

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan sosok yang sedang mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa, namun belum bisa diberikan tanggungjawab seperti orang dewasa. Perubahan pada remaja, biasanya berlangsung antara usia 12 atau 13 tahun dan berakhir tepat umur 19 tahun. Perubahan yang terjadi, ditandai dengan terjadinya perubahan fisik, kognitif dan psikologis. Perubahan psikologis pada remaja berkaitan dengan perubahan emosi, cara berpikir, dan menjadi lebih sensitif. Hal itu dapat memberi dampak terhadap hubungan dengan orang lain dimana remaja berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar yang mengakibatkan menjauhkan diri secara emosional dari orang tua.

Masa remaja merupakan saat-saat yang penuh tantangan baik bagi orang tua maupun remaja. Hal ini berkaitan dengan perilaku yang ditunjukkan misalnya lebih mudah dipengaruhi teman, perubahan fisik yang luar biasa, terlalu percaya diri, dan peningkatan emosi sehingga menjadi sulit menerima nasihat dan pengaruh baik dari orang tua. Aspek yang memberi pengaruh terhadap perkembangan remaja yaitu, fisik, emosi, kognisi, sosial, etika, dan kesadaran beragama.

Remaja biasanya mengalami perkembangan emosi lebih cepat, dikarenakan perubahan hormon, sehingga menjadi lebih sensitif dan sangat peduli terhadap lingkungan sekitar. Emosi remaja seringkali berubah-ubah karena alasan yang tidak jelas, dan hal tersebut dianggap sebagai suatu hal yang lumrah. Ketidakstabilan emosi

berkaitan erat dengan perubahan hormonal yang umum terjadi. Hal ini bisa ditunjukkan melalui sikap meluapkan emosi yang berlebihan saat bersedih, senang, dan marah. Remaja biasanya mudah dikuasai oleh emosi sehingga seringkali pikiran realistis diabaikan, sehingga kecerdasan emosi sangat dibutuhkan agar remaja mampu mengekspresikan dan mengendalikan emosi dengan baik.

Nisa dan Muhid (2022:2) menyatakan “kecerdasan emosional adalah keahlian dalam menempatkan serta mengendalikan perasaan secara tepat”. Kecerdasan emosional berhubungan dengan bagaimana memahami dan mengatur diri dan orang lain. Hal ini berkaitan dengan analisis kecerdasan emosional dari dua sudut pandang, yaitu: pertama, mengembangkan kesadaran diri, pengaturan diri, dan motivasi diri; kedua, memanfaatkan kecerdasan emosional dalam menjalin hubungan baik dengan orang lain lebih penting bagi kesuksesan hidup dibandingkan kecerdasan intelektual. Goleman (2016:44) berpendapat 80% kesuksesan disebabkan oleh kecerdasan emosional, sedangkan kecerdasan intelektual hanya menyumbang 20%. Kecerdasan emosional artinya mampu untuk memberi dorong diri, mengatasi rasa frustrasi, mengontrol suasana hati, tenggang rasa, dan kemampuan untuk bekerja sama.

Remaja yang kecerdasan emosi rendah, adalah mereka yang tidak dapat memberi dorong diri, mengatasi rasa frustrasi, mengontrol suasana hati, tenggang rasa, dan kemampuan untuk bekerja sama. Remaja dengan kecerdasan emosional rendah akan merasa sulit dalam menentukan batasan, gampang tersulut amarah, dan memaksakan kemauan diri kepada orang lain yang bisa berujung terjadinya konflik.

Kecerdasan emosional rendah juga terjadi kepada kelas IX C SMPK St. Yoseph

Naikoten II. Sesuai dengan temuan observasi yang peneliti lakukan selama Magang BK di sekolah, peneliti menemukan kebanyakan siswa kelas IX CSMPK St. Yoseph Naikoten II Kupang tidak saling menghargai antara sesama teman, sering ribut di kelas dan sering terjadi *bullying* secara verbal dengan berkedok gurauan.

Hasil observasi didukung pula dengan hasil analisis AKPD kelas IX CSMPK St. Yoseph Naikoten II Kupang. Dari 50 item angket, terdapat beberapa yang menjadi masalah yang dialami sebagian besar siswa kelas IX C SMPK St, Yoseph Naikoten II Kupang, salah satunya adalah butir angket nomor 9 yang berbunyi saya belum tahu cara mengendalikan emosi. Sebanyak 15 dari 21 siswa (71,43 %) belum tahu cara mengendalikan emosi.

Berkaitan dengan hasil pengamatan dan analisis AKPD, maka perlu dilakukan peningkatan kecerdasan emosional siswa kelas IX C SMPK St. Yoseph Naikoten II Kupang.

Upaya peningkatan kecerdasan emosional dapat dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok. Habsy (dalam Idamayanti dan Djanah, 2021:125) mengemukakan “bimbingan kelompok merupakan aktivitas yang dilakukan untuk memberikan data dan fakta untuk memberikan bantuan kepada anggota kelompok dalam hal pengambilan keputusan dan melakukan perencanaan secara tepat”. Bimbingan kelompok dapat menerapkan berbagai teknik, salah satunya adalah teknik *role playing*.

Taringan (Pepriyanti dkk, 2018: 88), mengemukakan “Teknik *role playing* merupakan teknik yang pelaksanaannya melalui pengembangan imajinasi individu

tentang suatu figur”. Teknik ini melibatkan perasaan dan pengamatan terhadap situasi masalah yang dihadapi. Siswa berupaya mengeksplorasi dan mendapatkan pengetahuan, baik tentang diri sendiri, individu lain, maupun lingkungan sosial melalui karakter yang telah dipilih.

Layanan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan teknik *role playing* bisa menjadi alternatif sebagai upaya peningkatan kecerdasan emosional. Teknik *role playing* dinilai sesuai untuk digunakan, karena dapat memfasilitasi dalam membangun keakraban dengan sesama, menumbuhkan komunikasi yang efektif, dan membantu individu mengalami perubahan tingkah laku yang yang diperlukan dalam mencapai hasil yang diinginkan, dalam hal ini meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Berkaitan dengan uraian latar belakang, peneliti merasa tertarik melaksanakan penelitian dengan judul efektivitas penerapan teknik *role playing* melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas IX C SMPK St. Yoseph Naikoten II tahun pelajaran 2023/2024.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian pada penelitian ini adalah apakah kecerdasan emosional siswa kelas IX C SMPK St. Yoseph Naikoten II Kupang tahun pelajaran 2023/2024 dapat ditingkatkan menggunakan teknik *role playing* diterapkan melalui bimbingan kelompok?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penggunaan Teknik *roleplaying* melalui bimbingan kelompok dapat membantu siswa kelas IX C SMPK St. Yoseph Naikoten II Kupang tahun ajaran 2023/2024 meningkatkan kecerdasan emosional.

D. Definisi Konseptual

Dalam penelitian, definisi konseptual dikembangkan untuk mencegah salah dalam penafsiran. Konsep yang disebutkan dalam judul penelitian harus diperjelas oleh peneliti. Konsep-konsep yang dimaksud adalah:

1. Teknik Role Playing

Syah (Riaty 2012:131) mengungkapkan teknik *role playing* merupakan salah satu upaya untuk memecahkan permasalahan, terkhususnya permasalahan yang berkaitan dengan hubungan dengan sesama dengan cara melakukan drama. Selanjutnya Idamayanti dan Djanah (2021:125) berpendapat “teknik *role playing* adalah teknik yang membantu individu memperoleh pemahan terhadap peran yang berbeda dalam lingkungan sekitar, dan bisa menempatkan diri sehingga dapat paham terhadap diri sendiri”

Berdasarkan pengertian dua ahli di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa teknik *role playing* merupakan upaya pemecahan masalah melalui peragaan dan pemahaman terhadap peran yang ada dalam lingkungan sosial sehingga individu mampu untuk memperoleh pemahaman terkait diri sendiri dan orang lain.

2. Bimbingan Kelompok

Gazda (Riaty, 2013:131) berpendapat, bimbingan kelompok adalah kegiatan memberikan penjelasan atau informasi kepada individu dalam suatu kelompok sebagai upaya dalam perencanaan dan pengambilan keputusan yang tepat. Sedangkan Tohirin (dalam Rahman, 2019:57) mengemukakan bimbingan kelompok adalah kegiatan dalam upaya memberikan bantuan kepada sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok, dan membicarakan topik umum yang sedang hangat untuk dibahas bersama.

Dari pengertian dua ahli di atas, disimpulkan bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi dan membahas topik-topik yang menjadi perhatian bersama anggota kelompok dalam upaya pengentasan masalah dan pengambilan keputusan yang tepat dengan memanfaatkan dinamika kelompok

3. Kecerdasan Emosional

Menurut Agustian (dalam Nisa dan Muhid, 2022:2), kecerdasan emosional adalah kesanggupan peka dan mengerti terhadap perasaan serta mampu untuk menerapkannya kepada diri sendiri maupun orang lain'. Sedangkan Stein dan Howard (Ulandari dan Juliawati, 2019:2) mendefinisikan "kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memberikan contoh kepada orang lain tentang bagaimana berhubungan dengan sesama, pemahaman diri dan pemahaman terhadap lingkungan sekitar".

Berdasarkan pada pengertian dua ahli di atas, dapat disimpulkan kecerdasan

emosional adalah keahlian dalam mengenali, mengolah serta mengungkapkan emosi atau perasaan kepada diri sendiri maupun kepada sesama dalam menuntun pikiran dan tindakan seseorang.

Siswa dengan kecerdasan emosi yang rendah sering kali mengalami kesulitan dalam penempatan diri, gampang tersulut amarah, memaksakan kehendak kepada orang lain sehingga menyebabkan terjadinya konflik. Hal itulah yang menjadi alasan peneliti melakukan penelitian tentang peningkatan kecerdasan emosional.

E. Manfaat Penelitian

1. Kepala Sekolah

Hasil penelitian dapat menjadi sumber masukan untuk kepala sekolah, sehingga dapat mengkoordinir serta mendukung seluruh kegiatan BK agar dapat terlaksana dengan baik dalam membantu siswa untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK dapat menggunakan hasil penelitian sebagai pedoman untuk membantu siswa dalam meningkatkan kecerdasan emosional menggunakan teknik *role playing* melalui bimbingan kelompok.

3. Siswa

Hasil penelitian ini dapat memberi bantuan kepada siswa dalam memahami manfaat dari kegiatan bimbingan kelompok dalam membantu mengembangkan kecerdasanemosional menggunakan teknik *role playing*.