

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia diciptakan oleh Tuhan memiliki perasaan dan emosi. Emosi berguna untuk mengekspresikan perasaan yang dialami oleh manusia ketika ia merasa sedih, marah, gembira, suka, dan duka. Kadar emosi setiap individu berbeda-beda, ada yang emosinya berlebihan, sedang dan ada yang rendah. Semua itu, tergantung dari masing-masing individu dalam mengelola emosinya.

Emosi perlu untuk dikelola agar emosi yang terjadi pada diri kita tidak berlebihan sehingga dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Emosi yang terkendali dan dapat dikelola dengan baik akan mengarahkan pada suatu perbuatan dan tindakan yang positif. Sebaliknya, emosi yang berlebihan, dan tidak terkendali justru akan mengakibatkan dampak buruk bagi individu maupun orang lain. Emosi dapat disebabkan karena adanya faktor dari dalam diri individu dan dari luar individu.

Peserta didik merupakan individu yang sedang dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, baik dalam segi psikologis maupun nonpsikologis. Dari segi psikologis peserta didik yang lebih dikenal dengan masa remaja mengalami masa perubahan dan kondisi psikologisnya belum stabil. Terlebih lagi, masa remaja merupakan masa yang masih memiliki semangat luar biasa untuk menemukan jati dirinya. Terkait dengan hal tersebut, kondisi psikologis terutama dalam hal emosi masih sangat labil dan perlu mendapat perhatian khusus. Perasaan emosi dari individu yang sedang meluap-luap memerlukan suatu pengelolaan agar emosi yang sedang dialaminya dapat tersalurkan dengan baik.

Kemampuan mengelola emosi adalah suatu usaha untuk mengatur, menahan dan menekan reaksi dalam diri terhadap stimulus dari luar diri peserta didik. Artinya bahwa mengelola emosi merupakan upaya individu untuk mengarahkan gejala perasaannya kearah yang lebih positif. Individu yang dapat mengelola emosinya dengan baik dan mengarahkan emosinya kearah yang positif akan berdampak pada hasil yang positif, seperti prestasi belajar. emosi yang dikendalikan dengan baik juga dapat membantu peserta didik untuk

dapat menyelesaikan masalahnya secara mandiri. Sebaliknya, peserta didik yang kurang mengendalikan emosinya dan lebih mengarahkan ke perbuatan negatif, maka peserta didik tidak dapat menyelesaikan masalah bahkan akan semakin menambah masalah yang dihadapi.

Munculnya emosi pada setiap individu pasti disebabkan oleh banyak faktor. Faktor tersebut berasal dari dalam diri maupun dari luar diri peserta didik. Faktor yang berasal dari dalam diri misalnya faktor kesehatan dan kondisi mental dan psikologis peserta didik. Sedangkan yang berasal dari luar adalah faktor keluarga. Keluarga sebagai lingkungan primer tempat peserta didik berada akan sangat mempengaruhi kondisi emosi peserta didik.

Peserta didik yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga harmonis akan senantiasa memiliki kondisi psikologi yang baik daripada mereka yang dibesarkan dalam keluarga yang bermasalah. Keluarga yang mengalami broken home akan memberikan efek tekanan psikologis pada peserta didik sehingga peserta didik dapat stres, sedih berlebihan, marah, dan emosi lain yang selalu menyelimuti dirinya.

Sebagaimana hal ini terjadi pada peserta didik di SMA Negeri 1 Seputih Surabaya Berdasarkan hasil observasi peserta didik, wawancara dengan peserta didik dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah pada tanggal 29-31 Januari 2021 diperoleh hasil sebagai berikut:

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK terkait dengan kemampuan mengendalikan emosi peserta didik diperoleh informasi bahwa ada peserta didik yang sering murung, menjahui teman-temannya, dan menyendiri di pojok kelas. Setelah melakukan pendekatan, guru BK menanyai siswi tersebut. Menurut keterangan guru BK bahwa siswi tersebut sedang mengalami permasalahan dengan orang tuanya. Orang tuanya sering berkelahi di depan siswi tersebut, tidak jarang mereka melakukan aksi kekerasan seperti melempar barang-barang, berkata kotor, dan sebagainya. Peserta didik tersebut merasa malu karena ada sebagian teman-temannya yang mengetahui kondisinya tersebut. Ia lebih memilih untuk diam dan menjauhi temannya.

Berdasarkan masalah yang terjadi di atas bahwa semestinya pengendalian emosi tumbuh dan berkembang seiring dengan perkembangan diri peserta didik. Menurut Hurlock (2010: 56) bahwa “pengendalian emosi merupakan penekanan reaksi terhadap rangsangan yang menimbulkan reaksi. Semakin bertambah usia seseorang maka akan semakin baik pengendalian emosinya” Berdasarkan pendapat tersebut, maka seharusnya remaja di usia 14-16 tahun mulai belajar mengendalikan emosinya. Peserta didik harus dapat menahan segala reaksi yang ditimbulkan dari faktor luar misalnya ejekan temannya, terlalu senang sehingga emosi senang meluap-luap, dan perasaan sedih yang berlebihan. Ciri-ciri remaja yang dapat mengendalikan emosi yang dengan baik akan selalu dapat memotivasi dirinya untuk berbuat yang lebih baik. Hurlock (2010: 58) juga menjelaskan bahwa “ciri remaja yang dapat mengendalikan emosinya adalah dapat memotivasi diri, mampu menyelesaikan masalah sendiri, mampu menghadapi stres, dan mampu mengelola emosi.” Ciri-ciri tersebut akan nampak apabila peserta didik mengalami permasalahan.

Fakta dilapangan menunjukkan peserta didik belum memiliki pengelolaan emosi seperti yang terlihat pada ciri-cirinya yakni peserta didik masih belum mampu untuk menahan dan menyalurkan emosinya dengan baik. Hal ini tentunya membutuhkan orang lain untuk membantu meningkatkan pengelolaan emosinya. Guru Bimbingan dan konseling adalah guru yang bertugas dan diberi tanggung jawab untuk melakukan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Untuk membantu memberikan layanan kepada peserta didik, tentunya guru BK harus berperan aktif sehingga masalah peserta didik segera terentaskan.

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai pengelolaan emosi peserta didik yang orang tuanya broken home, sehingga peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Membantu Meningkatkan Mengelola Emosi Peserta Didik yang Orang Tuanya Broken Home di SMA Negeri 1 Seputih Surabaya”.

B. Fokus dan Tujuan Penelitian

1. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka penelitian ini difokuskan pada: “peran guru BK dalam mengelola emosi pada Peserta didik yang orangtuanya Broken Home”. Berdasarkan fokus masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian yaitu:

- a. Bagaimanakah kondisi emosi peserta didik setelah orangtuanya broken home?
- b. Bagaimana peran guru BK dalam membantu meningkatkan kemampuan mengelola emosi pada peserta didik yang orangtuanya broken home?

2. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui kondisi emosi peserta didik yang orangtuanya Broken Home
- b. Untuk mengetahui peran guru BK dalam membantu meningkatkan kemampuan mengelola emosi pada peserta didik yang orangtuanya broken home.

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMA Negeri 1 Seputih Surabaya. Adapun peneliti memilih lokasi penelitian karena terdapat remaja perempuan yang mengalami permasalahan dalam mengelola emosi ketika orangtuanya mengalami broken home. Melihat serta mempelajari situasi atau keadaan lingkungan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang masalah yang ditimbulkan akibat broken home.