

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan suatu masa dalam kehidupan yang ditandai dengan perubahan pesat dalam setiap aspek kehidupan. Salah satu aspek yang mengalami perubahan adalah aspek emosi. Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meningkat sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remajanya tidak meledak emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima (Hurlock, 1980:213). Emosi dasar yang berkaitan dengan kematangan emosi tersebut adalah marah.

Spielberger(1999) <http://www.apa.org/topics/anger/control.aspx/page2> menyatakan bahwa marah adalah “*An emotional state that varies in intensity from mild irritation to intense fury and rage*”. Kalimat tersebut diartikan sebagai pernyataan emosional yang intensitasnya beragam mulai dari perasaan terluka ringan, kegeraman hingga mengamuk. Pada masa ini kemampuan siswa dalam mengendalikan faktor penyebab marah perlu dimiliki oleh siswa agar siswa tumbuh menjadi pribadi yang matang secara emosi.

Beberapa fenomena menunjukkan ketidakmampuan remaja dalam mengendalikan marah, seperti kasus empat siswa SMAN 4 Tanjung Pinang yang menghina guru di situs jejaring sosial *facebook*, hal ini diakhiri dengan

pemecatan siswa dari sekolah bersangkutan. Guru yang dihina tidak memberikan maaf pada keempat siswa yang telah menghina melalui status dan komentar di *facebook* mereka.

Fenomena lain menceritakan seorang siswa remaja di Sumatra Selatan yang membunuh gurunya berawal dari teguran karena terlambat masuk kelas setelah jam istirahat (*Jawa Pos*, 5 September 2003). Seorang siswa sekolah menengah di Ambon membacok gurunya karena ditegur tidak membuat pekerjaan rumah mata pelajaran IPA. (*Jawa Pos*, 15 Februari 2005). seorang remaja di Surabaya yang nekat membunuh diri karena kesal sering dimarahi oleh keluarganya. Tindakan yang sama dilakukan oleh Eko Haryanto, remaja yang nekat membunuh diri karena malu tidak dapat membayar uang SPP menjelang ujian (*Kompas*, 5 Mei 2005). Malahan siswa SD kelas IV di Yogyakarta nekat gantung diri karena takut dimarahi guru karena tidak menggunakan seragam pramuka karena basah (*Jawa Pos*, 16 Desember 2005); dan siswa SD di Tegal berupaya bunuh diri karena merasa malu sebab menunggak uang sekolah.

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 11 Bandung, peneliti menemukan kasus mengenai perkelahian yang dilakukan oleh dua orang siswi kelas VIII. Dalam kasus tersebut, siswi C marah karena merasa pacarnya akan direbut oleh siswi D melalui situs jejaring sosial *facebook*. Siswi C menampar dan mencacimaki siswi D. siswi C tidak bisa mengendalikan marahnya dan cenderung melakukan tindakan agresif, tanpa memberikan kesempatan kepada siswi D untuk menjelaskan maksud dan

tujuannya. Sampai saat ini, siswi C belum mau memaafkan siswi D. fenomena lainnya memperlihatkan siswi berinisial F yang berubah sikapnya dari halus menjadi cepat marah, setelah ditelusuri ternyata perubahan sikapnya itu disebabkan oleh rencana orang tuanya yang akan bercerai. Fenomena-fenomena tersebut diatas menunjukkan terdapat faktor penyebab yang membuat siswa tidak mampu mengendalikan marahnya.

Ketidakmampuan dalam mengendalikan marah bisa disebabkan oleh beberapa faktor Menurut Purwanto dan Mulyono (2006: 18) faktor-faktor yang menyebabkan marah dibagi menjadi dua yaitu faktor fisik dan faktor psikis. Faktor fisik seperti kelelahan yang berlebihan., zat-zat tertentu yang dapat menyebabkan marah, Hormon kelamin. Sedangkan faktor Psikis ini erat kaitannya dengan kepribadian seseorang. Terutama sekali yang menyangkut apa yang disebut “konsep diri yang salah” yang menghasilkan pribadi yang tidak seimbang dan tidak matang.

Yulianti (2007:11) mengemukakan faktor marah terbagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti ; persepsi diri yang salah, Menilai fisiknya lebih tinggi dari kenyataan yang sebenarnya, frustrasi, fantasi pendorong kemarahan, pemikiran irasional. Faktor eksternal seperti ; keluarga, merupakan lingkungan yang sangat berpengaruh pada pembentukan diri remaja, lingkungan sekolah, sekolah dipercaya sebagai tempat kedua bagi remaja untuk menghabiskan waktunya.

Jika marah tidak bisa dikendalikan akan memberikan dampak yang negatif terhadap diri siswa. Sedangkan jika siswa mampu mengendalikan

marah akan memberikan dampak positif. Beberapa dampak marah dijelaskan oleh Wetrimudrison (2005:13) yaitu Menimbulkan kelelahan, cape, pegal pada bagian anggota badan, menimbulkan sakit hati dan semakin sakit hati, menimbulkan dendam, Ditakuti orang, bukan disegani / juga bukan dihormati dan masih banyak lagi dampak negatif dari ketidakmampuan dalam mengendalikan marah.

Selain dampak negatif, ada dampak positif dari marah yaitu : marah dapat menunjukkan pada remaja bahwa ada sesuatu masalah yang sedang timbul, marah biasanya adalah emosi kedua yang ditimbulkan oleh ketakutan. Marah dapat memotivasi remaja untuk memecahkan sesuatu yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam hidup dan membantu remaja untuk menghadapi masalah-masalah serta menanganinya dengan menggarisbawahi alasan kemarahan secara khusus.

Dalam membantu remaja untuk mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor marah perlu adanya upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah. Layanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu upaya yang dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan mengendalikan marah. Fenomena di atas menunjukkan bahwa permasalahan ketidakmampuan remaja dalam mengendalikan marah terjadi di lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah merupakan tempat yang paling penting bagi remaja dalam mengembangkan kemampuannya baik dari segi akademik maupun kepribadian remaja. Melalui layanan bimbingan dan konseling diharapkan lingkungan sekolah dapat memberikan keterampilan emosi kepada remaja

khususnya dalam mengendalikan perilaku marah agar lebih terarah dan tersalurkan dengan cara yang baik.

Kemampuan mengendalikan faktor marah perlu dimiliki remaja agar remaja tumbuh menjadi individu yang matang secara emosi ketika memasuki usia dewasa, dan tidak terjadi lagi tindakan-tindakan yang merugikan lingkungan disekitarnya hanya karena remaja tidak memiliki kemampuan mengendalikan marah yang terarah dan tepat sasaran.

Dari uraian di atas, maka masalah ini sangat penting untuk diteliti. Dengan demikian judul dari skripsi ini adalah **"Program Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengembangkan Kemampuan Siswa dalam Mengendalikan Faktor Penyebab Marah"**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Siswa Sekolah Menengah Pertama merupakan individu yang berada pada rentang usia remaja. Hurlock (1980:206) membagi masa remaja ke dalam dua masa, remaja awal (13-16 tahun) dan remaja akhir (16-18 tahun). Pada masa ini terjadi perkembangan pesat pada semua aspek kehidupan, salah satu aspek kehidupan yang berkembang adalah emosi. Hurlock (1980:212) menandai perkembangan ini sebagai masa ketegangan emosi yang meningkat akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Meningkatnya emosi terjadi karena remaja berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi yang baru. Remaja laki-laki atau perempuan dikatakan sudah mempunyai kematangan emosi bila 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.

Sebagian besar individu harus mengalami masa badai dan tekanan selama masa remaja. Gesell (Hurlock, 1980 : 213) mengemukakan remaja berusia empat belas tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung meledak.

Kenyataan tersebut senada dengan fenomena-fenomena yang telah dijelaskan pada latar belakang masalah. Banyaknya kasus ketidakmampuan mengendalikan marah di sekolah menuntut sebuah upaya untuk menekan bahkan menghilangkan fenomena ketidakmampuan siswa dalam mengendalikan marahnya.

Yulianti (2007:17) menjelaskan marah adalah emosi dasar yang dialami oleh semua manusia. Biasanya disebabkan oleh perasaan tidak senang yang terjadi karena merasa tersakiti, tidak dihargai, berbeda pandangan, atau ketika menghadapi halangan untuk mencapai tujuan.

Berdasarkan pendapat di atas, emosi marah mempunyai faktor-faktor pemicu. Dalam penelitian ini faktor-faktor penyebab marah merujuk pada pendapat dari Tucker-Ladd (<http://mentalhelp.net/psyhelp/chap7>) yang membedakan faktor penyebab marah sebagai berikut : (1) ego yang terluka, (2) fantasi permusuhan yang berulang-ulang, (3) frustrasi, (4) pola-pola pemikiran, (5) praktek-praktek pengasuhan anak, (6) perbedaan antar manusia, (7) rangsangan yang tak menyenangkan yang menumpuk, (8) kesia-siaan dan ketakberdayaan, dan (9) sikap kebudayaan.

Mampu atau tidaknya siswa mengendalikan marahnya tergantung dari cara siswa tersebut mengendalikan faktor-faktor marah diatas. Mengendalikan marah sangat penting karena akan memberikan dampak. Beberapa dampak marah dijelaskan oleh Soetedja (2004:6) menyebutkan dampak kemarahan bisa membekas pada orang yang terkena marah. Bentuknya dapat berupa dendam, dengki, dan pembalasan dalam bentuk perkataan dan tindakan yang serupa. Dampaknya juga dapat mengakibatkan buruknya hubungan dengan orang lain secara pribadi atau kelompok. Dampak lainnya berupa siksaan dalam rumah tangga, kekerasan di tempat kerja, amuk massa, perkelahian antar warga, perkelahian antar pelajar, perceraian bahkan kecanduan terhadap obat terlarang.

Bagi siswa ketidakmampuannya dalam mengendalikan marah ini akan berdampak seperti di jauhi teman, dimusuhi oleh teman, bahkan terisolir secara sosial. Oleh karena itu, upaya bantuan untuk mengendalikan marah ini mutlak diberikan. Mengendalikan marah berarti mencoba untuk mengembangkan kemampuan-kemampuan mengendalikan faktor penyebab marahnya.

### **C. Rumusan Masalah**

Berpijak pada identifikasi masalah di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran faktor penyebab marah siswa di SMPN 11 Bandung Tahun Pelajaran 2010/2011?

2. Bagaimana program bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam pengendalian faktor yang menyebabkan marah pada siswa SMPN 11 Bandung ?

#### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

##### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk merumuskan layanan bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor marah. Adapun secara khusus penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui:

1. Gambaran faktor penyebab marah siswa SMPN 11 Bandung Tahun Pelajaran 2010/2011.
2. Program bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kemampuan siswa untuk mengendalikan faktor penyebab marah di SMP Negeri 11 Bandung.

##### **2. Manfaat Penelitian**

Studi ini dapat memberikan manfaat diantara sebagai berikut :

1. Secara teoritis

Melalui hasil penelitian ini akan memberikan dukungan kepada pengembangan atau justifikasi terhadap teori yang telah ada dan juga dapat dijadikan dasar untuk merencanakan tindakan yang sesuai bagi guru pembimbing dalam mengembangkan program atau tindakan.

## 2. Secara praktis

Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan program kegiatan bimbingan khususnya pada pengembangan kegiatan di sekolah.

### **D. Asumsi Penelitian**

1. Masa remaja merupakan masa badai dan tekanan, masa yang ditandai dengan meningginya emosi (Hurlock, 1980:213).
2. Terdapat fenomena yang menjelaskan ketidakmampuan remaja dalam mengendalikan marah di sekolah.
3. Siswa yang tidak mampu mengendalikan marah akan tidak disukai teman, dijaui, dan bahkan tidak mempunyai teman sama sekali.
4. Melalui program yang sesuai, bimbingan dan konseling di sekolah mampu membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan mengendalikan faktor marah agar terhindar dari dampak negatif ketidakmampuan mengendalikan marah.

### **F. Metode Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang didesain untuk menjawab pertanyaan penelitian dengan menggunakan angka statistik. Pendekatan ini menuntut penggunaan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran hingga penampilan hasilnya. Demikian juga pemahaman akan

kesimpulan akan lebih baik apabila juga disertai tabel, grafik, bagan, gambar, dan tampilan lain.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Metode ini dipilih dengan maksud untuk menunjukkan gambaran atau mengukur kemampuan mengendalikan faktor marah siswa SMP serta upaya untuk mengembangkannya.

### **G. Lokasi dan Sampel Penelitian**

Penelitian dilakukan terhadap siswa kelas VII, VIII, dan IX SMPN 11 Bandung. Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 2006: 131). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified sample* karena siswa SMP terdiri dari kelas VII, VIII, dan IX dan masing-masing tingkat kelas harus diambil sebagai sampel.

Penentuan sampel dan populasi penelitian dengan pertimbangan asumsi sebagai berikut.

1. Terdapat fenomena pada siswa SMPN 11 Bandung yang menunjukkan ketidakmampuan siswa dalam mengendalikan marah yang disebabkan oleh faktor tertentu.
2. Belum adanya layanan bimbingan dan penelitian mengenai kemampuan mengendalikan faktor penyebab marah siswa khususnya dalam lingkungan sekolah.