

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I membahas terkait latar belakang masalah yang diangkat dalam penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan ruang lingkup penelitian.

1.1 Latar Belakang

Masa remaja seringkali digambarkan sebagai masa yang penuh dengan pergolakan emosional. Terjadi berbagai perubahan besar, termasuk perubahan emosional, fisik, dan mental (Mathew et al., 2022). Menurut Maharani (2024) perubahan tersebut umumnya dipicu oleh pergeseran hormon dan proses perkembangan yang sedang berlangsung, yang menyebabkan emosi remaja menjadi lebih labil dan sulit diprediksi. Kesulitan dalam menghadapi perubahan ini sering kali berdampak pada kondisi psikologis remaja. Terkadang tampak pendiam, cemberut, dan menarik diri dari lingkungan, namun di lain waktu justru menunjukkan keceriaan, berseri-seri, dan percaya diri (Furqani, 2020). Pandangan ini sejalan dengan pendapat G. Stanley Hall yang menyebut masa remaja sebagai fase “*storm and stress*”, yaitu periode penuh ketegangan yang ditandai dengan banyaknya konflik dan perubahan suasana hati (Santrock, 2019).

Pada masa remaja juga mulai terjadi peningkatan kemampuan kognitif dan kesadaran diri yang memungkinkan individu lebih mampu menghadapi stres serta fluktuasi emosional secara adaptif (Santrock, 2019). Individu pada masa remaja lebih mungkin untuk menyadari siklus emosional yang dialami, sehingga menjadi lebih terampil dalam menyampaikan emosi kepada orang lain. Goleman (2009) menekankan bahwa persoalan utama bukan terletak pada emosionalitas itu sendiri, melainkan pada kemampuan untuk memahami dan mengelola emosi secara bijaksana. Kemampuan ini memungkinkan individu merespons situasi emosional secara tepat, bersikap etis dalam interaksi sosial, serta menunjukkan empati dan

kepedulian terhadap orang lain. Kemampuan-kemampuan tersebut terangkum dalam konsep yang dikenal sebagai kecerdasan emosional.

Mathew et al. (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi dapat memiliki transisi yang mulus dari masa anak-anak ke masa dewasa daripada remaja dengan kecerdasan emosional rendah. Remaja dengan tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi akan dapat menjalani kehidupan yang sukses, mengarah pada prestasi akademik, meningkatkan kepuasan hidup dan kesejahteraan mental, pengendalian perilaku agresif, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah secara efektif. Selanjutnya, kecerdasan emosional memiliki hubungan negatif dengan berbagai masalah perilaku remaja, seperti perilaku agresif, kecanduan internet, intimidasi, perilaku mengambil risiko, serta perilaku anti-sosial. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki remaja, maka semakin rendah kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku-perilaku bermasalah tersebut.

Ledakan informasi yang terus-menerus mengalir, ditambah dengan ketergantungan yang semakin tinggi terhadap teknologi, menyebabkan peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan kelelahan mental yang berpotensi mengganggu kesejahteraan psikologis individu. Dalam konteks ini, kecerdasan emosional menjadi kunci untuk merespons fenomena tersebut secara adaptif dan bijaksana (Rahmah et al., 2025). Individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang baik akan lebih mampu mengendalikan diri dari konsumsi informasi berlebihan serta bersikap lebih selektif dan reflektif dalam menyikapi berbagai opini yang berseliweran di ruang digital. Bagi remaja, tekanan semacam ini menjadi semakin kompleks karena berada pada fase perkembangan yang menuntut pengakuan sosial dan pembentukan identitas diri. Sekarayu dan Santoso (2022) menyatakan bahwa kebutuhan akan penerimaan sosial ini menjadikan remaja sebagai pengguna media sosial terbanyak. Tingginya intensitas penggunaan media sosial juga menghadirkan risiko baru, seperti kecenderungan terlibat dalam perilaku *cyberbullying*. Dalam hal ini, kecerdasan emosional kembali berperan penting sebagai pelindung, sebagaimana ditunjukkan oleh Saputra dan Fadillah (2025) bahwa semakin tinggi

tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah kecenderungan remaja melakukan perilaku *cyberbullying*.

Selain *cyberbullying*, bentuk perilaku menyimpang lainnya juga marak terjadi di kalangan remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Jasmiara & Herdiansah (2021) terhadap murid SMA di Kota Bandung mengungkapkan bahwa kenakalan yang dilakukan memiliki ragam bentuk, mulai dari pelanggaran ringan seperti membolos sekolah atau jam pelajaran, mengenakan seragam yang terlalu ketat, berkata kasar, tidak menghormati orang yang lebih tua, bernyanyi keras larut malam, merokok, hingga mengonsumsi minuman beralkohol. Selain itu, terdapat pula kenakalan yang lebih serius seperti terlibat tawuran, mencuri, melakukan penyerangan, mengonsumsi narkoba, pemerkosaan, bahkan pembunuhan. Berdasarkan sumber Databoks 2022 (dalam Sitorus, 2025), Provinsi Jawa Barat tercatat sebagai provinsi dengan jumlah kasus tawuran pelajar tertinggi di Indonesia yakni 37 kasus tawuran. Fenomena tawuran sebagai bentuk perilaku agresif kolektif ini tidak lepas dari rendahnya pengendalian diri dan kematangan emosional. Penelitian Fakhira et al. (2024) dan Illahi et al. (2018) menunjukkan bahwa kematangan emosi atau kecerdasan emosional berkorelasi negatif dengan perilaku agresif, artinya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi, maka semakin rendah kecenderungan seseorang untuk menunjukkan perilaku agresif.

Pentingnya kecerdasan emosional dalam membantu remaja menghadapi tantangan tersebut semakin menegaskan bahwa aspek ini perlu mendapat perhatian serius. Kecerdasan emosional adalah kecerdasan sejati yang membantu individu meraih kesuksesan di berbagai bidang kehidupan, baik di rumah, sekolah, maupun masyarakat (Baba, 2020). Dalam ranah pendidikan, kecerdasan emosional menjadi aspek penting yang mendukung keberhasilan murid, baik dalam bidang akademik maupun kehidupan sosial (Lestari, 2012). Permata et al. (2024) menyatakan bahwa menyelesaikan berbagai masalah di dunia pendidikan seperti persaingan yang ketat, tuntutan tugas, suasana pendidikan yang tidak nyaman dan masalah lain bukan hanya membutuhkan kecerdasan intelektual, tetapi juga kecerdasan emosi yang kuat. Kecerdasan emosional dapat dipelajari, dikembangkan, dan dikuasai melalui pelatihan, intervensi, dan pengalaman hidup serta pelatihannya efektif dan

berdampak positif bagi peserta penelitian (Hodzic et al., 2017). Dalam rangka pengembangan kecerdasan emosional sebagai bagian dari kompetensi hidup, diperlukan sistem layanan pendidikan di sekolah yang tidak hanya berfokus pada pembelajaran mata pelajaran dan aspek manajerial, tetapi juga menyediakan layanan bantuan khusus yang bersifat psiko-edukatif melalui program bimbingan dan konseling (Kemendikbud, 2014).

Inilah yang menjadi sasaran layanan bimbingan dan konseling melalui pengembangan lebih lanjut dalam bentuk Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) (Kemendikbud, 2016). Menilik SKKPD, kecerdasan emosional termasuk ke dalam aspek perkembangan kematangan emosional dan mencapai kematangan hubungan dengan teman sebaya. Oleh karenanya, dalam rangka mengembangkan kecerdasan emosional, diperlukan layanan bimbingan dan konseling di bidang pribadi dan sosial. Melalui bimbingan pribadi, remaja diharapkan mampu mengenali dan memahami emosi diri sendiri (*self-awareness*), kemudian mengelola dan mengendalikan emosi tersebut secara tepat (*self-regulation*), serta memotivasi diri untuk tetap berperilaku adaptif dalam mencapai tujuan (*self-motivation*). Kemudian melalui bimbingan sosial, remaja diharapkan mampu memahami emosi serta perspektif orang lain (*empathy*), hingga akhirnya mampu membangun hubungan sosial yang positif dan efektif dengan lingkungan sekitar (*social skills*).

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Bandung, ditemukan beberapa dinamika perilaku murid yang mencerminkan adanya kesulitan dalam memahami dan mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, berempati, serta menjalin hubungan sosial secara sehat. Beberapa fenomena yang terjadi diantaranya pertengkaran antar murid yang dipicu oleh kesalahpahaman dalam komunikasi, murid yang merasa tersinggung dan sakit hati karena salah mengartikan ucapan guru, murid yang secara akademik memiliki kemampuan sangat baik, namun kesulitan dalam berinteraksi sosial. Dari hasil studi pendahuluan ini, dipandang baik untuk dikaji di sekolah ini agar remaja mampu mengembangkan kecerdasan emosionalnya, khususnya murid kelas X SMA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, penting untuk merumuskan layanan dasar yang didasarkan pada gambaran kecerdasan emosional murid. Oleh karena itu, skripsi ini diberi judul “Layanan Dasar Bidang Pribadi-Sosial untuk Mengembangkan Kecerdasan Emosional”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Bagaimana gambaran kecerdasan emosional murid kelas X di sekolah secara umum?
- 2) Bagaimana gambaran kecerdasan emosional murid kelas X di sekolah berdasarkan dimensi?
- 3) Bagaimana layanan dasar bidang pribadi-sosial untuk mengembangkan kecerdasan emosional murid kelas X di sekolah?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian adalah menghasilkan layanan dasar bidang pribadi-sosial untuk mengembangkan kecerdasan emosional. Adapun tujuan khusus dari penelitian yaitu

- 1) Memperoleh gambaran umum kecerdasan emosional murid kelas X di sekolah.
- 2) Memperoleh gambaran kecerdasan emosional murid kelas X di sekolah berdasarkan dimensi.
- 3) Merumuskan layanan dasar bidang pribadi-sosial untuk mengembangkan kecerdasan emosional murid kelas X di sekolah.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang berarti bagi berbagai pihak, diantaranya:

- 1) Secara teoretis, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan keilmuan dalam bidang bimbingan dan konseling,

khususnya terkait layanan dasar yang dapat digunakan untuk mengembangkan kecerdasan emosional murid.

- 2) Bagi guru bimbingan dan konseling, hasil penelitian secara praktis diharapkan dapat menjadi acuan dan pertimbangan dalam melaksanakan layanan dasar bidang pribadi-sosial untuk mengembangkan kecerdasan emosional. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan yang mendukung penelitian terkait kecerdasan emosi di masa mendatang. Selain itu, layanan dasar bidang pribadi-sosial yang dirumuskan masih berbentuk deskriptif sehingga diharapkan dapat menguji lebih lanjut pelaksanaan layanan tersebut

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Secara garis besar, ruang lingkup dalam skripsi ini disusun dalam lima bab yang saling berkesinambungan. Bab I merupakan pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan ruang lingkup penelitian. Bab II memaparkan tinjauan pustaka yang memuat landasan teori mengenai kecerdasan emosional dan sejumlah penelitian terdahulu yang relevan. Bab III diuraikan mengenai metode penelitian, lokasi, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur pengumpulan data, serta analisis data. Bab IV mengungkap temuan penelitian yang diperoleh melalui pengolahan data dalam bentuk deskripsi naratif serta menjelaskan pembahasan berdasarkan hasil penelitian tersebut untuk menjawab pertanyaan penelitian yang diangkat. Bab V memaparkan kesimpulan dan saran penelitian sebagai rekomendasi ilmiah peneliti bagi pihak yang berkepentingan dengan hasil penelitian.