

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Emosi muncul ketika individu mengalami perubahan yang dramatis atau tiba-tiba pada keadaan yang menimpa dirinya atau lingkungannya, baik positif maupun negatif. Emosi juga dapat muncul ketika ada perubahan dalam setiap peristiwa yang mempengaruhi individu. Anda dapat mengetahui bagaimana perasaan seseorang dengan kata-kata yang diungkapkan dengan segera, tetapi tidak dengan perubahan wajah, nada suara, atau perilakunya.

Pada usia dua tahun, anak sudah mulai dapat mengekspresikan emosi lain seperti marah, takut, iri, cemburu, sedih, gembira, dan cemas. Pada saat ini, kekayaan emosi anak-anak sama dengan orang dewasa. Namun, kemampuan anak untuk mengungkapkan perasaan tersebut sebenarnya berbeda dengan kemampuan orang dewasa. Anak akan cenderung bereaksi dalam sekejap sesuai dengan emosinya. Namun dalam proses perkembangannya, lingkungan dan lingkungan anak akan mengajarkan kepada anak cara mengontrol emosi agar dapat diekspresikan sesuai dengan harapan lingkungan.

Ekspresi emosi bersifat spontan dan seringkali sulit dikendalikan atau ditutupi. Ekspresi emosi tidak hanya diwariskan melalui genetika tetapi juga diperkaya dengan berbagai pengalaman dan hubungan dengan orang lain. Menundukkan pinggul saat marah, melompat kegirangan saat memenangkan permainan, adalah contoh emosi yang berupa perilaku yang diperoleh melalui pengalaman berinteraksi dengan orang lain. Gaya emosi seseorang seringkali terwujud dalam kenyataan termasuk ekspresi wajah, suara, sikap dan perilaku, serta ekspresi lain seperti depresi, kecemasan, kantuk dan sebagainya.

Perkembangan emosi yang baik pada individu memungkinkan orang tersebut untuk mengontrol emosinya. Mengelola emosi berarti menangani emosi agar dapat diekspresikan secara efektif. Dikatakan bahwa emosi terkendali dengan baik jika dapat menghibur diri saat merasa sedih, dapat melepaskan kecemasan, depresi atau kemarahan dan cepat bangun. Artinya, pengendalian emosi adalah kemampuan merasakan dan memahami kekuatan emosi yang

meliputi kemampuan memotivasi diri sendiri dan mengarahkan pikiran untuk mengambil keputusan yang terbaik.

Dalam praktik di sekolah, pengelolaan emosi yang baik akan memungkinkan siswa untuk mengendalikan emosinya, kemampuan mengendalikan impuls dan menunda kepuasan, mengendalikan situasi reaksi, serta mampu berempati dan bekerja sama dengan siswa lain. Di sisi lain, tanpa pengelolaan emosi yang baik, kemampuan siswa untuk memahami dan mengelola emosinya sendiri, mereka menghadapi berbagai masalah, termasuk tantangan kesuksesan akademik, dan peluang Menjalani hidup bahagia dan sukses lebih sulit karena membutuhkan prioritas. . kesal emosional.

Berdasarkan pre-test yang dilakukan pada tanggal 5-6 Februari 2020 di SMK Kartikatama 1 dengan 10 siswa, 8 diantaranya cenderung memiliki kontrol emosi yang rendah. Hal ini ditunjukkan dengan situasi siswa yang tidak dapat mengontrol amarahnya. Misalnya, ketika salah satu temannya menggodanya untuk tertawa, ternyata siswa itu tidak menganggapnya serius dan melawan. Ada juga siswa yang tiba-tiba menendang kaki atau memukul meja untuk mengungkapkan perasaannya, tanpa alasan. Situasi lainnya adalah ada siswa yang suka menyusahkan siswa lain dan suka membuat keributan di kelas. Namun, ada juga siswa yang pendiam dan cenderung kurang ramah.

Siswa tingkat SMK berada pada usia remaja. Pada masa ini, anak mulai memasuki masa transisi. Banyak perubahan yang dilakukan di dalamnya. Perubahan remaja juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Rasa ingin tahu yang besar dan pengaruh teman sebaya menjadi faktor utama saat ini. Jika saat ini anak tidak mendapat perhatian dari orang tua, tidak menutup kemungkinan anak terjerumus pada hal-hal yang salah seperti kenakalan remaja.

Proses pencapaian kedewasaan emosional bagi remaja mempengaruhi lingkungan sosial, dan dalam hal ini terutama di sekitar keluarga dan teman sebaya. Artinya, jika lingkungannya baik, maka yang muda akan bisa mencapai kedewasaan. Namun, jika pekerjaan mereka tidak mempersiapkan mereka dengan baik atau jika orang tua mereka tidak menunjukkan banyak minat dan cinta, kaum muda cenderung merasa cemas dan tertekan, dan mereka akan merasa tidak nyaman, tanah emosi.

Jika perasaan tidak nyaman secara emosional muncul, maka remaja akan bereaksi agresif atau defensif, hal ini dilakukan sebagai upaya untuk

melindungi kelemahannya. Reaksi defensif seringkali menyebabkan remaja menjadi pendiam dan menarik diri dari interaksi sosial. Meskipun reaksi agresif akan muncul dalam perilaku seperti kekerasan. Perilaku yang ditampilkan akan tergantung pada seberapa baik remaja mengelola emosinya.

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari ayah, ibu dan anak. Saat ini, banyak orang yang beranggapan bahwa peran ayah terfokus pada pembeli dan peran ibu sebagai pengasuh. Padahal peran ayah sebagai pengasuh juga sangat penting. Ayah seringkali menjadi orang yang memegang peranan penting dalam keluarga sebagai pemimpin, wali, guru bagi anak-anaknya dan memiliki tanggung jawab penuh atas segala kebutuhan anaknya baik dalam hal materi maupun dalam proses belajar mengajar. Seorang anak perlu mencintai ayahnya dan memiliki perkembangan yang baik.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat menjadi pembeda dalam perkembangan anak. Jelas bahwa ayah dapat memberikan waktu, dapat memberikan kesejahteraan finansial dan emosional kepada anak-anak, maka ayah harus terlibat aktif dalam mendukung anak-anak. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan tidak terbatas pada hubungannya dengan anak, tetapi meliputi keterlibatan ayah yang baik dalam komunikasi yang baik dan mendalam dengan anak, pengasuhan dan perkembangan anak serta kedekatan antara anak dengan ayah.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan merupakan partisipasi aktif yang meliputi fisik, emosional, dan intelektual dalam proses hubungan antara ayah dan anak yang berperan sebagai gift (memahami anak sebagai pribadi), protection (melindungi anak dari dan sumber resiko dan pertolongan). dalam pengambilan keputusan). kegiatan yang mempengaruhi kehidupan anak), lingkungan (melihat kebutuhan fisik anak), lembaga (kegiatan sosial seperti disiplin, pendidikan, dan pengasuhan) yang mewakili peran ayah sebagai penggerak pengasuhan anak dan perkembangan anak.

Dalam hal mengontrol emosi anak, keterlibatan ayah dalam membesarkan anak merupakan salah satu hal yang dapat membantu anak mengontrol emosinya. Anak-anak yang ayahnya terlibat dalam pengasuhan yang baik akan sabar, tahan terhadap stres dan lebih mudah beradaptasi dengan situasi baru. Sedangkan bagi ayah yang tidak terlibat penuh dalam membesarkan anak dapat mempengaruhi perkembangan emosi anak. Misalnya,

anak akan memiliki harga diri (self esteem) yang rendah ketika beranjak dewasa, perasaan marah (anger), malu (shame) karena tidak bisa melihat ayah dan ayah dari anak lain menunggu.

Pengaturan emosi ayah dalam berperilaku dan bertindak terhadap anak di lingkungan keluarga akan mempengaruhi kompetensi emosional anak. Bagaimana seorang ayah menangani amarah, amarah, kesedihan atau kecemasan ketika berhadapan dengan anak akan membekas dalam ingatan anak dan dijadikan acuan dalam mengelola emosinya. Jika ayah dapat menunjukkan contoh emosi positif, kemungkinan besar anak akan mampu mengelola emosi secara positif dan sebaliknya. Artinya, ayah sebagai orang tua berperan besar dalam pengaturan emosi anak. Menumbuhkan emosi yang hangat dan tepat akan mengembangkan karakter anak yang kuat dan mampu memahami serta mengontrol emosi sesuai dengan kondisi di lingkungannya.

Berdasarkan definisi dan latar belakang masalah tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan antara keterlibatan ayah dalam pola asuh dengan regulasi emosi siswa SMK Kartikatama 1 Metro”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan karakteristik masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan yang signifikan antara keterlibatan ayah dalam pola asuh dengan pengendalian emosi siswa di SMK Kartikatama 1 Metro?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan ayah dan pola asuh dengan pengendalian emosi siswa di SMK Kartikatama 1 Metro.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam menerapkan ilmu Bimbingan dan Konseling kepada guru dan pencari Bimbingan Konseling tentang keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan hubungannya dengan manajemen emosi.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Memperoleh informasi dan pengetahuan tentang hubungan antara keterlibatan ayah dengan pola asuh dan pengaturan emosi siswa sehingga dapat dijadikan dasar dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling kepada siswa dan untuk mengkoordinir pola asuh siswa khususnya ayah.

b. Bagi Peserta Didik

Membantu siswa memahami emosi mereka sendiri, mengelola emosi dan mengontrol keadaan emosi.

c. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan tentang keterlibatan ayah dalam parenting dan hubungannya dengan regulasi emosi.

E. Asumsi

Dalam penelitian ini dihipotesiskan bahwa keterlibatan ayah dalam pola asuh yang digunakannya akan membentuk regulasi emosi siswa. Bagaimana seorang ayah mengelola amarah, amarah, kesedihan atau kecemasannya ketika berhadapan dengan anak akan terpatrit dalam ingatan anak dan dijadikan acuan dalam mengendalikan emosinya. Penerimaan dan dukungan ayah dan metode pengasuhan memiliki hubungan dengan hak-hak anak. mengelola emosi dengan cara yang positif.

Ada dua faktor yang sangat mempengaruhi pengendalian emosi, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Masing-masing masih memiliki aspeknya sendiri. Namun karena keterbatasan waktu dan dana, peneliti memfokuskan pada faktor eksternal yaitu lingkungan pendidikan nonformal, yang dalam hal ini adalah keluarga, terutama pada keterlibatan ayah dan pengasuhan anak.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Proses penelitian ini meliputi:

1. Sifat penelitian : Penelitian Korelasi (hubungan)
2. Subyek Penelitian : Peserta didik SMK Kartikatama 1 Metro
3. Obyek Penelitian : Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan pengendalian emosi peserta didik.
4. Tempat Penelitian : SMK Kartikatama 1 Metro
5. Waktu Penelitian : Tahun Pelajaran 2021/2022