BABI

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan, manusia pasti mengalami masa tumbuh dan berkembang, mulai dari bayi hingga dewasa. Pada proses menuju dewasa tersebut ada tahapan-tahapan dalam pertumbuhan dan perkembangan, salah satunya yaitu remaja. Menurut Santrock (2011: 402) masa remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa remaja terjadi perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan fisik, kognitif, sosioemosi, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan orangtua, teman sebaya. Tahap transisi yang dialami oleh remaja merupakan masa yang panjang untuk mengembangkan berbagai keterampilan untuk memikirkan masa depan, namun masa itu cenderung menimbulkan pertentangan yang berkaitan dengan kebimbangan dan ketergantungan. Bahkan sulit untuk merasakan kemampuan sepenuhnya dari diri sendiri untuk memenuhi kebutuhan jika masih tinggal dirumah atau mendapat bantuan keuangan dari orangtua (dalam Malik, 2016: 79).

Menurut Geldard dan Geldard (2010: 17) pada tahap perkembangan remaja dikarakterisasi oleh reaktivitas emosional dan intensitas respons emosional yang tinggi, hal ini yang menyulitkan anak muda mengontrol dan mengatur respons tingah laku mereka yang kadang menjadi sangat ekstrem. Masa ini juga mampu dikatakan sebagai masa yang labil. Remaja dengan rentan usia belasan tahun masih memiliki kewajiban untuk bersekolah. Sedangkan pada kegiatan

belajar di sekolah remaja dituntut untuk aktif untuk mengikuti kegiatan-kegiatan maupun pada kegiatan belajar mengajar sehingga mereka memiliki banyak kesempatan untuk bersama-sama dengan teman sebaya serta mempraktikkan nilai dan sikap yang dianut sebagaimana orang dewasa. Pada proses belajar mengajar, tentunya seorang remaja berada pada lingkungan sosial sehingga mereka terlibat langsung dalam interaksi sosial.

Melalui interaksi sosial tersebut timbul rasa suka, senang, bahagia, sedih, benci, maupun perasaan lain sehingga mampu membentuk pandangan, mewarnai perasaan, mengevaluasi, serta akan cenderung menentukan perilaku mereka terhadap teman sebaya, orang yang mereka hadapi, maupun dirinya sendiri. Kelabilan emosi pada interaksi sosial menjadikan mudah terpengaruh oleh perkataan-perkataan dari pihak lain sehingga menjadikan seseorang tersebut mudah tersinggung dan marah.

Sering kita jumpai kasus sesama siswa saling beradu fisik satu sama lain maupun antar kelompok dengan latar belakang masalah yang berbeda, baik itu laki-laki maupun perempuan. Hal ini dapat menunjukkan bahwa masih labilnya emosi para siswa ini. Perilaku yang seperti itu apabila dibiarkan akan menjadi sebuah kebiasaan yang buruk, perkembangan emosi yang tidak terkontrol mampu menjadikan remaja atau siswa bersikap temperamental.

Menurut Santrock (2011: 210) temperamen adalah suatu perilaku dan cara merespons yang sifatnya individual. Sikap temperamen mencakup cara bereaksi dan cara bergerak yang merupakan bagian dari kepribadian seseorang. Individu dengan temperamen tinggi memilki reaksi mudah tersinggung dan marah. Seperti

halnya siswa yang suka berkelahi sehingga melanggar aturan atau norma karena ia mudah tersinggung. Dengan kejadian tersebut maka siswa berhak mendapatkan penanganan konselor agar mampu mengubah sikap yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain. Sikap temperamental pada remaja atau siswa merupakan masalah yang mendasar, karena merugikan dirinya sendiri sehingga menjadikan kebiasaan hidup serta dapat berpengaruh bagi kekondusifan belajar apabila ia berada pada lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada siswa kelas X MIPA 5 SMA N 2 Bae Kudus yang dilaksanakan pada 16 Mei 2018 ditemukan beberapa siswa yang memiliki sikap temperamental. Sikap tersebut mampu terlihat dari interaksi dengan teman sebaya yang mudah tersinggung, mudah marah apabila suatu hal tidak terjadi sesuai dengan keinginannya, egois (mementingkan diri sendiri), mudah jengkel jika mendapat kritikan dan saran dari orang lain, keras kepala, dan suka mengatur kehendak orang lain. Hal yang seperti ini akan menghambat perkembangan siswa itu sendiri, karena pada dasarnya hidup bersama-sama atau dalam bermasyarakat harus mampu menghargai perasaan maupun pendapat orang lain. Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK pada 17 Mei 2018. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, didapatkan keterangan bahwa pada dasarnya emosi remaja memang mudah berubah-ubah sesuai dengan suasana hatinya, akan tetapi jika emosi tersebut berkaitan dengan marah dan siswa yang bersangkutan mudah marah dan tersinggung terhadap temannya, maka itu tidak baik karena dapat menghambat pergaulannya terhadap teman sebaya. Maka Apabila sikap temperamen di biarkan dan siswa tidak menyadari sikapnya maka semakin lama siswa lain akan merasa tidak nyaman dengan siswa yang memilki sikap temperamen tersebut, serta akan menjadikan kebiasaan hidup yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Oleh sebab itu, diharapkan peneliti mampu membantu siswa dalam mengatasi permasalahannya sehingga ia mampu mengaktualisasikan diri dengan baik.

Dari permasalahan yang telah diuraikan maka peneliti memberikan layanan konseling *Ratinonal Emotive Behavior Therapy* (REBT) kepada siswa yang memiiliki sikap temperamental. Menurut Komalasari, Wahyuni dan Karsih (2016:201) *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Peneliti meyakini dengan diberikannya layanan konseling *Ratinonal Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat membantu siswa dalam mengelola cara berpikir, mengelola emosional, serta perilaku siswa yang temperamental untuk mengubah cara berpikir yang irrasional terhadap dirinya sendiri berdasarkan tingkah lakunya bisa menjadi rasional.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti dan membahasnya yang dituangkan dengan judul: Penerapan Konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk Mengatasi Sikap Temperamental pada Siswa Kelas X MIPA 5 SMAN 2 Bae Kudus Tahun Ajaran 2017/2018.

1.2. Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1. Fokus Penelitian

Fokus penelitian yang dimaksud disini yaitu mengenai siswa yang memiliki sikap temperamental. Sikap temperamental apabila dibiarkan dan individu yang bersangkutan tidak mampu menyadari mengenai sikap tersebut, maka dalam pergaulan pun menjadi tidak nyaman. Karena individu mudah tersinggung, mudah marah apabila suatu hal tidak terjadi sesuai dengan keinginannya, egois (mementingkan diri sendiri), mudah jengkel jika mendapat kritikan dan saran dari orang lain, keras kepala, dan suka mengatur kehendak orang lain.

Dari penjelasan diatas, maka sebaiknya sikap temperamental segera mendapatkan bantuan dengan memanfaatkan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* agar individu yang bersangkutan mampu mengatasi permasalahannya dan menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih baik dan produktif, serta dapat mengaktualisasikan diri dengan optimal.

1.2.2. Lokus Penelitian

Lokus penelitian disini yang dimaksud ialah lokasi penelitian dilaksanakan. Penelitian ini dilakukan oleh peneliti di SMAN 2 Bae Kudus yang terletak di Jalan Kampus UMK, Gondangmanis, Bae, Kabupaten Kudus.

Penelitian di SMA N 2 Bae Kudus yang menjadi permasalahan dalam penelitian adalah siswa kelas X MIPA 5 yang memiliki sikap temperamental dengan menggunakan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy*.

1.3. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

- 1.2.1. Faktor-faktor apa yang menyebabkan timbulnya sikap temperamental pada siswa kelas X MIPA 5 SMAN 2 Bae Kudus Tahun Ajaran 2017/2018?
- 1.2.2. Bagaimana penerapan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam mengatasi sikap siswa yang temperamental?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

- 1.4.1. Untuk mengetahui faktor penyebab timbulnya sikap temperamental pada siswa kelas X MIPA 5 SMAN 2 Bae Kudus Tahun Ajaran 2017/2018.
- 1.4.2. Untuk membantu mengatasi sikap temperamental melalui penerapan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* pada siswa kelas X MIPA 5 SMAN 2 Bae Kudus Tahun Ajaran 2017/2018.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

1.5.1.1.Menambah khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling dengan ditemukannya hasil penelitian baru guna meningkatkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya mengenai masalah sikap temperamental siswa.

1.5.1.2.Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan bagi konselor, guru, maupun pihak yang terkait mengenai peranan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam mengatasi sikap siswa yang temperamental.

1.5.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat praktis sebagai berikut:

1.5.2.1.Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat menentukan kebijakan-kebijakan dalam rangka untuk mendukung dan meningkatkan mutu pendidikan serta pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah.

1.5.2.2.Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru pembimbing dapat memperoleh alternatif pemecahan masalah melalui layanan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT).

1.5.2.3. Bagi Wali Kelas

Wali kelas dapat Wali kelas dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai pegangan untuk mengidentifikasi dan memahami siswa yang memiliki sikap temperamental serta mampu menambah wawasan mengenai faktor-faktor penyebab siswa memiliki sikap temperamental.

1.5.2.4.Bagi Siswa

Siswa dapat memahami sikapnya dan akibat dari sikap temperamental yang dapat mengakibatkan hubungan sosial menjadi tidak baik.