**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Manusia merupakan makhluk individu sekaligus juga makhluk sosial yang tidak bisa terlepas dari kepribadiannya sendiri dan juga tidak bisa mengabaikan lingkungan tempat ia tinggal. Berbagai hal manusia pelajari sepanjang rentang kehidupannya. Hal ini disebabkan pada sifat dasar manusia yang tidak pernah puas dengan kehidupannya sendiri. Berbagai pelajaran tersebut diperoleh melalui pengalaman pribadi maupun hasil interaksi dari orang lain. Tidak dapat dipungkiri bahwa kondisi lingkungan sangat mempengaruhi kondisi perkembangan kepribadian seseorang. Namun hal lain yang tidak bisa diabaikan adalah kemampuan diri dari masing-masing individu untuk melakukan kontrol akan setiap perilakunya sendiri.

Sekolah sebagai salah satu instansi pendidikan formal merupakan tempat siswa untuk memperoleh pengetahuan dan berbagai keterampilan sesuai dengan bakat dan minatnya yang nantinya dapat bermanfaat di kemudian hari khususnya dalam mencari atau menekuni suatu pekerjaan. Kegiatan pendidikan yang berlangsung dalam pendidikan formal pada hakikatnya diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan nasional seperti ditegaskan dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, (2009: 8) yaitu:

Untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

1

Pendukung utama bagi tercapainya tujuan pendidikan tersebut tentu saja dengan cara meningkatkan mutu pendidikan. Pendidikan yang bermutu dalam penyelenggarannya tidak cukup hanya dilakukan melalui transformasi ilmu pengetahuan dan teknologi, tetapi harus pula didukung oleh peningkatan pengembangan peserta didik untuk menolong diri sendiri dalam mengambil keputusan serta mengambil langkah yang tepat dalam menentukan solusi bagi setiap permasalahan yang dihadapinya.

Secara Tradisional masa remaja yang merupakan masa transisi bagi para peserta didik dianggap sebagai periode badai dan tekanan (*Strom and stress* ), suatu masa yang ditandai dengan ketegangan emosi yang tinggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Faktor lain yang menyebabkan meningginya emosi remaja karena adanya tekanan sosial menghadapi kondisi dan lingkungan yang baru, dan kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan dan lingkungan baru tersebut. Tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Namun sebagian besar remaja mengalami badai tersebut dengan ketidakstabilan emosi dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri. Meskipun remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampaknya irasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosi.

Menurut Gessel (Nurihsan dan Agustin, 2011:66)

Remaja empat belas tahun sering kali mudah amarah, mudah dirangsang dan emosinya cenderung meledak, tidak berusaha mengendalikan perasaanya. Sebaliknya remaja enam belas tahun cenderung mengatakan bahwa mereka tidak punya keprihatinan.

Tingkat perubahan dalam sikap dan prilaku pada masa remaja sejajar pada tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku juga berlangsung dengan pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan prilaku juga menurun.

Remaja sangat rentan sekali mengalami masalah psikososial, yakni masalah psikis atau kejiwaan yang timbul sebagai akibat terjadinya perubahan sosial. Namun melihat kondisi remaja saat ini, harapan remaja sebagai penerus bangsa yang menentukan kualitas negara di masa yang akan datang sepertinya bertolak belakang dengan kenyataan yang ada. Perilaku nakal dan menyimpang di kalangan remaja saat ini cenderung mencapai titik kritis. Telah banyak remaja yang terjerumus ke dalam kehidupan yang dapat merusak masa depan. Hal ini karena mereka semua memang sama-sama masih dalam masa mencari identitas. Kesalahan-kesalahan yang menimbulkan kekesalan lingkungan inilah yang sering disebut sebagai kenakalan remaja. Kenakalan remaja meliputi semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja. Perilaku tersebut akan merugikan dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya.

Banyak ahli yang mengungkapkan bahwa amarah adalah salah satu unsur yang paling menghancurkan dalam sifat dasar manusia. Dalam diri setiap orang kalau dibiarkan, amarah merupakan salah satu kekuatan penghancur besar yang akan melukai orang itu sendiri maupun orang-orang yang berhubungan dengannya.

Gie (Purwanto dan Mulyono, 2006 :40) menyatakan bahwa:

Amarah merupakan suatu reaksi emosional yang terbiaskan dalam kehidupan sehari-hari seseorang. Sesungguhnya ragam emosi yang yang kasar dapat disingkirkan atau sekurang-kurangnya dapat dikendalikan, sehingga tidak menimbulkan akibat atau bahya yang parah.

Amarah yang tidak terkendali disertai konfromitas dari teman sering memicu terjadi agresifitas khususnya di kalangan remaja pelajar .Agresifitas yang berasal dari kata agresif merupakan sifat atau bernafsu menyerang, cenderung ingin menyerang kepada sesuatu yang dipandang sebagai hal atau situasi yang mengancam dan menghalangi. Agresif sebenarnya merupakan prilaku sosial yang kompleks karena menyangkut aspek biologis sosial dan elemen kognisi. Hal ini sering acap kali ditemui khusunya dikalangan remaja.

Maraknya kekerasan yang terjadi di Indonesia menyebabkan mental penderitanya menjadi rusak, kekerasan saat ini tampaknya menjadi budaya di masyarakat. Hal itu merupakan dampak dari amarah yang tidak terkendali, sehingga kekerasan sepertinya menjadi jalan keluar untuk menyelesaikan konflik secara praktis.

Dampak dari amarah yang tidak terkendali itu menimbulkan berbagai akibat psikologis yang membahayakan, setelah sadar diri atau tenang kembali, biasanya seseorang yang penuh amarah akan dipenuhi rasa penyesalan terhadap perbuatannya yang tidak patut. Amarah yang menimbulkan sesuatu akibat yang gawat secara psikologis akan merusak ketenangan pikiran atau kedamaian batin seseorang, dengan sendirinya hal ini dapat menjadi penyakit stress yang berat serta tumbuhnya berbagai penyakit psikologis lainnya seperti insomnia atau psikosomatik. Amarah juga dapat pula menimbulkan kondisi psikologis yang merugikan, seperti sulitnya bagi seseorang yang amarah untuk berpikir dan tadabur (mengkaji) sulit untuk melakukan hubungan baik di antara sesamanya serta sulit untuk meminta maaf.

Melihat realita yang ada di tengah-tengah kita seperti itu, maka sangat diperlukan upaya-upaya mengendalikan atau mengurangi Amarah itu yang dapat menjadi malapetaka bagi kehidupan agar amarah itu dapat terkendali dengan baik. Dengan adanya permasalahan yang sering dialami siswa, maka sangat diperlukan upaya untuk mengatasinya.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka pelayanan guru pembimbing sangat diperlukan untuk mampu mengatasi masalah pengelolaan amarah siswa yang tentu saja berpengaruh dalam hubungan sosial siswa tersebut. Salah satu peran dari guru pembimbing adalah membantu individu agar dapat memecahkan masalahnya. Termasuk dalam membantu individu agar dapat memahami dirinya dan mengurangi amarahnya.

Penelitian tentang kemampuan mengurangi amarah siswa telah banyak dilakukan dan hasilnya menunjukkan bahwa banyak siswa yang memiliki kemampuan mengurangi amarah yang rendah. Dari hasil penelitian Rosdiana (2013) di SMAN 1 Marioriawa Kab.Soppeng menemukan bahwa 60% siswa memiliki kemampuan mengurangi amarah yang rendah. Hal tersebut ditandai dari banyaknya perilaku agresifitas siswa yang berakibat pada banyaknya tawuran yang terjadi antar siswa.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di SMKN 2 Enrekang pada tanggal 5 - 6 Juni 2015 dengan melakukan wawancara langsung dengan guru pembimbing serta melihat daftar-daftar masalah yang ada pada buku kasus sekolah, maka diperoleh informasi bahwa di kelas XI terdapat 43 siswa yang tercatat melakukan pelanggaran tata tertib berupa perkelahian antar siswa yang kerap terjadi dan meresahkan guru-guru maupun siswa lainnya. Jika kondisi di atas tidak segera ditangani maka dikhawatirkan akan timbul perilaku-perilaku menyimpang dari siswa sebagai akibat dari proses peluapan emosi negatif yang salah seperti berkelahi disekolah bahkan berimbas pada perilaku tawuran antar siswa.

Ada banyak cara yang dapat digunakan untuk mencegah terjadinya luapan amarah yang berlebihan. Salah satunya adalah dengan cara melakukan kontrol yang baik terhadap diri pribadi (*self control)*. Dalam hal ini siswa dituntut untuk mampu menyusun, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilakunya ke arah konsekuensi positif seperti menyibukkan diri dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

*Self Control* merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses yang terjadi dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi-kondisi yang terdapat pada lingkungan sekitar. Para ahli berpendapat bahwa *self control (*kontrol diri) dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif yang dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stressor-stressor lingkungan. Teknik ini biasanya diberikan dalam setting kelompok karena ada beberapa kegiatan yang melibatkan interaksi antara siswa dengan teman kelompoknya yang lain.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti akan mengadakan penelitian untuk mengatasi persoalan tersebut dengan judul penelitian “ Penerapan teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang”.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan tiga masalah pokok penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran pelaksanaan teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang?
2. Bagaimana tingkat kemampuan siswa dalam mengurangi amarah sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang?
3. Apakah penerapan teknik *self control* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang?
4. **Tujuan penelitian**

Sehubungan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan pelaksanaan penelitian ini, yaitu :

1. Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang.
2. Untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam mengurangi amarah sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang.
3. Untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa di SMKN 2 Enrekang.
4. **Manfaat hasil penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dan praktis, sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
2. Bagi akademisi dapat menjadi bahan informasi, masukan serta pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dalam upaya meningkatkan mutu mahasiswa dalam jurusan tersebut.
3. Bagi peneliti, menjadi bahan acuan atau referensi untuk mengkaji lebih dalam sejauh mana pengaruh penerapan teknik *self control* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan mengurangi amarah siswa
4. Manfaat Praktis
5. Bagi guru pembimbing (konselor sekolah), diharapkan menjadi masukan dalam menghadapi permasalahan siswa, terutama tentang peningkatan kemampuan untuk mengurangi amarah siswa di sekolah*.*
6. Bagi siswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai latihan untuk membantu dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi terutama yang berkaitan pengelolaan amarahnya sendiri.
7. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pelajaran atau rujukan kedepannya jika sudah terjun ke lapangan sebagai seorang pembimbing.