

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa di mana remaja berada pada periode yang penting, periode peralihan, periode perubahan, masa mencari identitas, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis, dan sebagai ambang masa dewasa. Menurut Hurlock (1997:212) “secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode *badai dan tekanan*, suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar”. Senada dengan Hall (Santrock, 2007:201) ‘sudah sejak lama masa remaja dinyatakan sebagai masa badai emosional’. Reed Larson dan Maryse Richards (Santrock, 2007:201) menemukan perbedaan emosi remaja dengan dewasa :

... remaja melaporkan emosi yang lebih ekstrem dan berlalu cepat dibandingkan orang tuanya. Sebagai contoh, dibandingkan orang tuanya, remaja memiliki kecenderungan lima kali lebih besar untuk melaporkan dirinya berada dalam kondisi “sangat bahagia” dan tiga kali lebih besar untuk melaporkan dirinya berada dalam kondisi “sangat sedih”.

Menurut Rosenblum & Lewis (Santrock, 2007: 201) ‘remaja memiliki suasana hati yang berubah-ubah’. Remaja dapat merasakan perasaan senang, sedih, marah, dan takut dalam waktu yang cepat. Pengaruh perubahan hormon dan lingkungan disekitar mempengaruhi kondisi emosional pada remaja.

Berdasarkan pemaparan para ahli, masa remaja ialah masa dimana individu sedang mengalami perkembangan emosi yang memuncak yaitu dalam arti sangat mudah untuk berubah-ubah, mudah meledak dan berlangsung lebih sering sebagai akibat dari perubahan dan pertumbuhan fisik. Menurut Desmita (2007:190) “rentang waktu usia remaja biasanya dibedakan atas tiga, yaitu: 12 – 15 tahun = masa remaja awal, 15 – 18 tahun = masa remaja pertengahan, dan 18 – 21 tahun = masa remaja akhir”. Penelitian akan berpusat kepada remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan rentang usia 15 – 18 tahun yaitu masa remaja pertengahan.

Menurut Gesell dan kawan-kawan (Hurlock, 1997:213) emosi remaja usia 16 tahun tidak mudah meledak dibandingkan dengan remaja usia 14 tahun :

Remaja empat belas tahun seringkali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung “meledak”, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya, remaja enam belas tahun mengatakan bahwa mereka “tidak punya keprihatinan.” Jadi adanya badai dan tekanan dalam periode ini berkurang menjelang berakhirnya awal masa remaja.

Berdasarkan pernyataan Gesel,et.al, dapat dikatakan remaja usia 14 tahun tidak memiliki stabilitas emosi sehingga mudah untuk fluktuatif atau berubah-ubah emosinya. Remaja usia 16 tahun lebih memiliki stabilitas emosi sehingga memiliki kontrol emosional yang lebih baik. Fenomena di Indonesia, remaja yang berusia 16 tahun masih memiliki emosi yang mudah meledak dan sulit untuk mengendalikan perasaannya, seperti tersaji pada tabel 1.1.

Tabel 1.1
Berita Berkaitan dengan Emosi Remaja

No	Tanggal dan Sumber	Sinopsis Berita
1	23 Maret 2010 Kompas.com	Syandi Aditya (16) anggota geng motor XTC, warga Desa Cangkuang Kulon Kec.Dayeuh Kolot Kab. Bandung, ditemukan tewas setelah nekat melompat ke Sungai Citarum karena tidak kuat dipukuli oleh 10 orang kawanannya geng motor GBR. Dua dari sepuluh pelaku berhasil diamankan. Diantaranya adalah Al dan Og (16).
2	23 Februari 2008 Kompas.com	Karena putus cinta, dua remaja putri Nesi (14) dan Lismawati (16) kompak gantung diri di rumah orangtua Nesi yaitu Sudri warga Desa Gunung Agung, Kecamatan Semendo Darat, Kabupaten Muara Enim, Sumatera Selatan, Jumat (22/2) dini hari.
3	16 Maret 2012 Kompas.Com	Seorang remaja berusia 16 tahun berinisial AD ditangkap aparat Kepolisian Sektor Parung karena mencuri sepeda motor di Pasar Parung, Desa Waru, Kecamatan Parung, Kabupaten Bogor, Kamis (15/3/2012) sekitar pukul 20.00.
4	27 Februari 2012 Padang Ekspres	Seorang pelajar SMA Bukit Barisan, bernama Yoga Trymafer, 16. Peserta didik kelas dua ini ditangkap, setelah sebelumnya mencoba bersembunyi dari kejaran aparat

		akibat tawuran (25/2)
5	31 Maret 2012 Samarinda Pos Online	Ar (16) dijerat pasal 82 UU Perlindungan Anak No 23 Tahun 2002, dengan ancaman kurungan penjara di atas 7 tahun, setelah mencabuli Jingga (16).

Pada rentang usia 16 tahun remaja sedang berada pada pencarian identitas, yaitu masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pencarian identitas menjadi hal yang sulit bagi remaja karena adanya perubahan sosial dan historis. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Desmita (2007:214):

... karena peralihan yang sulit dari masa kanak-kanak ke masa dewasa di satu pihak, dan kepekaan terhadap perubahan sosial dan historis di pihak lain, maka selama tahap pembentukan identitas ini seorang remaja mungkin merasakan penderitaan paling dalam dibandingkan pada masa-masa lain akibat kekacauan peranan-peranan atau kekacauan identitas (*identity confusion*).

Perubahan-perubahan fisik, kognitif, dan relasional, membuat remaja berusaha untuk menjadi pribadi yang utuh dan ingin memperoleh pengakuan dari orang banyak. Sebagaimana yang dikatakan oleh Erikson (Desmita, 2007:211):

Seseorang yang sedang mencari identitas akan berusaha “menjadi seseorang”, yang berarti berusaha mengalami diri sendiri sebagai “AKU” yang bersifat sentral, mandiri, unik, yang mempunyai suatu kesadaran akan kesatuan batinnya, sekaligus juga berarti menjadi “seseorang” yang diterima dan diakui oleh orang banyak.

Pencarian identitas menjadi kondisi yang sulit bagi remaja karena menyebabkan remaja merasa terisolasi, hampa, cemas, dan bimbang. Pada masa pembentukan identitas tingkah laku remaja tidak konsisten dan tidak dapat diperkirakan. Pada satu saat remaja dapat menjadi lebih tertutup karena takut penolakan atau dikecewakan. Pada saat lain remaja dapat mudah terbuka, dengan tidak mempertimbangkan akibat-akibat dari konsekuensinya. Menurut Erikson (2007:214) “salah satu tugas perkembangan selama masa remaja adalah menyelesaikan krisis identitas, sehingga diharapkan terbentuk suatu identitas diri yang stabil pada akhir masa remaja.”

Pada pencarian identitas, remaja membutuhkan dukungan kematangan perkembangan penalaran moral yang baik. Menurut Desmita (2007:206):

moral merupakan suatu kebutuhan penting bagi remaja, terutama sebagai pedoman menemukan identitas dirinya, mengembangkan hubungan personal yang harmonis, dan menghindari konflik-konflik peran yang selalu terjadi dalam masa transisi.

Penalaran yang dimaksud ialah pengetahuan atau wawasan seseorang mengenai hubungan antara diri dan orang lain. Menurut Setiono (Desmita, 2007:206) ‘moralitas pada hakikatnya adalah penyelesaian konflik antara diri dan diri orang lain, antara hak dan kewajiban’. Individu yang memiliki penalaran moral yang baik akan mendasarkan tindakannya atas penilaian baik atau buruknya sesuatu. Individu dapat menyelesaikan konflik dengan cara yang efektif apabila diiringi dengan emosi yang stabil.

Tabel 1.1 mengungkapkan terdapat remaja di Indonesia di rentang usia 16 tahun yang belum memiliki stabilitas emosi yang baik. Ketidakstabilan emosi adalah satu kecenderungan untuk menunjukkan perubahan yang cepat dan tidak dapat diduga-duga atau diramalkan dalam emosionalitas (Chaplin, 2008:165). Ketidakstabilan emosi dapat menghambat perkembangan pribadi dan perkembangan sosial seseorang. Terjadinya masalah-masalah perkembangan emosi remaja menunjukkan untuk mencapai kestabilan emosi bukanlah hal yang mudah.

Stabilitas emosi merupakan salah satu indikator dari kematangan emosi. Stabilitas emosi adalah terbebas dari sejumlah besar variasi atau perselingan dalam suasana hati; sifat karakteristik orang yang memiliki kontrol emosional yang baik (Chaplin, 2008:165). Remaja membutuhkan bantuan dalam perkembangan emosinya secara positif agar mampu mengatasi masalah-masalah yang dialaminya dengan cara yang tepat dan juga dapat diterima oleh orang-orang disekitarnya. Remaja diharapkan dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal untuk memenuhi salah satu aspek perkembangan yaitu kematangan emosi.

Remaja adalah individu yang sedang dalam proses berkembang kearah kemandirian atau kematangan. Remaja memerlukan bimbingan dan konseling untuk memperoleh wawasan dan pemahaman tentang dirinya dan lingkungannya. Perkembangan remaja tidak pernah lepas dari pengaruh lingkungan, baik fisik,

psikis maupun sosial. Lingkungan selalu berubah-ubah. Perubahan yang terjadi dalam lingkungan tidak dapat diprediksi, maka akan menimbulkan kesulitan bagi remaja dalam memenuhi tugas-tugas perkembangannya seperti masalah-masalah pribadi atau penyimpangan perilaku.

Bimbingan dan konseling merupakan bagian yang integral dalam pendidikan. Depdiknas (2007:9) menyatakan:

... pendidikan yang bermutu, efektif atau ideal adalah yang mengintegrasikan tiga bidang kegiatan utamanya secara sinergi, yaitu bidang administratif dan kepemimpinan, bidang instruksional atau kurikuler, dan bidang bimbingan dan konseling. Pendidikan yang hanya melaksanakan bidang administratif dan instruksional dengan mengabaikan bidang bimbingan dan konseling, hanya akan menghasilkan konseli yang pintar dan terampil dalam aspek akademik, tetapi kurang memiliki kemampuan atau kematangan dalam aspek kepribadian.

Penting bagi peserta didik untuk memperoleh layanan bimbingan dan konseling untuk mencapai pribadi yang utuh dengan memfasilitasi atau membantu peserta didik keluar dari masalah-masalah yang dapat menghambat perkembangannya baik secara fisik maupun psikis dalam bidang pribadi, sosial, akademik dan karir. Peserta didik diharapkan mampu berkembang dengan baik dalam pendidikan dengan menjadi pribadi yang utuh. Syamsu dan Juntika (2008:158) mengemukakan:

Agar perkembangan pribadi peserta didik itu dapat berlangsung dengan baik, dan terhindar dari munculnya masalah-masalah psikologis, maka mereka perlu diberikan bantuan yang sifatnya pribadi. Bantuan yang dapat memfasilitasi perkembangan peserta didik melalui pendekatan psikologis adalah layanan bimbingan dan konseling.

Berkaitan dengan bimbingan dan konseling, Sunaryo (2010:205) mengemukakan “Kajian bimbingan dan konseling terfokus pada pengembangan (perilaku) individu untuk mewujudkan keberfungsian diri dalam lingkungan, membantu individu berkembang secara efektif.” Bimbingan dan konseling hadir untuk menjawab tantangan setiap individu memiliki potensi. Bimbingan dan konseling membantu seseorang untuk mengembangkan potensi individu untuk mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal. Indikator optimal ialah individu sudah mandiri.

Sinurat (2010:7) memandang bimbingan dan konseling memiliki peranan dalam mengembangkan stabilitas emosi:

Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari penyelenggaraan pendidikan di sekolah memiliki peranan penting dalam mengembangkan potensi siswa sehingga mencapai taraf perkembangan optimal, bukan hanya pada aspek akademik-intelektual tetapi juga pada aspek pribadi, sosial, moral, spiritual, dan emosional termasuk mengembangkan stabilitas emosi

Bimbingan dan konseling menjadi bagian yang penting dalam penyelenggaraan pendidikan di sekolah untuk terwujudnya perkembangan optimal peserta didik. Terdapat empat ragam bimbingan dan konseling yaitu : (1) bimbingan dan konseling akademik, (2) bimbingan dan konseling pribadi, (3) bimbingan dan konseling sosial, dan (4) bimbingan dan konseling karir. Ragam (bidang) bimbingan dan konseling yang tepat digunakan dalam meningkatkan stabilitas emosi siswa ialah bimbingan dan konseling pribadi.

Winkel (2007:127) berpendapat:

Bimbingan pribadi merupakan bimbingan dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri, dalam mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu seksual dan sebagainya, serta bimbingan dalam membina hubungan kemanusiaan dengan sesama di berbagai lingkungan pergaulan sosial.

Menurut Syamsu (2009:53) bimbingan dan konseling pribadi bertujuan untuk membantu individu mengembangkan potensi dirinya, yaitu:

Bimbingan dan konseling pribadi untuk memfasilitasi siswa agar memiliki pemahaman tentang karakteristik dirinya, kemampuan mengembangkan potensi dirinya, dan memecahkan masalah-masalah yang dialaminya.

Pendapat para ahli pengertian bimbingan dan konseling pribadi (Winkel, 1997; Syamsu, 2009) ialah pemberian bantuan kepada peserta didik dalam pemahaman tentang karakteristik dirinya dan pengembangan potensi dirinya untuk mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal serta mampu membina hubungan kemanusiaan dengan sesama.

Berdasarkan pemaparan, fokus penelitian ialah upaya meningkatkan stabilitas emosi pada siswa SMA, sehingga judul penelitian adalah Program Bimbingan dan Konseling Pribadi untuk Meningkatkan Stabilitas Emosi pada peserta didik SMA

(Studi Deskriptif Terhadap peserta didik Kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2011/2012).

B. Identifikasi dan Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Emosi menurut English and English (Yusuf, 2008 : 114) ialah ‘suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris’. Sarwono (Yusuf, 2008 : 115) berpendapat ‘emosi merupakan setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif baik pada tingkat lemah (dangkal) maupun pada tingkat yang luas (mendalam)’.

Emosi adalah keadaan perasaan individu berkenaan dengan perasaan takut, sedih, senang, atau marah, baik secara mendalam ataupun dangkal yang tampak dari perubahan jasmaninya atau ekspresi sebagai cermin dari jiwanya, dan semua berdasarkan pengalaman individu sendiri. Emosi memainkan peranan utama dalam kehidupan seseorang.

Remaja harus memiliki emosi yang stabil guna menuju kehidupan yang efektif. Stabilitas emosi adalah salah satu indikator dari kematangan emosi. Anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi apabila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Petunjuk kematangan emosi yang lain adalah individu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang (Hurlock, 1997 : 213)

Menurut Rosenblum & Lewis (Santrock, 2007:201) ‘... meskipun demikian tidak dapat disangkal bahwa masa remaja awal merupakan suatu masa di mana fluktuasi emosi (naik/turun) berlangsung lebih sering’. Fluktuasi emosi yang dialami remaja di karenakan perubahan-perubahan yang dialami oleh remaja. Masa remaja sebagai periode perubahan. Perubahan-perubahan yang dialami pada masa remaja secara umum ialah pertama, perubahan emosi,

yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial, yang dapat menimbulkan masalah baru. Ketiga, dengan berubahnya minat dan perilaku, maka nilai-nilai juga berubah. Keempat, perubahan lingkungan. Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja memberikan pengaruh bagi kondisi emosional remaja.

Berdasarkan tabel 1.1, ditemukan masih ada remaja yang belum dapat mengatur emosinya untuk dapat mengekspresikan apa yang dirasakan dengan tanpa menimbulkan konflik. Dampaknya ialah dengan menyalurkan apa yang dirasakan melalui cara-cara negatif seperti tawuran, menghakimi orang lain, dan bunuh diri. Remaja yang mengekspresikan emosi dengan cara negatif membutuhkan dukungan kematangan perkembangan penalaran moral yang baik. Penalaran yang dimaksud ialah pengetahuan atau wawasan mengenai hubungan antara diri dan orang lain.

Remaja membutuhkan pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan antara diri dan orang lain, agar mampu bertindak atas penilaian baik atau buruknya sesuatu. Emosi memegang peranan penting dalam hidup manusia. Perkembangan penalaran moral yang baik dengan didukung stabilitas emosi yang baik pula, maka akan membantu remaja dalam pengambilan keputusan atau menyelesaikan masalah-masalah yang dialami tanpa menimbulkan konflik, baik untuk dirinya maupun dengan orang lain.

Bimbingan dan konseling ialah bagian yang integral dalam penyelenggaraan pendidikan untuk mencapai perkembangan yang optimal, termasuk mengembangkan penalaran moral kepada peserta didik. Bimbingan dan konseling hadir untuk membuktikan setiap individu memiliki potensi. Dengan pemberian layanan bimbingan dan konseling yang memandirikan kepada peserta didik untuk mencapai perkembangan yang optimal baik dari aspek akademik, karir, sosial maupun pribadi.

Bidang bimbingan dan konseling yang tepat untuk meningkatkan kestabilan emosi pada remaja ialah bimbingan dan konseling pribadi. Menurut Sinurat (2010:10):

bimbingan pribadi merupakan sarana layanan bimbingan dan konseling yang dapat dimanfaatkan untuk membantu siswa yang mengalami permasalahan pribadi dalam upaya mencapai pribadi yang seimbang.

Bimbingan dan konseling pribadi ialah layanan yang diberikan kepada peserta didik agar dapat mengembangkan potensi dirinya, mengenal karakteristik dirinya, dan dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal sehingga peserta didik mampu menyelesaikan masalah-masalah yang dialaminya serta terhindar dari masalah-masalah psikologis.

Diperlukan program bimbingan dan konseling dalam bidang pribadi untuk meningkatkan, mengembangkan dan mempertahankan kestabilan emosi pada remaja untuk mencapai kematangan emosi. Penyusunan program bertujuan untuk meningkatkan kestabilan emosi pada remaja agar mampu mengelola emosinya dan mencapai kehidupan yang efektif.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, pertanyaan umum yang menjadi acuan penelitian adalah: *Bagaimana program bimbingan dan konseling hipotetik untuk mengembangkan stabilitas emosi peserta didik SMA?*

Dari pertanyaan umum, diturunkan menjadi pertanyaan penelitian yaitu “bagaimana profil stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung tahun ajaran 2011/2012?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ialah merumuskan program bimbingan dan konseling hipotetik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa SMA.

Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai dalam penelitian ialah memperoleh gambaran profil stabilitas emosi peserta didik kelas XI SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung tahun ajaran 2012/2013.

D. Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif untuk memperoleh data mengenai gambaran stabilitas emosi peserta didik. Metode yang

di gunakan dalam penelitian yaitu penelitian deskriptif untuk mengetahui profil stabilitas emosi peserta didik. Alat pengumpul data atau instrumen yang akan digunakan adalah angket stabilitas emosi peserta didik.

E. Manfaat Penelitian

Secara praktis, manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian adalah :

1. Bagi Guru BK SMA Angkasa Bandung
Program bimbingan dan konseling pribadi hipotetik yang dirancang oleh peneliti, dapat dijadikan bahan rujukan untuk diaplikasikan oleh Guru BK dalam membantu peserta didik yang memiliki stabilitas emosi rendah.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Sebagai bahan penelitian lanjutan guna menguji efektivitas program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan stabilitas emosi peserta didik.
3. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Penelitian akan menjadi salah satu contoh program bimbingan dan konseling pribadi hipotetik untuk meningkatkan stabilitas emosi peserta didik.

F. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

Bab I Merupakan pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, identifikasi dan perumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II Merupakan kajian pustaka, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian. Bab III Merupakan metode penelitian yang memaparkan pendekatan dan metode penelitian, definisi operasional variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan prosedur penelitian. Bab IV Hasil penelitian dan pembahasan menguraikan tentang pengolahan data serta pembahasan hasil pengolahan data. Bab V Penutup terdiri dari kesimpulan, saran serta rekomendasi hasil penelitian.