berlangsung, tidak mengerjakan

pekerjaan rumah, melawan guru, melawan orang tua, mau menang sendiri, berkelahi, cabut dari sekolah, bergendang-gendang di meja, mencuri barang teman, dan masih banyak hal lainnya. Sesuai contoh perilaku diatas *Chaplin* (1993), juga menyatakan emosi tidak datang tiba-tiba. Emosi berespon ketika terjadi suatu rangsangan. “Artinya, orang tidak mungkin tiba-tiba marah bila tidak ada sebabnya”. Emosi sangat tergantung pada situasi merangsang dan arti signifikansi personalnya bagi individu. Pribadi normal tidak akan menyatakan ledakan priodik merupakan kemarahan, kemurkaan, kesedihan, dukacita yang hebat, dan sebagainya tanpa adanya provokasi tertentu. Emosi tidak selalu jelek dan negatif. Emosi bisa menjadi menyenangkan. Emosi dapat membangkitkan dan memobilisasi energi kita. Selain itu, melalui emosi kita dapat mengetahui bagaimana keadaan diri kita terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati. Menurut pandangan peneliti bahwa dalam kehidupan sehari-hari sering kita jumpai emosional manusia itu berupa positif dan negatif. Adakalanya emosi positif seperti rasa senang, bahagia dapat membangkitkan motivasi seseorang dan sebaliknya emosi negatif seperti sedih, marah, takut, jijik, malu dan sebagainya dapat membuat seseorang down dan mudah mengumbar kemarahan. Di sekolah tersebut mengenai masalah emosi, peneliti mengamati kasus ada beberapa anak yang menjelekkkan gurunya melalui akun facebook yang akhirnya diketahui oleh guru tersebut dan dilaporkan kasus tersebut kepada guru BK nya kemudian dipanggil oleh guru BK tersebut untuk menanyakan apa permasalahan yang sebenarnya sehingga memaki guru melalui akun facebook.

Hal ini dikemukakan oleh Hadis dan *Etty* (2000), dalam kondisi sehari-hari kita sering melihat bagaimana mudahnya seseorang mengumbar kemarahan. Seseorang menjadi mudah tersinggung dan marah disebabkan oleh persoalan sepele yang sebenarnya tidak perlu dipermasalahkan. Seringkali persoalan tersebut menjadi pemicu konflik yang sering berakhir dengan sebuah tindakan kriminalitas. Begitu mudahnya hal itu terjadi, seolah-olah tidak ada upaya untuk menahan diri. Kemarahan juga memicu tawuran antar siswa sekolah yang sering terjadi dikota-kota seperti Jakarta dan didaerah-daerah lainnya.

Konflik diberbagai daerah juga terjadi disebabkan ketidakmampuan warganya menahan rasa marah mereka. Dari uraian diatas memperlihatkan betapa emosi mengendalikan kehidupan manusia. Banyak perbuatan yang disesali disebabkan seseorang terseret emosi untuk melakukan hal-hal diluar nalar yang berakibat negatif bagi dirinya bahkan dapat menghancurkan kehidupan pribadinya. Sebagian lagi memperlihatkan ketidakmampuan mereka keluar dari kemelut emosi yang merongrongnya.

Sebagai manusia, kita adalah makhluk yang emosional. Emosi akan selalu mewarnai kehidupan kita. Akan tetapi, terkadang kita mudah terjebak dalam suasana emosi negatif yang membuat perasaan kita tersiksa. Emosi-emosi negatif seperti marah, dendam, sakit hati, kecewa, takut, trauma, cemas, menderita, hampa, bingung, resah, gelisah jika tidak dikelola dengan baik akan menghancurkan hidup kita sendiri (Safaria, 2009).

Ketidakseimbangan emosi dapat menyerang siapa saja tanpa mengenal batas usia, jenis kelamin, ataupun latar belakang pendidikan dan keluarga seseorang. Masa remaja dianggap sebagai masa periode badai dan tekanan, yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (*Hurlock, 1992*). Pada masa ini kepekaan emosi seseorang meningkat, hal ini mengakibatkan seringnya remaja mengalami ketegangan-ketegangan dan luapan-luapan emosi (*Syahril dkk, 1987*).

Seseorang dikatakan remaja adalah mereka yang telah meninggalkan masa kanak-kanak yang penuh dengan ketergantungan dan menuju masa kedewasaan. Masa ini ditandai dengan pengalaman-pengalaman baru yang tidak pernah dibayangkan sebelumnya. Yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, misalnya menstruasi pada wanita dan keluarnya sperma saat mimipi basah pada pria. perubahan-perubahan yang terjadi tersebut mengakibatkan perubahan pada psikisnya artinya ketidakseimbangan kondisi tubuh secara keseluruhan mengakibatkan kondisi emosinya menjadi labil atau goyah (*Hariyono, 2000*).

Walaupun emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampaknya irasional tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosionalnya. Dalam hal ini Siswa MTs Alwashliyah Kolam yang lokasinya berada di Jl. Utama II Desa Kolam Kode Pos 20371 adalah termasuk kategori remaja yang berusia sekitar 12-15 tahun yang masih sangat labil dalam emosional. Seperti yang diungkap oleh *Gessel* dalam *Yusuf (2000)*, remaja 14 tahun seringkali mudah marah, mudah

terangsang, emosinya cenderung “meledak” dan tidak berusaha mengendalikan diri.

Selanjutnya oleh Prayitno (2004), permasalahan yang dialami para siswa di sekolah sering kali tidak dapat dihindari meski dengan pengajaran yang baik sekalipun. Hal ini terlebih lagi disebabkan karena sumber-sumber permasalahan siswa banyak yang terletak diluar sekolah. Dengan kaitan itu, permasalahan siswa tidak boleh dibiarkan begitu saja. Apabila misi sekolah adalah menyediakan pelayanan yang luas untuk secara efektif membantu siswa mencapai tujuan-tujuan perkembangannya dan mengatasi permasalahannya, maka segenap kegiatan dan kemudahan yang diselenggarakan sekolah perlu diarahkan kesana. Disinilah dirasakan perlunya pelayanan yang luas, bimbingan dan konseling di sekolah adalah pelayanan untuk semua murid yang mengacu pada keseluruhan perkembangan mereka yang meliputi keempat dimensi kemanusiaannya dalam mewujudkan manusia seutuhnya. Salah satu caranya yaitu dengan mencoba menerapkan tehnik konseling individu seperti pendekatan *emotional healing therapy*. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti wawancarai yaitu Guru Bk dan siswa-siswa di sekolah tersebut bahwasanya masalah yang akan peneliti angkat dalam penelitian ini sangat dikemukakan untuk memberikan suatu pendekatan seperti *Emotional Healing Therapy* dalam mengurangi emosi negatif kepada siswa MTs Al Washliyah. Dengan demikian, *Emotional Healing Therapy* ini sangat sesuai sebagai pendekatan dalam mengurangi emosi negatif siswa.

Emotional Healing Therapy adalah sarana berbagi pengalaman dan saling mendukung antara orang-orang yang sedang mengalami masalah emosi (Rahayu, 2010). Dalam hal ini pendekatan *Emotional Healing Therapy* adalah salah satu bentuk *therapy* digunakan untuk membantu penyelesaian dalam masalah emosi negatif yang sangat berperan penting membantu siswa dalam mengurangi bahkan mengatasi berbagai masalah hidup yang disebabkan oleh emosi negatif seperti marah, sedih, takut, masalah hubungan dengan pasangan dan orang terdekat, benci, malu dan sebagainya.

Pentingnya peneliti melakukan penelitian ini karena pada usia siswa/remaja saat ini sering terjadi perselisihan antar siswa. Dan di sekolah tersebut peneliti memperoleh informasi dari Guru BK juga siswa-siswa itu sendiri sering terjadinya masalah-masalah emosi seperti perkelahian, ejek-ejekan antara siswa baik yang perempuan kepada perempuan, perempuan terhadap laki-laki dan sebaliknya. Tidak hanya perkelahian saja, namun ada juga yang mengalami rasa sedih diputuskan pacarnya hingga berlarut-larut, rasa kecewa, takut, jijik, rasa bersalah bahkan rasa malu. Hal ini menarik minat peneliti untuk melakukan penelitian. Pada usia ini siswa masih dalam keadaan labil dan kurang terkendali hingga akhirnya membutuhkan cara untuk bagaimana mengurangi bahkan mengatasinya. Selain itu, pada masa remaja dikenal sebagai masa penuh badai dan tekanan, mereka belum mampu mengontrol emosinya dengan baik. Maka pada usia remaja yang paling penting adalah bagaimana mereka mampu mengendalikan emosi, bahkan mampu mengurangi emosi negatif dan bisa

seimbang. Berdasarkan masalah diatas kita ketahui bahwa perlunya memberikan pendekatan *Emotional Healing Therapy* kepada siswa dalam rangka membantu siswa mengurangi masalahnya.

Dari uraian latar belakang diatas penulis menjadi tertarik melakukan penelitian tentang pendekatan *emotional healing therapy* dengan emosi negatif pada siswa MTs Alwashliyah Kolam sehingga penulis membuat judul “**Pengaruh Pendekatan *Emotional Healing Therapy* dalam Mengurangi Emosi Negatif di MTs Alwashliyah Kolam Tahun Ajaran 2012/2013**”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah

1. Sering terjadi perselisihan antar siswa
2. Perkelahian,
3. Ejek-ejekan antara siswa baik yang perempuan kepada perempuan, perempuan terhadap laki-laki dan sebaliknya
4. Tidak hanya perkelahian saja, namun ada juga yang mengalami rasa sedih diputuskan pacarnya hingga berlarut-larut, rasa kecewa, takut, jijik, rasa bersalah bahkan rasa malu.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka penulis menetapkan pembatasan masalah yang akan dibahas adalah masalah emosi negatif saja seperti marah, malu, muak, jijik/muak, rasa bersalah, takut dan sedih maka

penelitian hanya dibatasi tentang pemberian pendekatan *Emotional Healing Therapy* dan pengaruhnya dalam mengurangi emosi negatif di MTs Alwashliyah Kolam Tahun Ajaran 2012/2013”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah penelitian, maka dirumuskan suatu permasalahan mengenai apakah ada “**Pengaruh Pendekatan *Emotional healing therapy* dalam Mengurangi Emosi Negatif di MTs Alwashliyah Kolam Tahun Ajaran 2012/2013**”.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh pendekatan *emotional healing therapy* dalam mengurangi emosi negatif di MTs Alwashliyah Kolam Tahun Ajaran 2012/2013.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

- a. Penelitian ini dapat bermanfaat dalam memberikan masukan untuk pengembangan ilmu dalam menambah wawasan dalam bidang konseling khususnya konseling dalam bentuk *therapy* di Jurusan PPB/BK.
- b. *Therapy* ini bisa dilakukan oleh siapa saja dan memperoleh pengetahuan dengan banyak membaca buku panduan juga menerapkan *therapy* ini dalam kehidupan nyata.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru BK

Sebagai bahan masukan dalam membantu siswa dan diri sendiri untuk memberikan pendekatan *emotional healing therapy*.

b. Bagi Siswa

Sebagai bahan masukan untuk memperoleh pengetahuan dengan dalam mempelajarinya sendiri mengurangi bahkan mengatasi masalah emosi yang ada pada dirinya melalui *emotional healing therapy* ini tanpa bantuan dari guru BK ataupun orang yang lebih ahli.

c. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan layanan konseling melalui pendekatan *emotional healing therapy* ini.

d. Bagi Peneliti

Sebagai bahan pegangan peneliti dalam melaksanakan tugas sebagai calon Guru BK dimasa yang akan datang.

e. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Sebagai bahan referensi dalam menambah dan memperkaya ilmu pengetahuan khususnya mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan di UNIMED.