

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keberhasilan siswa dalam mencapai potensi dirinya dengan optimal tidak hanya didapat dari pembelajaran di dalam kelas saja, namun keterampilan sosial dalam berinteraksi dengan teman-teman maupun tenaga pendidik di lingkungan sekolah juga sangat penting dalam menunjang keberhasilan siswa untuk mencapai potensi diri dengan optimal. Dalam kehidupan bersosialisasi di lingkungan sekolah siswa harus mampu menghadapi berbagai hal yang terjadi oleh lingkungannya baik dari teman sebaya maupun tenaga pendidik yang terdapat di sekolah tersebut, salah satu faktor penting sebagai penunjang keberhasilan siswa dalam keterampilan sosial untuk mencapai potensi diri di sekolah adalah faktor kecerdasan emosional.

Menurut Goleman (2015: 46), kecerdasan emosional menawarkan keunggulan tambahan dilingkungan. Orang yang secara emosional cakap atau yang mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi perasaan mereka sendiri dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan. Orang dengan keterampilan emosional yang berkembang baik kemungkinan besar akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan.

Goleman (2015: 58), menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan mengembangkan motivasi diri sendiri, kemampuan mengembangkan pengaturan diri, kemampuan mengembangkan empati dan kemampuan mengembangkan kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain.

Casmini (2007: 17), menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dirinya sendiri dan orang lain, membedakan satu emosi dengan yang lainnya dan menggunakan informasi tersebut untuk menuntun proses berpikir dan berperilaku seseorang.

Berdasarkan pendapat mengenai kecerdasan emosional diatas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu jenis kecerdasan yang bertujuan untuk memahami, mengenali, merasakan, mengelola serta memimpin motivasi diri sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial.

Berdasarkan pengamatan di lapangan yang dilakukan oleh peneliti pada praktik layanan bimbingan kelompok yang telah dilakukan peneliti dalam rangka pelaksanaan Pengenalan Praktik Lapangan (PLP) II pada tanggal 4 September 2019 di Kelas X MIPA 2 SMA Negeri 2 Rembang, diketahui bahwa siswa ATS, ARLZ, APA, CAR, DI, JDK dan KGK belum mampu mengatur dirinya, peserta didik memiliki kesadaran diri yang rendah, peserta didik memiliki motivasi diri yang rendah, peserta didik memiliki rasa empati yang rendah dan peserta didik memiliki keterampilan sosial yang rendah.

Berdasarkan pengamatan yang ditemukan tersebut, kemudian peneliti melakukan observasi dengan menggunakan skala penilaian kecerdasan emosional yang dilaksanakan peneliti pada Tanggal 2 Januari 2020 di Kelas X MIPA 2 SMA Negeri 2 Rembang, diperoleh tujuh anak yang memperoleh skor paling rendah yaitu ATS, ARLZ, APA, CAR, DI, JDK dan KGK dengan hasil skor rata-rata 37 dalam kategori Sangat Kurang (SK). Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat

kecerdasan emosional siswa sangat rendah, yaitu kesadaran siswa rendah, pengaturan diri siswa rendah, motivasi diri rendah, siswa tidak memiliki rasa empati yang baik dan kemampuan sosial yang rendah.

Hasil observasi yang diperoleh tersebut, didukung dengan pelaksanaan wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru BK pada Tanggal 2 Januari 2020, diperoleh hasil bahwa terdapat beberapa anak di Kelas X MIPA 2 yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Guru BK memberikan keterangan bahwa terdapat beberapa anak yang belum memiliki kesadaran diri yang baik, artinya siswa belum mampu mengenali dirinya serta mengetahui kebutuhan-kebutuhannya dengan baik. Siswa belum mampu mengatur dirinya dengan baik, perilaku tersebut ditunjukkan dengan sikap siswa yang belum mampu meredam amarahnya. Siswa memiliki motivasi diri yang rendah, hal tersebut terlihat saat mereka memiliki permasalahan mereka cenderung putus asa dan meninggalkan masalahnya. Siswa tidak memiliki rasa empati yang baik, artinya mereka akan mengungkapkan kekesalannya tanpa memikirkan perasaan teman-temannya. Siswa tidak memiliki keterampilan sosial yang baik, siswa belum mampu berbicara dengan sopan terhadap teman-temannya dan belum mampu berbicara dengan terbuka dengan lingkungannya.

Hal tersebut tidak dapat diabaikan begitu saja, karena jika tidak segera mendapat tindak lanjut maka hal tersebut dapat menghambat pencapaian potensi diri siswa. Maka dari itu perlu adanya tindak lanjut untuk mengatasi permasalahan tersebut, dalam penelitian ini peneliti akan melakukan upaya untuk meningkatkan

kecerdasan emosional pada siswa melalui layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama.

Romlah (2006: 3), menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan Kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.

Prayitno (2012: 149), menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan kepada sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kelompok. Bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi atau individu yang menjadi anggota kelompok, dalam bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok.

Berdasarkan pendapat ahli mengenai pengertian layanan bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan bantuan yang diberikan oleh seorang ahli atau konselor kepada sejumlah individu di dalam kelompok dengan menggunakan dinamika kelompok dengan tujuan untuk memberikan bimbingan kepada individu dalam mencegah terjadinya sebuah permasalahan agar individu dapat berkembang dengan optimal.

Corey (dalam Nindiati dan Sutarno, 2014: 6), menyatakan bahwa Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya dan menyatakan reaksi terhadap tekanan-tekanan dalam dirinya.

Romlah (2016: 107), menyatakan bahwa di dalam psikodrama klien memerankan situasi-situasi dramatis yang dialaminya pada waktu lalu, sekarang

dan yang siantisipasikan akan dialami pada waktu yang akan datang, dengan tujuan untuk memperoleh pengertian yang lebih mendalam mengenai dirinya dan melepaskan tekanan-tekanan yang dialaminya atau katarsis.

Berdasarkan pendapat mengenai psikodrama dapat disimpulkan bahwa psikodrama merupakan permainan peran yang dimainkan oleh individu dengan memerankan situasi-situasi dramatis yang dialaminya di masa lalu atau sekarang agar dapat memperoleh pengertian tentang dirinya dan melepaskan tekanan-tekanan yang dialaminya.

Sari (2017) dalam jurnal penelitiannya, Bimbingan Kelompok teknik Psikodrama merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilaksanakan dalam situasi kelompok dengan cara bermain peran untuk memperoleh pengertian lebih baik tentang diri individu agar nantinya individu tersebut dapat memahami kebutuhan-kebutuhannya sehingga dapat menyatakan reaksi yang terjadi pada diri individu.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas, Bimbingan Kelompok teknik Psikodrama merupakan salah satu layanan dengan teknik yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Karena karena melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama siswa akan lebih mendapatkan pengertian dan pemahaman tentang dirinya dan orang lain. Selain itu melalui teknik psikodrama siswa akan memainkan peran, dengan perainan peran tersebut, siswa akan lebih mengenali emosi-emosi yang ada pada dirinya dan lebih mampu mengendalikannya dengan baik serta dapat memahami emosi orang lain juga sehingga siswa akan lebih cerdas dalam mengungkapkan dan menanggapi emosi

orang lain. Adanya pemahaman akan dirinya maupun lingkungannya dengan baik, siswa akan dapat memahami dan memiliki kecerdasan emosional yang baik pada dirinya maupun lingkungannya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Ita Nur Octaviana (2019) Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus dengan Judul “Penerapan Bimbingan Kelompok teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa dalam Bergaul dengan Teman Sebaya pada Kelas XI IPS 3 SMA N 1 Mejobo”. Hasil penelitian pada pra siklus diperoleh hasil kecerdasan emosional siswa dengan teman sebaya sebanyak 40 dalam kategori sangat kurang. Hasil penelitian pada penelitian pra siklus diperoleh hasil rata-rata 47 dalam kategori sangat kurang. Pada siklus I pertemuan kedua diperoleh hasil rata-rata 59 dalam kategori kurang, kemudian pada siklus I pertemuan ketiga diperoleh hasil rata-rata sebanyak 72 dalam kategori kurang. Pada siklus II pertemuan pertama diperoleh hasil rata-rata sebanyak 82 dalam kategori baik, pada siklus II pertemuan kedua diperoleh hasil rata-rata sebanyak 91 dalam kategori baik, kemudian pada siklus II pertemuan ketiga diperoleh hasil rata-rata sebanyak 100 dalam kategori sangat baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian skripsi dengan judul “Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Layanan Bimbingan Kelompok teknik Psikodrama pada Siswa Kelas X MIPA 2 di SMA Negeri 2 Rembang Tahun Pelajaran 2019/2020”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana aktivitas peneliti dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas X MIPA 2 di SMA Negeri 2 Rembang?
2. Apakah kecerdasan emosional siswa dapat ditingkatkan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) ini adalah:

1. Mendiskripsikan aktivitas peneliti dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas X MIPA 2 di SMA Negeri 2 Rembang.
2. Memeperoleh peningkatan kecerdasan emosional melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama siswa kelas X MIPA 2 di SMA Negeri 2 Rembang.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini, yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai sumber informasi dalam menjawab permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam upaya meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui

layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama. Selain itu, penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan referensi membantu siswa dalam upaya meningkatkan kecerdasan emosional.

1.1.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat:

1.4.2.1 Siswa

Manfaat penelitian ini bagi siswa yaitu agar siswa dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan dapat menerapkannya dalam kehidupan pribadi maupun sosial setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

1.4.2.2 Guru BK

Dapat dijadikan bahan acuan bagi guru di sekolah dalam rangka meningkatkan kecerdasan emosional siswa yaitu dengan merencanakan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

1.4.2.3 Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk menentukan kebijakan yang mendukung pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah.

1.4.2.4 Peneliti

Dapat memberikan pengalaman dalam menegnali, memahami dan meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Selain itu penelitian ini juga dapat menjadi bahan informasi dan pengalaman dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

1.4.2.5 Peneliti Lain

Dapat menjadi rujukan, sumber informasi dan bahan referensi penelitian selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan dalam materi-materi yang lainnya untuk meningkatkan kualitas kegiatan belajar dan mengajar di sekolah.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai dengan judul penelitian ini yaitu “Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama pada Siswa Kelas X MIPA 2 di SMA Negeri 2 Rembang”, maka ruang lingkup penelitian ini adalah kecerdasan emosional siswa dan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama. Penelitian ini dilaksanakan di Kelas X MIPA 2 SMA Negeri 2 Rembang.

1.6 Definisi Operasional

Sehubungan dengan judul penelitian skripsi ini yaitu “Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama pada Siswa Kelas X MIPA 2 di SMA Negeri 2 Rembang”. Maka peneliti perlu memberikan gambaran tentang aktivitas penelitian yang akan dilaksanakan, sehingga perlu dijabarkan secara operasional yaitu sebagai berikut:

1.6.1 Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengenali dan mengendalikan perasaan diri sendiri maupun orang lain, memotivasi diri sendiri, mengelola diri sendiri dengan baik dalam berhubungan dengan orang lain.

Aspek-aspek kecerdasan emosional meliputi, kesadaran diri, pengetahuan diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Kelima aspek tersebut kemudian dijabarkan menjadi indikator keberhasilan kecerdasan emosional manusia. Berikut adalah indikator keberhasilan kecerdasan emosional:

1. Mampu mengenali emosi diri sendiri.
2. Mampu memahami emosi diri sendiri.
3. Mampu mengelola emosi diri sendiri.
4. Mampu mengungkapkan emosi dengan baik.
5. Mampu mengendalikan diri dan bersikap optimis.
6. Mampu berpikir positif dalam menghadapi permasalahan.
7. Mampu menghargai pendapat orang lain.
8. Mampu menghargai perasaan orang lain.
9. Mampu memelihara persahabatan dengan orang lain.
10. Terampil berkomunikasi dengan orang lain.

1.6.2 Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama

Bimbingan kelompok teknik psikodrama adalah proses pemberian bantuan dan informasi yang diberikan oleh konselor pada sekelompok orang yang disebut peserta layanan atau konseli melalui dinamika kelompok dengan mendramatisasikan suatu kondisi sosial yang mengandung suatu problem, guna untuk memperoleh pengertian yang mendalam mengenai konsep diri masing-masing individu, dapat menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan yang ada pada dirinya, dapat lebih mengenali dan mengungkapkan semua perasaan-

perasaanya sehingga seseorang dapat membentuk perilaku baru dan berguna bagi perkembangan dirinya secara pribadi maupun secara sosial di lingkungan sekolah.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama, terdapat 4 tahapan yang meliputi:

1. Tahap Pembentukan.
2. Tahap Peralihan.
3. Tahap Kegiatan dengan mengaplikasikan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok.
4. Tahap Pengakhiran.

