

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan populasi terbesar di dunia, sekitar seperlima penduduk di dunia adalah remaja usia 12-21 tahun. Pada masa remaja (usia 12-21 tahun) terdapat beberapa fase (Monks,1985), fase remaja awal (usia 12-15 tahun), fase remaja pertengahan (usia 15-18 tahun), masa remaja akhir (usia 18-21 tahun) dan diantaranya juga terdapat fase pubertas yang merupakan fase yang sangat singkat dan terkadang menjadi masalah tersendiri bagi remaja dalam menghadapinya.

Menurut pandangan Piaget (Hurlock 2006):

Secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada pada tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak...integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masalah puber...termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok....transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan orang sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Masa remaja sudah mulai menuntut berbagai hak sebagai layaknya orang dewasa. Banyak remaja gagal dewasa dikarenakan oleh masalah sosial ekonomi, kematangan emosi, dan gangguan tumbuh kembang psikobiologi.

Menurut pandangan Ericson (Yusuf, 2000:201) usia SMA termasuk kedalam kategori masa remaja. Masa SMA ini terjadi pada usia 16-18 tahun.

Menurut Konopka (Pikunas,1976) remaja SMA termasuk kedalam masa remaja madya dengan rentang 15-18 tahun. Fase-fase demikian menurut Salzman merupakan masa perkembangan sikap tergantung (*dependence*) menuju kearah kemandirian (*independence*). Pada masa ini remaja bisa merasakan kebebasan melakukan sesuatu nyaris tanpa adanya rasa kekhawatiran dan resiko yang mungkin dihadapi.

Remaja SMA yang berada pada masa *storm and stress* mengalami pergolakan emosi yang tinggi serta diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi. Berdasarkan hal tersebut, dapat tergambarkan bahwa peserta didik SMA berada dalam fase yang sangat rentan terhadap pengaruh-pengaruh buruk yang dibawa oleh lingkungan maupun media yang semakin global. Pengaruh buruk seperti penyalahgunaan NAPZA, perilaku seks bebas maupun hubungan interpersonal yang menyimpang adalah warna-warna yang seringkali menjadi profil remaja yang berada pada tingkat SMA. Kenyataan ini terjadi akibat dari kebingungan dan rasa ingin tahu yang tinggi dari peserta didik untuk menyatakan kemandirian mereka yang sebenarnya belum secara utuh untuk melakukan maupun mempertanggungjawabkan perilakunya.

Terlepas dari banyak pandangan negatif dari peserta didik SMA, tidak sedikit pula penilaian positif yang dimiliki seperti rasa ingin tahu yang tinggi. Suasana persaingan untuk mencapai sebuah prestasi maupun berorganisasi dipandang sebagai kebanggaan remaja dalam menunjukkan kedudukan dalam hubungan sosial mereka.

Dilihat dari sisi lain masa remaja memiliki sejumlah tugas perkembangan (Yusuf, 2002:79) adalah mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya. Remaja yang ingin mencapai kematangan emosi harus dapat menyalurkan emosinya secara tepat. Mengelola emosi bertujuan untuk memperoleh keseimbangan dalam emosi bukan menekan emosi yang ada pada diri seseorang. Sebagaimana yang diamati oleh Aristoteles, yang dikehendaki adalah emosi yang wajar, keselarasan antara perasaan dengan lingkungan. Apabila emosi terlampaui ditekan maka akan menjadi sumber penyakit, seperti depresi, cemas berlebihan, amarah yang meluap-luap, gangguan emosional yang berlebihan.

Data pada tahun 2003, ada sekitar 1.800.000 remaja di Indonesia menjadi pecandu narkoba dan 11.344 anak ditangkap polisi karena melakukan tindak kriminal (www.sanasini.com). Fakta lain membuktikan pentingnya pengelolaan emosi adalah menurut Seto Mulyadi (Soleh, www.suaramerdeka.com) “Banyak anak cerdas di sekolah, berprestasi akademik gemilang, namun tidak dapat mengelola emosi,” . Mereka mudah marah, mudah putus asa, angkuh dan sombong. Pada akhirnya prestasi mereka pun tidak bermanfaat.

Berdasarkan catatan Padang Ekspres, di tahun 2007 terjadi tawuran siswa SMK Taman Siswa (Tamsis) dan SMK Adzkiya Padang (7/2/07), tawuran siswa SMK Kartika dan SMK Muhammadiyah (28/8/07), tawuran ramai-ramai (6/9/07) siswa SMK Muhammadiyah II, SMA PGRI 2, SMA Labor, SMK Tamsis, SMK PGRI 6 tahun 2007 (<http://smantenpdg.blog.friendster.com/2008/01/dunia-pendidikan-memprihatinkan/>). Data tersebut membuktikan bahwa masih banyak

remaja usia SMA belum dapat mengendalikan emosi nya dengan tepat. Mereka cenderung menyalurkan emosi marahnya kepada tindakan yang bersifat merusak.

Sebuah survey yang melibatkan rata-rata 100 responden remaja usia 15-24 tahun yang ada di setiap kecamatan di Kota Bandung, pernah dilakukan oleh Pusat Penelitian dan Pengembangan 25 Messenger Jawa Barat, selama Juni 2008 lalu. Hasilnya, sekitar 56% remaja Kota Bandung sudah pernah berhubungan seks bebas (berzina) di luar nikah, dengan pacar, teman, dan pelacur. Perilaku remaja yang mengadopsi seks bebas seperti itu paling banyak dipengaruhi oleh tontonan film porno, termasuk dari internet dan melalui telepon seluler. Fakta ini juga membuktikan bahwa masih banyak remaja yang belum bisa menyalurkan emosi nya dengan tepat.

Selain kasus perilaku seks bebas didapat juga data tentang remaja yang bunuh diri di Indonesia menurut harian Republika, sejak Februari 2003 hingga akhir Juni 2004 sudah terjadi lebih dari 15 kasus bunuh diri remaja usia 11-17 tahun. Tahun 2003 ada tiga kasus, bulan Januari 2004 muncul satu kasus, Februari dua kasus, Mei ada empat kasus, dan terakhir bulan Juni ada enam kasus, dan mungkin akan terus meningkat sampai tahun 2008 ini (www.artikel.sanasini.com). Hal ini semua bisa terjadi karena remaja belum mampu mengelola emosinya, dengan kata lain remaja belum mampu memiliki kematangan emosi dengan baik.

Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat

menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Berdasarkan pengamatannya, banyak orang yang gagal dalam hidupnya bukan karena kecerdasan intelektualnya rendah, namun karena mereka kurang memiliki kecerdasan emosional. Tidak sedikit orang yang sukses dalam hidupnya karena mereka memiliki kecerdasan emosional, meskipun intelegensi intelektualnya (IQ) pada tingkat rata-rata. Sekali kecerdasan emosi mereka terbentuk pada masa remaja, biasanya tidak akan ada lagi perubahan secara signifikan, meskipun usaha-usaha yang dilakukan untuk merubah kecerdasan emosi akan tampak dalam perubahan kecerdasan emosi.

Melihat fakta di atas maka penting bagi para remaja khususnya usia SMA untuk mengenali kecerdasan emosinya. Kecerdasan emosional ini dapat dilihat dari kemampuan remaja untuk memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyetarakan diri dengan lingkungan, 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.

Selain kecerdasan intelektual, kecerdasan emosi merupakan suatu komponen yang tidak kalah penting bagi kesuksesan seseorang. Daniel Goleman (2000) memperlihatkan bahwa kecerdasan intelektual hanya memberi kontribusi 20% terhadap kesuksesan hidup seseorang dan 80% nya bergantung pada kecerdasan emosi, kecerdasan sosial dan kecerdasan spiritualnya.

Goleman juga mengemukakan dari hasil surveynya menunjukkan hampir sebagian remaja diseluruh dunia banyak mengalami kesulitan emosional, dengan cirri-ciri sebagai berikut:

1. Lebih kesepian dan pemurung
2. Lebih agresif dan kurang menghargai sopan santun,
3. Lebih gugup dan mudah cemas,
4. Lebih impulsif.

Goleman juga mengemukakan bahwa *Emotional Intelligence* untuk selanjutnya disebut kecerdasan emosional merupakan prasyarat dasar bagi berfungsinya kecerdasan intelektual yang efektif. Robert Stenberg menyatakan apabila kecerdasan intelektual yang berkuasa tanpa diiringi dengan kecerdasan emosional yang baik maka akan tercipta individu yang cerdas namun tidak memiliki hati. Sarlito (Yamani Ramlan, www.indomedia.com) menuturkan bahwa “kecerdasan emosional bukan bakat, ia merupakan aspek dalam diri seseorang yang bisa dikembangkan dan dilatih. Seorang anak yang memiliki masalah pengendalian emosi bukan berarti ia sudah ditakdirkan menjadi orang yang bermasalah, tapi ia memerlukan upaya pelatihan mengembangkan kecerdasan emosional yang lebih intensif, dengan metode yang tepat. Penelitian ini membuktikan kalau kecerdasan emosional bisa dikembangkan dalam berbagai tingkat usia. Meski pembentukan puncaknya terjadi pada masa remaja.”

Fenomena perkembangan para remaja saat ini semakin kompleks, akibat dari perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat. Banyak remaja dan pemuda yang menunjukkan prestasi yang luar biasa, namun disamping itu banyak pula perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja, di antaranya

adalah kenakalan remaja, obat-obatan terlarang, pergaulan bebas dan kasus penyimpangan yang mudah pula bagi mereka untuk terperosok. Kondisi objektif dan subjektif masyarakat semakin kompleks dengan berbagai problem perkembangan emosi yang dilatarbelakangi dan didukung sepenuhnya oleh karakter perkembangan remaja serta pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat cepat, menuntut tersedianya insan-insan pribadi dan sumber daya manusia yang berkualitas dan bertakwa. Penyelenggaraan pendidikan sebaiknya didukung oleh pelaksanaan pengajaran, manajemen pendidikan, serta pemberian layanan bimbingan siswa yang tepat, efektif dan efisien. Konselor sebagai seorang tenaga pendidik profesional (Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional, 2003), memiliki kewajiban dalam membantu menumbuhkembangkan para siswa agar mampu menjadi sumber daya yang berkualitas dan berguna untuk diri dan lingkungannya.

Siswa khususnya yang berada pada jenjang Sekolah Menengah Atas merupakan pribadi yang unik. Sebagai individu pada masa remaja, mereka memiliki berbagai macam kebutuhan dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Pada diri mereka terjadi berbagai perubahan perilaku baik yang disebabkan oleh tugas perkembangannya maupun hasil dari proses belajarnya. Hal tersebut merupakan aspek psikologis yang terjadi pada diri peserta didik yang jika tidak ditangani dengan tepat akan menimbulkan masalah. Permasalahan yang timbul pada masa remaja menuntut adanya pemecahan melalui pendekatan psikologis. Pemecahan masalah yang dialami peserta didik menuntut adanya suatu wadah untuk memberikan bimbingan kepada mereka. Melalui layanan bimbingan

konseling proses bantuan khusus diberikan kepada para siswa dengan memperhatikan kemungkinan-kemungkinan dan kenyataan-kenyataan tentang adanya kesulitan yang hadapinya dalam rangka perkembangannya yang optimal, sehingga mereka dapat memahami diri, mengarahkan diri, dan bertindak serta bersikap sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat (kurikulum 1975).

Pandangan di atas menuntut adanya perhatian yang sangat besar akan perlunya program layanan bimbingan dan konseling untuk mengembangkan kecerdasan emosi siswanya. Untuk membuat layanan bimbingan tersebut, guru pembimbing selayaknya terlebih dahulu mengetahui dan memahami karakteristik emosional dari siswa SMA. Berdasarkan pandangan diatas maka diadakan penelitian yang berjudul **Program Bimbingan dan Konseling untuk Mengembangkan Kecerdasan Emosi Siswa SMA.**

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui gambaran kecerdasan emosi siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009.
- b. Mengetahui program bimbingan dan konseling apa yang telah diberikan guru kepada siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009 untuk mengembangkan kecerdasan emosi.
- c. Memperoleh rumusan program bimbingan konseling untuk mengembangkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung.

C. Batasan dan rumusan Masalah

1. Batasan Konseptual

Kecerdasan emosi yang dimaksud dalam penelitian ini merunut pada pengertian yang dikemukakan Goleman. Menurut Goleman (1995) kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi diri dengan tepat, serta bagaimana mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain.

2. Batasan Kontekstual

Penelitian ini dilakukan berdasarkan kepada pertimbangan-pertimbangan berikut:

- a. Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara bersama guru pembimbing disertai dengan fakta yang ada, ada beberapa siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009 yang mengalami gangguan emosional (*emotional disorder*) dalam perkembangannya.
- b. Penelitian dilakukan pada siswa kelas XI dengan alasan bahwa siswa SMA kelas XI diduga mampu mewakili sampel penelitian.
- c. Belum adanya penelitian serupa yang dilakukan kepada siswa SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009.
- d. Belum adanya program bimbingan dan konseling yang secara khusus diberikan kepada siswa SMA Pasundan 1 Bandung untuk mengembangkan kecerdasan emosi siswa.

3. Rumusan Masalah

Berangkat dari pemikiran dan fenomena yang dijabarkan dalam latar belakang penelitian, ternyata remaja yang berada pada tingkat pendidikan SMA rentan terhadap permasalahan yang berkaitan dengan pengelolaan emosi. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini dijabarkan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum profil kecerdasan emosi siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009?
2. Program bimbingan dan konseling apa yang telah diberikan oleh guru untuk mengembangkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009?
3. Bagaimana rumusan program bimbingan konseling untuk mengembangkan kecerdasan emosi siswa kelas XI SMA Pasundan 1 Bandung tahun ajaran 2008/2009?

D. Definisi Operasional Variabel

Program bimbingan dan konseling yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh tenaga profesional (konselor) kepada individu agar individu yang bersangkutan dapat memahami, menyadari, mengarahkan, dan mewujudkan dirinya, sehingga ia dapat mengembangkan kapasitasnya secara optimal serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Suherman,2002).

Kecerdasan emosi dalam penelitian ini adalah kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi diri dengan tepat, serta

bagaimana mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain.

Tabel 1.1
Unsur-unsur Kecerdasan Emosional

UNSUR	INDIKATOR
1. Mengenali emosi diri	<ul style="list-style-type: none"> • Mengenal dan merasakan emosi sendiri. • Memahami faktor penyebab perasaan yang timbul. • Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan.
2. Mengelola Emosi	<ul style="list-style-type: none"> • Bersikap toleran terhadap frustrasi. • Mampu mengendalikan marah secara lebih baik. • Dapat mengendalikan perilaku agresif yang merusak diri sendiri dan orang lain. • Memiliki perasaan yang positif tentang diri sendiri dan orang lain. • Memiliki kemampuan untuk mengatasi stres. • Dapat mengurangi rasa kesepian dan cemas.
3. Memotivasi diri sendiri	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu mengendalikan diri. • Bersikap optimis. • Mampu memuaskan perhatian pada tugas yang dikerjakan.
4. Empati	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu menerima sudut pandang orang lain. • Memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain. • Mampu mendengarkan orang lain.
5. Membina Hubungan	<ul style="list-style-type: none"> • Memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain. • Dapat menyelesaikan konflik dengan orang lain. • Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain. • Memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan orang lain. • Memiliki sikap tenggang rasa. • Memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain. • Dapat hidup selaras dengan kelompok. • Bersikap senang berbagi rasa dan bekerjasama. • Bersikap demokratis.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru pembimbing yaitu rekomendasi program bimbingan dan konseling, lebih rinci berupa satuan layanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan di sekolah dalam mengembangkan kecerdasan emosi siswa.
- b. Bagi guru yaitu hasil penelitian dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk membantu mengembangkan kecerdasan emosi dalam mendidik siswa.
- c. Bagi peneliti selanjutnya yaitu hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam terhadap perkembangan kecerdasan emosi siswa.

2. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian akan memantapkan dan mengembangkan teori mengenai kecerdasan emosi.
- b. Hasil penelitian akan diperoleh gambaran umum mengenai karakteristik kecerdasan emosi siswa SMA.
- c. Hasil penelitian akan digunakan untuk merancang program untuk mengembangkan kecerdasan emosi di SMA.

F. Asumsi Penelitian

Penelitian ini dilandasi oleh beberapa asumsi, diantaranya:

1. Remaja SMA yang sedang berada pada masa *Storm and Stress* mengalami pergolakan emosi yang tinggi serta diiringi dengan pertumbuhan fisik yang

pesat dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi. Berdasarkan hal ini dapat digambarkan bahwa peserta didik SMA berada dalam fase yang sangat rentan terhadap pengaruh-pengaruh buruk yang dibawa oleh lingkungan maupun media yang semakin global.

2. Sarlito menuturkan bahwa “EI bukanlah bakat, ia merupakan aspek dalam diri yang bisa dikembangkan dan dilatih. Seorang anak yang memiliki masalah pengendalian emosi, bukanlah berarti ia sudah ditakdirkan sebagai orang bermasalah. Tapi ia memerlukan upaya pelatihan dalam mengembangkan EI yang lebih insentif, tentu dengan metode yang tepat. Penelitian membuktikan kalau EI bisa dikembangkan dalam berbagai tingkat usia, meski pembentukan pencaknya terjadi pada masa remaja.” (Yamani Ramlan, www.indonesia.com).
3. Hasil penelitian Kartadinata (Helma, 2001:49) menunjukkan bahwa sekolah sebagai lembaga pendidikan formal ternyata tidak hanya mengembangkan kemampuan kognitif dan psikomotorik saja tetapi juga berperan secara nyata dalam mengembangkan dimensi afektif
4. Kecerdasan emosional adalah karakter dasar berupa kebutuhan, dorongan, dan nilai yang dimiliki individu sebagai penentu kesuksesan dalam relasi sosial dan bekerja (Steve Simmons dan John C Simmons, Jr:1997).
5. Konselor harus mengetahui keadaan atau kondisi klien sebelum memberikan saran mengenai apa yang seharusnya klien lakukan untuk perbaikan (Steve Simmons dan John C Simmons:1997).

G. SISTEMATIKA PENULISAN

Adapun sistematika penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

- BAB I Merupakan pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, tujuan penelitian, batasan konseptual, batasan kontekstual, rumusan masalah, definisi operasional variabel, manfaat penelitian dan asumsi penelitian.
- BAB II Memuat teori-teori dan hasil penelitian yang relevan sebagai hasil dari studi pustaka yang melandasi penelitian ini.
- BAB III Merupakan bahasan mengenai prosedur dan penyajian hasil penelitian yang mencakup prosedur pengolahan data, pengolahan data, dan analisis data yang digunakan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian.
- BAB IV Merupakan bab yang memuat mengenai pembahasan penelitian.
- BAB V Kesimpulan dan saran serta rekomendasi hasil penelitian.