

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Emosi diartikan sebagai suatu perasaan yang berkejang dan dapat merangsang pikiran untuk bertindak laku dan dapat berpengaruh terhadap perubahan perilaku seseorang. Melalui perubahan perilaku yang tampak pada individu, orang lain dapat mengetahui bahwa orang tersebut sedang mengalami emosi.

Chaplin (dalam Safaria, 2012:12) merumuskan “Emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku”.

Emosi merupakan warna efektif yang menyertai sikap keadaan atau perilaku individu. Warna efektif adalah perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi (menghayati) suatu situasi tertentu. Contohnya, gembira, bahagia, putus asa, terkejut, benci (tidak senang). (Syamsu Yusuf:2008, 115)

Keberhasilan dan kegagalan proses pembelajaran di kelas banyak ditentukan oleh aspek psikis maupun aspek fisik dari siswa sebagai subjek belajar. Salah satu aspek psikis yang turut berperan dalam keberhasilan pembelajaran adalah kemampuan siswa untuk memahami emosi.

Fudyartanta (2011:339) mengemukakan bahwa emosi adalah perasaan berkejang, seakan akan menggetarkan dan menggerakkan individu sehingga hal itu tampak dari luar. Emosi adalah perasaan intens yang ditunjukkan kepada seseorang atau sesuatu. Emosi juga merupakan salah satu bagian penting dari kehidupan manusia, karena melalui emosi individu dapat mengekspresikan perasaannya.

Emosi yang dialami dapat menguntungkan dapat pula merugikan aktivitas otak. Jika emosi dalam keadaan yang tenang maka aktivitas otak dapat berpikir yang positif untuk menghindari munculnya tindakan negatif. Supaya tidak merugikan aktivitas otak, maka emosi yang dialami seorang perlu dikelola, dikontrol dan dikendalikan.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Keberbakatan dan Olahraga Flobamorata diperoleh informasi bahwa siswa kelas X<sup>A</sup> cenderung menunjukkan perilaku seperti : rasa khawatir tidak bisa bangun pagi, khawatir tidak mampu hidup mandiri karena hampir semua siswa tinggal di asrama sekolah. Mereka juga memiliki kecemasan yang berlebihan dalam proses pembelajaran terhadap prestasi yang dapat mereka raih. Artinya siswa dapat mengelola, mengontrol, dan mengendalikan emosi agar tidak dapat berdampak negatif pada proses pembelajaran, maka dibutuhkan peran guru Bimbingan dan Konseling melalui program bimbingan pribadi.

Yusuf(2006:11) mengungkapkan bahwa bimbingan pribadi adalah suatu proses bimbingan bagi individu-individu dalam memecahkan masalah-masalah pribadi, seperti masalah hubungan dengan sesama individu, permasalahan perbedaan sifat, kemampuan, serta penyesuaian diri baik dalam lingkungan pendidikan maupun masyarakat sekitar serta penyelesaian konflik.

Bimbingan pribadi merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa agar dapat menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi. Dapat menyesuaikan diri secara baik, berperilaku yang baik dan wajar dalam pergaulan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Profil Emosi Siswa kelas X<sup>A</sup> SMAN Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kupang tahun pelajaran 2023/2024 dan Implikasinya bagi program bimbingan pribadi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah peneliti ini:

1. Bagaimana profil emosi siswa kelas X<sup>A</sup> SMAN Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kupang tahun pelajaran 2023/2024?
2. Apa implikasi profil emosi siswa kelas X<sup>A</sup> SMAN Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kupang tahun pelajaran 2023/2024 bagi program bimbingan pribadi?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui:

1. Profil emosi siswa kelas X<sup>A</sup> SMAN Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kupang tahun 2023/2024.
2. Implikasi profil emosi siswa kelas X<sup>A</sup> SMAN Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kupang tahun 2023/2024 bagi program bimbingan pribadi.

## **D. Definisi Konseptual**

Definisi konseptual sangat dibutuhkan dalam suatu penelitian agar penelitian dapat terarah dan sesuai dengan topik penelitian, sehingga menjadi jelas bagi pembaca tentang topik penelitian ini. Konsep penting yang tercakup dalam topik yaitu:

### **1. Emosi**

Menurut Goleman (2007:411) “Emosi adalah setiap kegiatan pergolakan pikiran, perasaan, napsu, dan keadaan mental yang hebat serta perasaan meluap-luap.”

Chaplin (dalam Safaria, 2012:12) merumuskan Emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan sikap perilaku.

Dari kedua pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu keadaan dimana terjadi pergolakan pikiran, perasaan dan keadaan mental yang hebat serta perasaan meluap-luap yang mengakibatkan perubahan-perubahan yang disadari baik perubahan sifat dan perubahan perilaku.

## 2. Implikasi bagi Program Bimbingan Pribadi

Menurut Islamy (2003:114), “Implikasi adalah segala sesuatu yang dihasilkan dengan adanya proses perumusan kebijakan”. Dengan kata lain implikasi adalah akibat-akibat dan konsekuensi-konsekuensi yang ditimbulkan dengan dilaksanakannya kebijakan atau kegiatan tertentu.

Winkel dan Hastuti (2012:127) mendefinisikan “Bimbingan pribadi sebagai jenis bimbingan untuk membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman, bertaqwa terhadap Tuhan yang Maha Esa, mandiri serta sehat jasmani”.

Selanjutnya menurut Tohirin (2013:121), “Bimbingan pribadi adalah jenis bimbingan yang membantu para siswa dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi”.

Dari pendapat kedua ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi adalah jenis bimbingan yang membantu para siswa untuk menemukan dan mengembangkan pribadi siswa agar dapat menghadapi dan memecahkan masalah-masalah yang terjadi.

Dalam kaitan dengan penelitian ini, yang dimaksudkan dengan implikasi bagi bimbingan pribadi adalah sumbangan dari hasil penelitian tentang profil emosi siswa kelas X<sup>A</sup> SMAN Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kupang tahun Pelajaran 2023/2024 bagi program bimbingan pribadi.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Kepala Sekolah**

Hasil penelitian ini sebagai bahan informasi bagi kepala sekolah selaku pemimpin sekaligus koordinator agar dapat mengkoordinir guru bimbingan dan konseling, dalam melaksanakan program bimbingan pribadi dengan baik, guna membantu siswa dalam mengatasi masalah emosi siswa.

### **2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam menyusun dan mengembangkan program bimbingan pribadi untuk membantu siswa khususnya siswa yang mengalami emosi.

### **3. Bagi Siswa**

Hasil penelitian ini sebagai bahan masukan bagi siswa agar dapat memanfaatkan program bimbingan pribadi yang ada di sekolah dalam upaya untuk mengetahui masalah emosi siswa.