

BAB I PENDAHULUAN

Pada Bab I diuraikan mengenai pendahuluan yang membahas: 1) latar belakang penelitian, 2) identifikasi dan rumusan masalah penelitian, 3) tujuan penelitian, dan 4) manfaat/signifikansi penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Individu dalam kehidupannya mengikuti fase kehidupan (Upton, 2012). Fase tersebut di mulai dengan pembuahan dan berlanjut terus menerus sepanjang hidup sampai akhir hayat manusia (Santrock, 2012). Adapun perubahan yang dialami yakni dari embrionik ke fertilisasi yang membentuk zigot lalu ke fase pasca embrionik yaitu proses pertumbuhan dan perkembangan pascakelahiran. Selanjutnya pertumbuhan manusia dan perkembangan dimulai sejak bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, hingga yang terakhir menjadi manusia lanjut usia (manula).

Masa remaja adalah masa yang labil dan rentan terhadap tekanan dan mudah di pengaruhi, ketika ketegangan emosi meningkat dan emosi meluap remaja akan kehilangan kendali sehingga menyebabkan ketidakstabilan emosi. Berdasarkan pandangan Erikson pada masa remaja yang penting adalah mencapai jadi diri yang dapat diterima dan identitas diri yang lebih stabil melalui pembelajaran dan eksplorasi diri dengan lingkungan (Hurlock & E.B, 1999). Emosi siswa seringkali tidak terkendali dan sangat kuat, namun secara umum seiring berjalannya waktu, pemahaman dan pengalaman yang didapat, siswa mulai belajar untuk memahami emosi yang ada pada dirinya.

Salah satu isu utama yang berkaitan dengan perkembangan remaja adalah kecerdasan emosi. Menurut Ifham & Helmi (2002) menyatakan kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mencapai tujuan yang mampu meningkatkan produktivitas dan kesuksesan. Muncul pentingnya meningkatkan kecerdasan emosi merupakan pandangan baru yang mendorong aktualisasi diri peserta didik. Melihat dari beberapa penelitian kecerdasan emosi memiliki peranan penting bagi kehidupan manusia dikarenakan pada masa remaja banyak peserta didik yang belum mengenali jati dirinya sendiri.

Kondisi remaja yang ideal adalah mampu mengenali emosi dalam dirinya dengan baik, mampu memberikan motivasi kepada diri sendiri, mudah dalam mengenal emosi orang lain dengan mampu membangun hubungan yang baik. Goleman (2002, hlm. 44) mengungkapkan bahwa *Intelligence Quotient* (IQ) hanya berkontribusi 20% untuk sukses, 80% adalah faktor kekuatan lainnya, antara lain kecerdasan emosi) yaitu kemampuan individu untuk memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengendalikan desakan hati, menyesuaikan suasana hati, empati, dapat berkontribusi dan bekerja sama. Kedua kecerdasan tersebut penting dalam pembelajaran siswa, karena IQ tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa adanya partisipasi EQ terhadap pembelajaran yang diajarkan di sekolah. Selain dari saling melengkapi kedua intelegensi tersebut, salah satu kunci dari keberhasilan belajar adalah keseimbangan antara IQ dan EQ. Selain dari meningkatkan *rational intelligence* yaitu model pemahaman yang lazimnya dipahamai siswa saja, Pendidikan di sekolah juga perlu meningkatkan *emotional intelligence* siswa.

Perilaku remaja yang negatif seringkali disebabkan oleh memuncaknya emosi remaja tersebut. Masa remaja merupakan masa perubahan psikososial dan emosional serta perubahan fisik, oleh karena itu remaja mengalami gejala emosi yang disebabkan oleh tekanan dan ketegangan dalam mencapai kematangan emosi. Goleman (2002, hlm. 512) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan seseorang untuk mengelola kehidupan emosionalnya dengan cerdas (*to manage our emotional life with intelligence*), mampu menyesuaikan emosi dengan ekspresi dirinya (*the appropriateness of emotion an its expression*) yaitu dengan memiliki sebuah keterampilan pada diri, kesadaran, dan mampu mengendalikan diri.

Yusuf (2010, hlm. 13) dalam bukunya mengungkapkan bahwa;

“masa remaja merupakan puncak emosionalitas. Pada usia remaja awal, perkembangan emosinya menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif (kritis) yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial; emosinya sering bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung/marah, atau mudah sedih/murung).”

Salovey dan Mayer dalam (Goleman, 2005, hlm. 513) menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah “kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan diri sendiri terhadap orang lain serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.” Jika peserta didik sudah memahami kecerdasan emosi pada dirinya, akan mudah memosisikan diri dengan tepat, bisa mengatur kepuasan dengan suasana hati agar tidak berlebihan, dapat mengetahui perasaan sendiri dan mudah membangun hubungan positif dengan lingkungan sekitar.

Emosi bisa mengarah kepada hal positif dan negatif, oleh karena itu perlu seseorang memahami emosi dalam perkembangan kehidupannya. Nadhiroh, (2015) mengatakan dengan adanya emosi manusia dapat menjaga fisik dan psikis dalam dirinya untuk terlindung dari hal yang akan membahayakan. Ketika emosi tersebut terlalu berlebihan maka akan menimbulkan masalah yang bisa saja terjadi kepada dirinya dengan merasakan ketegangan yang kuat dan timbul amarah akibat emosi yang tidak dapat dikendalikan. Jika emosi manusia tidak stabil maka pada tubuh manusia akan terjadi hormonal yang tidak stabil sehingga dapat menyebabkan ketegangan pada psikis, terutama pada saat emosi negatif sedang naik.

Remaja dengan segala keunikannya sangat rentan menghadapi masalah, baik dari dalam diri maupun dari lingkungannya. Faktanya gangguan emosi berupa stres, kecemasan yang berlebihan, dan depresi dialami oleh individu yang tinggal di perkotaan maupun pedesaan. Riskesdas (2018) Riset dasar tentang kesehatan mengungkapkan bahwa 6% masyarakat Indonesia dengan usia diatas lima belas tahun mengalami gangguan emosional. Hasil riset tersebut sama dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosi siswa perlu ditingkatkan. Penelitian Utami (2020) Menunjukkan bahwa siswa dengan kecerdasan emosi yang rendah cenderung lebih mudah tersinggung, bersikap kasar kepada orang lain, memiliki rasa dendam yang berlebihan kepada orang lain, dan ditandai dengan tidak memikirkan konsekuensi sebelum bertindak. Selanjutnya Zahara (2017) menemukan bahwa peserta didik yang kecerdasan emosinya masih dalam kategori rendah, misalnya. Siswa marah hanya karena hal sepele dan persoalan kecil, sangat mudah untuk menangis jika ada masalah yang sedikit berat dari biasanya. Kemudian siswa mudah

sekali meluapkan dan mengekspresikan kegembiraan mereka mendapat nilai baik saat ujian dengan cara yang tidak disukai teman-teman yang lain. Misalnya berteriak hingga mengganggu orang-orang di sekitar. Beberapa hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa masih rendahnya kecerdasan emosi pada usia remaja.

Studi pendahuluan pada siswa di MAN 2 Kabupaten Bandung yang dalam hal ini dilakukan wawancara dengan guru BK pada tanggal 03 Agustus 2021 di kampus UPI Bandung. Guru BK mengatakan bahwa terdapat siswa yang mudah membantah dan menyinggung perasaan guru, tidak masuk kelas pada mata pelajaran tertentu, stres dengan tugas sekolah yang banyak, berteriak keras dan berkata kasar, tidak dapat fokus dengan apa yang sedang dikerjakan, cenderung memiliki perasaan egois.

Siswa cenderung belum bisa mengenali emosinya dengan baik, begitu juga dengan mengelola emosi, belum dapat melakukan motivasi pada diri sendiri, belum dapat mengenali emosi orang lain, dan membangun hubungan yang baik dengan orang lain. Oleh karena itu ditemukan gejala-gejala yang menunjukkan bahwa siswa membutuhkan suatu bimbingan yang dapat meningkatkan kecerdasan emosi mereka dalam mengelola emosi diri yang lebih baik.

Siswa yang dapat mengelola kecerdasan emosi yang stabil tidak terburu-buru dalam mengambil sebuah keputusan. Memungkinkan siswa untuk mengatasi situasi yang ada dalam diri mereka, seperti mampu mengatasi stres dan mengontrol keadaan emosi dengan lebih baik. Utami (2020) mengungkapkan siswa akan mudah memunculkan emosi negatif yang akan menghasilkan sikap temperamen, dan tidak menutup kemungkinan siswa yang mudah tersinggung akan berakhir menjadi pelaku kriminal. Oleh karena itu dengan memahami penyebab emosi negatif yang terjadi sejak awal adalah langkah untuk menghindari terjadinya masalah. Melatih siswa untuk mengubah hal yang negatif dengan membiasakan diri berpikir positif, secara tidak langsung siswa akan mendapatkan kepuasan secara emosional.

Plutchik (2001) mengatakan bahwa emosi bukan hanya keadaan emosional, tetapi serangkaian peristiwa yang kompleks yang membangkitkan emosi, berubah secara psikologis, dimulai dengan rangsangan yang mengarah pada perilaku untuk berorientasi. Emosi yang digambarkan oleh Plutchik dapat dikatakan sebagai

“adaptasi dasar yang dibutuhkan oleh semua organisme dalam perjuangan untuk bertahan hidup individual” (Plutchik, 1980). Dengan demikian pada remaja emosi terbentuk oleh peristiwa atau lingkungan yang memberikan stimulus serta meningkatkan perasaan dan mengarah pada tindakannya. Peserta didik dalam setiap tahapan perkembangan penting menyadari dan memahami kecerdasan emosinya.

Pentingnya peserta didik memiliki kecerdasan emosi seperti mengatasi kesedihan, ketakutan, dan menghadapi berbagai aspek emosinya disebut kecerdasan emosional. Orang yang cerdas secara emosional akan mengetahui perasaan temannya dan dapat mengontrol ketika mereka marah, sedih, kecewa dan bahagia. Selain daripada mampu mengelola emosinya, siswa yang cerdas emosinya juga dapat memahami situasi orang di sekitarnya. Siswa akan sangat mudah untuk merasakan kesedihan dan kecemasan yang dialami teman-temannya, sehingga tumbuh rasa empati yang dapat menghibur temannya, baik teman yang sering membuat marah, jengkel, maupun yang sering mengejek dirinya. Goleman (1995, hlm. 4) mengatakan emosi sangat penting dan berguna bagi manusia terutama pada saat mengambil keputusan dan tindakan, bahkan seringkali lebih penting daripada nalar. Bagaimanapun, ketika emosi yang berkuasa maka kecerdasan tidak akan berarti apa-apa.

Dengan demikian siswa di sekolah perlu mendapatkan bimbingan yang baik dalam masa perkembangannya. Kartadinata, (2007) Mengatakan bahwa siswa harus mendapatkan bimbingan berupa perkembangan yang optimal, membuat pilihan dalam mengambil keputusan dengan risiko yang telah dipikirkan. Guru bimbingan konseling berperan penting di sekolah, artinya bukan sebatas memberikan bantuan kepada siswa yang bermasalah, akan tetapi juga dapat memberikan bantuan untuk meningkatkan kualitas pribadi-sosial siswa dengan tujuan dapat berkembang secara optimal. Karena siswa adalah individu yang sedang berkembang dalam tahapan hidupnya, guru bimbingan dan konseling juga harus mampu memberikan layanan konseling yang memungkinkan siswa berhasil dalam perkembangan intelektual, emosional, pribadi dan spiritual.

Hal tersebut penting dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dengan alasan. Pertama ini penting dilakukan oleh Guru BK dengan beberapa alasan. Pertama, meningkatkan kecerdasan emosi siswa memerlukan sebuah metode dan strategi yang dapat meningkatkan kepribadian yang matang, cerdas dan menetap. Kedua, wali kelas dan guru mata pelajaran memberikan dinamika sosial yang dapat dijadikan sebagai persiapan yang akan dihadapi siswa dalam kehidupan sosial. Ketiga, jika hal ini tidak dilakukan, maka lembaga pendidikan tidak memiliki perhatian dan tindakan untuk memberikan pendidikan kecerdasan emosional kepada siswa sebagai bagian dari visi dan misi yang di embannya.

Berdasar pada fenomena, identifikasi masalah penelitian, dan hubungan antara variabel-variabel di atas. Peneliti terdorong untuk meneliti lebih lanjut tentang “Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022.”

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Remaja yang memiliki kecerdasan emosioal yang baik akan menjadikannya mampu menghadapi persoalan kehidupan. Najati (2005, hlm. 119) Mengatakan emosi negatif yang terlalu berlebihan, dapat mengakibatkan rusaknya kesehatan fisik dan mental manusia. Emosi memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia, dengan adanya emosi yang harus dipahami akan dapat membantu manusia untuk melindungi diri dan keberadaannya. Rasa takut, misalnya, sangat membantu karena mendorong manusia untuk melindungi diri dari berbagai hal berbahaya dan mengancam jiwa. Namun ketika perasaan takut menjadi begitu besar sehingga seseorang takut akan banyak hal yang sebenarnya tidak berbahaya baginya, maka perasaan takut itu menjadi berbahaya baginya. Individu yang mengalami rasa takut berlebihan merupakan sebuah tanda bahwa kepribadiannya tidak stabil, kecerdasan emosionalnya perlu dikembangkan secara terus menerus sehingga individu dapat bertahan menghadapi segala tantangan, tekanan, serta tuntutan yang akan muncul dalam setiap masa perkembangan.

Fakta empirik dan landasan teoretik yang telah diuraikan pada latar belakang penelitian, mengidentifikasi bahwa kecerdasan emosi sebagai kebutuhan yang penting

untuk dipahami siswa. Terutama yang memiliki kecerdasan emosi yang relatif rendah. Perlu ditingkatkan dengan hubungan personal yang harmonis dan menghindari konflik. Siswa merupakan individu yang sedang berkembang dan selalu mengalami perubahan, tentu siswa juga menginginkan dan membutuhkan ketenangan pikiran yang berasal dari ketergantungan emosional mereka pada orang tua dan orang dewasa di sekitarnya (Hurlock, 2013).

Adapun strategi yang akan dibuat untuk penelitian ini yaitu meningkatkan kecerdasan emosi siswa melalui bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dipilih sebagai layanan intervensi didasari oleh pendapat Rusmana (2009, hlm. 13). menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok yaitu suatu proses yang dilakukan dengan memberikan bantuan kepada individu dalam suasana dan dinamika kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman mereka untuk tujuan mengembangkan ide, sikap dan keterampilan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa penelitian menunjukkan bimbingan yang berbasis dinamika kelompok secara efektif berhasil dan dapat meningkatkan keterampilan pada siswa. (Steel, 2007).

Keberagaman model-model intervensi dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ialah sangat banyak, namun ada beberapa teknik yang dapat diberikan kepada siswa untuk meningkatkan kecerdasan emosi, maka dari itu perlu mengembangkan cara atau teknik dari bimbingan konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa disekolah, khususnya teknik yang mampu untuk meningkatkan kecerdasan emosi. Salah satu teknik bimbingan konseling yang dapat digunakan adalah teknik sosiodrama.

Menurut Winkel (2004, hlm. 270) Sosiodrama adalah satu teknik yang di dalamnya melakukan dengan cara mendramatisasi sebuah karakter, peran dari sebuah cerita yang berhubungan dengan sosial. Sosiodrama merupakan mensimulasikan drama berupa peristiwa yang terjadi saat pertemanan maupun lingkungan. Teknik sosiodrama bertujuan agar: a) siswa belajar menghayati sebuah peran dan belajar saling menghargai; b) belajar tentang tanggung jawab; c) siswa dapat belajar

membuat keputusan dengan waktu yang singkat dalam suasana kelompok; dan d) merangsang setiap anggota untuk berfikir dan mencari solusi dari masalah yang ada (Djamarah dan Zain 2010, hlm. 88). Selanjutnya hasil yang diharapkan dari penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama adalah kecerdasan emosi siswa dapat meningkat untuk menghadapi tantangan yang di alami selama masa perkembangannya.

Adapun dalam beberapa penelitian ini teknik sosiodrama efektif dilakukan. Nursafitri (2013) dengan judul penelitian “Teknik sosiodrama untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa dan komunikasi interpersonal siswa.” Selanjutnya Purba (2015) juga pernah melakukan penelitian dengan judul teknik sosiodrama untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa. Teknik sosiodrama juga pernah digunakan Elviana (2017) untuk membentuk sikap mandiri dan tanggung jawab pada proses pembelajaran Kewarganegaraan. Meskipun beberapa penelitian diatas dilakukan dalam situasi pembelajaran, namun dapat diasumsikan bahwa situasi tersebut tidak jauh berbeda dengan layanan bimbingan dan konseling.

Persoalan kecerdasan emosi yang dapat dilihat dari kemampuan mengatasi hambatan/ masalah/ situasi frustrasi secara positif memiliki keterkaitan dengan tujuan sosiodrama. Sehingga dengan bimbingan kelompok teknik sosiodrama akan membantu siswa melakukan dramatisasi tingkah laku dan penghayatan tentang peran yang menjadikannya mampu memahami emosi yang ada dalam dirinya. Dengan demikian peneliti mencoba untuk menerapkan teknik sosiodrama yang dijadikan intervensi untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

Berdasarkan pada identifikasi masalah penelitian, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “bagaimana sosiodrama digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa?”. Untuk mendapatkan jawaban atas pertanyaan tersebut, maka secara khusus dibagi menjadi tiga pertanyaan penelitian.

- 1.2.1 Bagaimana gambaran kecerdasan emosi siswa kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022 ?
- 1.2.2 Bagaimana penyusunan program bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022?
- 1.2.3 Bagaimana perbedaan rata-rata kecerdasan emosi siswa antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas X di MAN 2 Bandung Tahun Ajaran 2021/2022.

Secara khusus, tujuan dari penelitian ini unruk memperoleh data empirik mengenai kecerdasan emosi siswa:

- 1.3.1 Menganalisis profil kecerdasan emosi siswa kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022.
- 1.3.2 Mengembangkan program bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022.
- 1.3.3 Menganalisis perbedaan rata-rata kecerdasan emosi siswa antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022.

1.4 Manfaat/signifikansi Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan gambaran, informasi, dan masukan dalam ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling yang berkaitan dengan kecerdasan emosi siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini yang dapat diperoleh adalah:

1.4.2.1 Bagi guru bimbingan dan konseling, penelitian ini diharapkan dapat menemukan satu keyakinan dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa dengan teknik sosiodrama dan dapat diaplikasikan kepada para siswa yang memiliki kecerdasan emosi sedang dan rendah.

1.4.2.2 Bagi peserta didik, hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk belajar memahami emosi orang lain, dapat memberikan motivasi kepada diri sendiri, serta dapat membina hubungan yang baik dengan orang lain

1.4.2.3 Bagi peneliti selanjutnya, dapat meningkatkan dengan metode dan teknik lain yang lebih spesifik khususnya dalam meningkatkan kecerdasan emosi siswa.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Penyusunan tesis meliputi dari lima bagian yang dibuat untuk memberikan gambaran yang komprehensif dan memudahkan penulisan tesis. Adapun isi di dalamnya berupa rincian struktur organisasi tesis sebagai berikut:

Bab I pendahuluan yang menyajikan: latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis. Bab II mendeskripsikan konsep dasar Kecerdasan emosi yang meliputi: bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian. Bab III metode penelitian dan definisi operasional, instrument penelitian, prosedur penelitian dan teknik analisis data.

Bab IV berupa temuan dan pembahasan berupa: gambaran kecerdasan emosi siswa kelas X di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022. Rumusan program bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan

emosi siswa kelas X di MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022. Perbedaan rata-rata kecerdasan emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa kelas X MAN 2 Kabupaten Bandung Tahun Ajaran 2021/2022. Pada Bab V memaparkan kesimpulan dan rekomendasi penelitian.