

BAB I

PENDAHULUAN

BAB I memuat mengenai latar belakang permasalahan penelitian mengenai variabel yang akan diteliti yaitu hubungan kecerdasan emosi (*emotional intelligence*) dengan perilaku memaafkan (*forgiveness*) peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas Tahun Ajaran 2021/2022.

1.1. Latar Belakang Penelitian

Fase remaja ialah sebuah perubahan dari perangai kanak-kanak menuju perangai dewasa. Fase remaja tersohor dengan fase *storm and stress* atau masa yang penuh dengan badai dan tekanan. Seseorang yang menginjak masa remaja perlu memiliki resiliensi dan daya adaptasi yang kuat. Masa remaja juga merupakan sebuah periode utama dalam kehidupan karena menjembatani antara fase kanak-kanak sampai fasa dewasa. Perubahan yang terjadi di masa sekarang melingkupi pada perubahan biologis, kognitif, sosial dan emosional, serta moral. (Joy & Mathew, 2018, hlm. 1)

Remaja memiliki akses untuk bertemu dan menjalin relasi sangat terbuka di masa remaja. Lingkungan yang mengharuskan remaja untuk menyelesaikan tugas perkembangan mengharuskan remaja untuk bertemu dengan individu lain yang memiliki visi dan misi yang sama, sehingga membuat satu perkumpulan dan perlahan terjalin kelekatan dan persahabatan. Individu cenderung akan berkumpul dan bekerja sama dengan orang-orang yang juga memiliki kepentingan dan tujuan yang sama.

Adanya tujuan yang sama membuat remaja menyesuaikan diri dengan banyak pihak yang beragam dan memiliki perbedaan nilai dan prinsip hidup yang dianut. Ketika remaja berhasil untuk melaksanakan penyesuaian dengan pihak lain, maka remaja akan terus berkembang seiring dengan tujuan bersama, namun ketika remaja tidak dapat melaksanakan penyesuaian, akan muncul konflik dan gangguan dalam tugas perkembangan.

Seseorang yang berada di fase remaja seringkali terlibat dengan konflik, baik konflik yang melibatkan diri sendiri atau dengan orang lain. Konflik-konflik yang

kerap terjadi adalah seringnya perbedaan pendapat dengan teman, salah paham, atau ketika remaja mendapat perlakuan yang tidak mengenakan dari teman sebaya sehingga menjadi sebuah pelatuk yang menumpuk emosi negatif. Emosi negatif diantaranya adalah rasa marah, kesulitan mengontrol diri, kecewa yang mendalam, frustrasi, dendam yang berkepanjangan, ataupun luka batin yang kemudian akan terus dipendam.

Menurut Furman dan Buhrmester (1992, dalam Camirand & Poulin, 2019, hlm. 1) selama masa remaja, seseorang cenderung memiliki banyak perubahan terutama dalam hal kualitasnya dalam menjalin persahabatan. Sering dijumpai konflik dalam ikatan persahabatan yang memicu perselisihan. Konflik dan perselisihan akan menjadi sebuah pemicu untuk menyimpan emosi negatif dalam dirinya. Luka batin yang merupakan dampak dari konflik dan perselisihan pula yang akan menyebabkan permasalahan baru, yaitu tidak rela untuk memaafkan dan meminta maaf.

Remaja yang sulit untuk menyalurkan emosi negatif dalam diri dan memilih untuk memendam dan tidak rela untuk memaafkan cenderung mengalami tekanan dan mengalami stres. Terjadinya stres akan mengakibatkan represi yang dengan berjalannya waktu akan mengintimidasi diri sendiri (Buck, 2003 dalam Patel & Patel, 2019, hlm. 18). Represi akibat emosi yang berlarut dan tidak tersalurkan akan menyebabkan peningkatan kecemasan serta efek lain yang merugikan. Korban yang mengalami perundungan kerap kali menjadi pihak yang sulit untuk memaafkan pelakunya (Cote, 2005, dalam Patel & Patel, 2019, hlm. 18).

Penyelesaian konflik dan permasalahan perlu dilakukan agar remaja ingin dan rela untuk memaafkan. Menurut Worthington & Scherer (2004, dalam Safaria, 2014, hlm. 242) perilaku memaafkan secara luas mampu diartikan sebagai sebuah proses untuk mereduksi emosi, motivasi, dan kognisi negatif yang saling terkait. Ketika proses memaafkan terjadi, individu akan mampu meredakan kemarahannya dan menghilangkan motivasi untuk melakukan kebencian ataupun agresivitas untuk balas dendam.

Worthington dan Wade (2020, dalam Hoo, Van Tongeren & You, 2020, hlm. 1) menyatakan perilaku memaafkan merupakan sebuah hal yang sentral dalam kehidupan sosial, membantu memfasilitasi interaksi antara individu dengan kelompok,

juga memperkuat fungsi hubungan secara berkelanjutan. McCullough dkk. (2007, dalam Paramitasari & Alfian, 2012, hlm. 2) perilaku memaafkan mampu dijadikan sebagai “seperangkat motivasi” agar menahan seseorang untuk tidak melakukan balas dendam, memiliki rasa kontrol atas kebencian dan ketidaksukaan pada pihak yang telah menyakitinya, serta memiliki motivasi untuk damai juga memiliki relasi yang baik dengan pelaku yang membuat remaja sakit hati.

Peneliti sepakat jika dengan memaafkan, maka seseorang mampu untuk mereduksi emosi negatif. Rela untuk memaafkan artinya seseorang dapat mengontrol diri dan menerapkan aspek kecerdasan emosi yang terdiri dari kemampuan dalam mengenali, memahami, serta mengontrol emosi. Karremans, dkk (2003, hlm. 1011) mengatakan memaafkan dapat mengurangi emosi negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Anderson (2006, dalam Paramitasari & Alfian, 2012, hlm. 2) menjelaskan individu yang mampu untuk melakukan pemaafan akan mengalami penurunan depresi, kecemasan (*anxiety*), serta kemarahan yang substansial. Lichtenfeld, dkk, (2019, hlm. 2) menyatakan memaafkan memiliki dampak yang positif bagi kesehatan fisik serta mental, khususnya dalam proses emosional yang terlibat.

Worthington & Wade (1999, hlm. 395) mengungkapkan kecerdasan emosi merupakan sebuah faktor dari memaafkan (*forgiveness*). Orang-orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dihipotesiskan mempunyai berbagai macam strategi untuk melakukan pemaafan. Individu yang cerdas secara emosi memiliki kapasitas yang besar untuk memahami keadaan emosi diri dan orang lain. Seseorang yang cerdas secara emosi cenderung mampu mengontrol emosi diri. Semakin cerdas emosi seseorang, maka semakin mampu untuk memaafkan dan meminta maaf.

McCullough (2015, hlm. 195) menjelaskan adanya hubungan antara emosi dengan memaafkan. Orang-orang yang memiliki emosi stabil cenderung mampu mengatur perasaan agar tidak terlalu sensitif dan memiliki kemampuan yang jauh lebih tinggi untuk memaafkan. Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Lidia (2005) mengungkapkan adanya korelasi yang signifikan antara kecerdasan emosi serta memaafkan pada remaja. Ketika kecerdasan emosi semakin tinggi, maka akan turut tinggi pula kecenderungan pemaafan pada remaja.

Fenomena yang telah marak terjadi, khususnya di SMA Negeri 1 Ciruas sendiri adalah banyak peserta didik yang memiliki kesukaran dalam menerapkan perilaku memaafkan yang tulus. Beberapa setelah diselidiki merupakan korban kekerasan dan *bullying* yang pernah terjadi di masa lalu. Peserta didik kesulitan untuk memaafkan diri dan pelaku. Adanya permasalahan kesulitan dalam mengungkapkan pemaafan sangat mengganggu perkembangan remaja dalam mencapai kemandirian emosi, terutama dalam proses mengenali, memahami dan mengelola emosi, serta dalam membangun hubungan dengan orang lain. Peserta didik cenderung memiliki *unfinished business*, sehingga kerap kali mengganggu untuk fokus ke masa depan karena selalu terbayang kejadian menyakitkan di masa lalu. Konflik remaja yang disebabkan oleh kekurangan untuk mengontrol emosi sehingga sulit untuk memaafkan dan membuat peserta didik terganggu dalam mencapai tugas perkembangan remaja menjadi sebuah dorongan untuk melaksanakan penelitian.

Kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor untuk menjalankan tugas perkembangan yang perlu diselesaikan oleh remaja supaya mencapai pribadi yang baik dalam mengelola emosi di masa depan. Saat remaja mampu memahami serta mengelola emosi, maka remaja juga akan mampu untuk memecahkan permasalahan emosi dalam diri, termasuk dengan menentukan untuk melakukan memaafkan saat remaja merasa tersakiti dan butuh untuk mengeluarkan emosi negatif. Pemaafan membuat remaja menerima kembali akan keutuhan diri serta orang lain secara positif. Perlunya penelitian untuk mengetahui seberapa besar hubungan kecerdasan emosi dengan perilaku memaafkan pada remaja.

Bimbingan dan konseling memiliki kesempatan yang tinggi untuk memfasilitasi permasalahan dari peserta didik, khususnya tentang kecerdasan emosi dan perilaku memaafkan. Layanan bimbingan dan konseling diharapkan mampu untuk mengatasi peserta didik yang bermasalah dalam menerapkan perilaku memaafkannya serta mengoptimalkan kecerdasan emosi guna untuk menyelesaikan tugas perkembangan sebagai remaja.

Berdasarkan paparan yang telah dikemukakan, penulis merasa terdorong untuk melaksanakan penelitian mengenai “Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Memaafkan (*Forgiveness*) Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas”

1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang, dapat ditarik identifikasi masalah dari penelitian sebagai berikut.

- 1.2.1 Banyaknya remaja yang memiliki konflik dengan lingkungan sehingga berpengaruh negatif terhadap kehidupan sosialnya.
- 1.2.2 Banyaknya remaja yang sulit untuk memahami dan mengelola emosi sendiri sehingga berpengaruh pada kualitas kecerdasan emosi remaja, hal tersebut cenderung membuat remaja kurang untuk memahami diri sendiri dan orang lain, serta cenderung sering menyimpan dendam.
- 1.2.3 Fenomena masa kini akan banyaknya remaja yang melakukan hal menyimpang dengan latar belakang balas dendam serta amarah yang memuncak dari kejadian masa lalu sehingga membuatnya melakukan hal yang nekat.
- 1.2.4 Beberapa peserta didik di SMA Negeri 1 Ciruas merupakan korban *bullying* dan kekerasan di masa lalu dan sedang mengalami kesulitan dalam melakukan memaafkan karena belum mampu untuk mengelola dan mengatur emosi secara optimal.

Rumusan masalah yang terdapat dalam penelitian ditinjau dari paparan latar belakang yang telah dijelaskan adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan kecerdasan emosi dengan pemaafan (*forgiveness*) pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas. Rumusan masalah dirinci pada pertanyaan penelitian sebagai berikut.

- 1.2.1 Seberapa besar hubungan kecerdasan emosi dengan pemaafan (*forgiveness*) peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran umum kecerdasan emosi pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas?
- 1.2.3 Bagaimana gambaran umum pemaafan pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas?

1.3. Tujuan Penelitian

Secara umum tujuan penelitian adalah untuk menggambarkan hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku memaafkan peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas. Tujuan khususnya yaitu:

- 1.3.1. Besaran hubungan kecerdasan emosi dengan pemaafan (*forgiveness*) peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas.
- 1.3.2. Gambaran kecerdasan emosi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas.
- 1.3.3. Gambaran pemaafan peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Ciruas.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian diharapkan untuk melengkapi kajian keilmuan bimbingan konseling mengenai kecerdasan emosi dan pemaafan (*forgiveness*)

1.4.2. Manfaat Praktis

- 1.4.2.1. Bagi guru BK. Hasil penelitian secara praktis diharapkan dapat menjadi sebuah rekomendasi dalam melaksanakan layanan bimbingan konseling untuk meningkatkan kecerdasan emosi dan pemaafan peserta didik.
- 1.4.2.2. Bagi peneliti selanjutnya. Hasil penelitian secara praktis diharapkan dapat menjadi rujukan dan informasi pengembangan penelitian dengan tema kecerdasan emosi dan pemaafan.

1.5. Struktur Organisasi Skripsi

Skripsi ditulis secara terstruktur dan terdiri dari lima bab. Bab I memuat mengenai pendahuluan, mendeskripsikan Latar Belakang Penelitian; Rumusan Penelitian; Tujuan Penelitian; Manfaat Penelitian; serta Struktur Organisasi Skripsi. Bab II memuat mengenai kajian pustaka Konsep Kecerdasan Emosi; Konsep Perilaku Memaafkan; serta Keterkaitan Mengenai Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Memaafkan, serta penelitian terdahulu. Bab III berisi mengenai Metode Penelitian yang memuat Desain Penelitian; Lokasi Penelitian, Populasi dan Sampel Penelitian; Validitas Instrumen; Reliabilitas Instrumen; Teknik Pengumpulan Data; Langkah-

langkah Penelitian; Teknik Analisis Data. Bab IV memuat Hasil Penelitian dan Pembahasan. Bab V sebagai bab terakhir memuat hasil akhir dari penelitian yaitu Simpulan Penelitian, Implikasi dari Penelitian, serta Rekomendasi.