

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa pertumbuhan dimana remaja sudah mulai merasakan berbagai emosi yang kuat, dan seringkali sulit bagi mereka untuk mengontrol diri. Di Indonesia, remaja biasanya diartikan sebagai mereka yang bersekolah di SMP. Pada masa ini, remaja sering mengalami perasaan gembira, sedih, atau marah, dan sering merasa bingung tentang identitas mereka sendiri. Karena itu, banyak remaja yang belum memiliki keterampilan *self-control* yang cukup. *Self-control* dalam remaja dapat membantu remaja mendapat dorongan dari lingkungan sekitar yang bisa mempengaruhi tingkah laku mereka. (Chita, David & Pali dalam Arumsari, 2016:2).

Pada masa remaja, yang menjadi perhatian utama bagi orang tua dari berbagai latar belakang. Perhatian orang tua ini terjadi dikarenakan selama masa remaja individu merasakan perubahan pada diri individu begitu cepat, terutama pada aspek fisik, kognitif, dan psikomotorik, yang dapat mempengaruhi individu secara signifikan. Masa perubahan pada remaja ialah masa transisi di mana remaja berkembang dari masa kanak-kanak berubah ke arah yang dewasa. Istilah perubahan atau remaja sering diartikan sebagai masa di mana remaja belajar menjadi mandiri, menunjukkan ketertarikan pada seksual, refleksi untuk diri sendiri, lebih cenderung memperhatikan moral dan perilaku. Masa perubahan atau pertumbuhan pada remaja perempuan biasanya diantara usia 12 hingga 21 tahun. Untuk perubahan pada remaja laki laki biasanya umur 13 hingga 22 tahun.

Terdapat dua faktor utama yang memengaruhi *self-control* pada remaja. Faktor pertama adalah masalah eksternal, seperti perubahan lingkungan, sedangkan faktor kedua adalah masalah yang ada di remaja itu sendiri, termasuk didalamnya karakteristik remaja yang membuat mereka lebih labil dibandingkan tahap perkembangan lainnya. Remaja cenderung mengalami perkembangan emosi yang cukup sulit untuk remaja mengendalikannya, itu terjadi karena remaja mengalami puncak emosi dalam kehidupannya. Puncak emosi ini dapat

menyebabkan adanya berbagai masalah yang akan timbul dan tidak hanya itu akan tumbuh juga perilaku atau tingkah laku yang tidak pantas dan tidak terpuji. Seperti suka bolos sekolah, berpakaian tidak sopan, melawan orangtua, melawan guru, berkata kasar, berbohong dan masih banyak lagi perilaku akibat dari puncak emosi yang tidak bisa dikontrol. Di SMP Negeri 6 Singaraja, masih terdapat banyak siswa masih belum mampu mengontrol diri, terutama siswa kelas 7.

Hasil pengamatan yang sudah dilakukan penulis di kelas 7 terdapat banyak siswa yang *self-control* nya menengah. Mereka masih menganggap dirinya masih berada di lingkungan sekolah dasar dan kurang bisa mengendalikan diri. Seperti ada siswa yang datang terlambat ke sekolah, masih adanya bertengkar di sekolah, kurangnya kontrol emosi, masih adanya bullying, pacaran yang tidak sehat, memanggil nama orang tua di sekolah, malas mengerjakan PR, dan masih banyak lagi. Tidak hanya itu saja, beberapa siswa di sekolah terutama di kelas VII SMP, siswa masih banyak menganggap dirinya anak dan belum bisa mengendalikan diri. Karena mereka merasa seperti dilingkungan Sekolah Dasar. Mereka masih banyak melakukan perilaku yang kurang baik yang seharusnya tidak sempat mereka ketahui dan pahami atau tidak dilakukan. Seperti merokok, minum-minum, membentuk geng, meminta foto atau video 18+ ke pacar lalu menyebarkannya, berciuman di sekolah, memegang payudara temannya dan lain sebagainya.

Terdapat beberapa faktor yang bisa memunculkan masalah self-control menurut pendapat Gottfredson dan Hirsch (1990), Praptiani (2013). Apabila seseorang mempunyai tingkat self-control yang rendah, sehingga remaja akan kesulitan mengontrol emosinya, akibatnya dapat menimbulkan masalah. Remaja memiliki tingkat self-control yang kurang lebih mungkin untuk bertindak kriminal tanpa mempertimbangkan akibatnya. Penelitian yang sudah dilaksanakan oleh Vaughn (2008) menjelaskan bahwa rendahnya tingkat self-control dapat mempengaruhi aktivitas kriminal. Sehingga jika dibiarkan akan berdampak buruk bagi siswa. Mereka akan menjadi semakin banyak melakukan hal yang negatif, dan akan semakin nakal, dan tidak mampu mengendalikan diri. Jika dibiarkan, dalam jangka pendek siswa akan semakin melakukan hal tersebut dan semakin

parah. Karena siswa kelas 7 sudah tahu dan paham tentang seksualitas, sudah ada siswa yang berani melecehkan temannya, dan sudah paham betul kenalan remaja. Dalam jangka panjang, jika dibiarkan sendiri, siswa bisa membuat teman atau pacarnya hamil, siswa bisa terjerumus ke seks bebas, siswa bisa tertular HIV/AIDS, atau narkoba. Pelajar bisa saja ikut dalam pergaulan yang tidak benar, dan kenalan dengan remaja lainnya.

Upaya yang dilakukan sekolah dalam menanggulangi dan mengentaskan kenakalan remaja saat ini, serta ketidakmampuan siswa dalam mengontrol diri adalah dengan mensosialisasikan melalui anggota Polri dengan materi yang dibawa oleh kenalan remaja. Agar sekolah melaksanakan penyuluhan yaitu memahami dan memahami apa itu kenakalan remaja di sekolah, lingkungan sekitar, bahkan di lingkungan keluarga. Tidak hanya itu, upaya yang dilakukan sekolah ketika ada masalah seperti membolos, pelecehan seksual, dan lain sebagainya, guru BK sigap mengatasi masalah tersebut. Siswa telah diberikan bimbingan individu dan bimbingan kelompok. Namun menurut penulis, segala sesuatu yang dilakukan oleh pihak sekolah belum optimal untuk menangani dan menanggulangi kenakalan remaja di sekolah. Maka penulis mengusulkan pengembangan panduan bimbingan kelompok memakai teknik *homeroom* yang berguna untuk meningkatkan kontrol diri atau *self-control* pada siswa, karena penulis belum menemukan disekolah adanya layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *homeroom* guna meningkatkan *self-control* siswa.

Ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah yang ada pada remaja. Salah satu cara yang dapat mengatasi masalah pada remaja yaitu dengan meningkatkan kontrol diri remaja. Hal ini sependapat dengan pandangan Santrock (2011) yang mengatakan kalau perilaku tidak terpuji pada remaja disebabkan oleh kurangnya kemampuan *self-control* untuk mengatur tingkah laku mereka. *Self-control* merupakan kemampuan remaja untuk menyesuaikan perilaku mereka pada norma dan peraturan yang berada di lingkungan masyarakat. Selain itu, dalam membantu remaja untuk berpikir positif, menata diri leboh baik lagi, mengontrol emosi, yaitu dengan adanya *self-control* pada remaja. Kondisi kognitif remaja, sangatlah mempengaruhi remaja dalam mengendalikan diri sendiri.

Semakin baik kondisi kognitif remaja, akibatnya semakin baik pula remaja dalam mengendalikan dirinya sendiri. Di usia remaja 12 tahun sampai 15 tahun, remaja biasanya suka terikut-ikut kepada lingkungan sekitar, mudah terpengaruh, dan masih banyak lagi. Dimana mereka tidak hanya terbatas pada pengalaman nyata dan konkret sebagai dasar berpikir, juga dapat membayangkan situasi fiktif, kejadian hipotetis, dan kemungkinan. Oleh karena itu, Paduan bimbingan kelompok teknik *homeroom* bisa menjadi solusi guna meningkatkan kemampuan *self-control* siswa di SMP.

Mengapa penulis yakin melakukan teknik dan layanan tersebut, karena layanan bimbingan konseling dapat diberikan di lembaga pendidikan dan diterapkan dengan beraneka ragam metode yang tersedia dalam layanan arahan kelompok, salah satu metode dalam arahan kelompok adalah metode *homeroom*. Menurut penulis teknik ini cocok pada panduan bimbingan kelompok menggunakan teknik *homeroom* karena pada teknik *homeroom*, siswa jadi lebih bisa tenang dalam melakukan proses bimbingan kelompok. Dan layanan yang diberikan juga nyaman dan membuat siswa yang akan dilayani merasa nyaman dan tenang. Sehingga menurut penulis, dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik *homeroom*, bisa berhasil meningkatkan *self-control* siswa di SMP.

Smith menyatakan bahwa organisasi *homeroom* di sekolah sebagian besar bertujuan untuk memberikan arahan kepada siswa. Teknik *homeroom* merupakan salah satu metode yang paling sering dan selalu dipakai dalam pelaksanaan arahan kelompok di sekolah menengah. *Homeroom* dapat menjadi alat yang berguna untuk melaksanakan fungsi arahan kelompok (Reed, 1944). Dengan menggunakan teknik *homeroom*, siswa akan lebih mudah membuka diri dalam mengungkapkan masalah mereka. Pietrofera, dkk (dalam Romlah, 2006: 123) menyatakan bahwa teknik *homeroom* memiliki beberapa keunggulan, sebagai berikut:

Apabila pelaksanaan bimbingan kelompok memakai teknik *homeroom* disesuaikan dengan jenjang kelas siswa, maka kegiatan tersebut dapat mendukung peningkatan perkembangan siswa secara optimal.

1. Apabila peserta kegiatan bimbingan kelompok menggunakan teknik *homeroom* dipandu oleh konselor selama lebih dari satu tahun, maka proses belajar mengajar dan perkembangan siswa dapat terencana dengan baik.
2. Keterlibatan dalam kegiatan bimbingan kelompok menggunakan teknik *homeroom* yang berlangsung lama dapat membantu membangun kepercayaan antara peserta dan konselor.

Selain itu, Williamson (1939) menyatakan bahwa *homeroom* dapat berpotensi sebagai alat bimbingan kelompok yang berhasil. Dengan demikian, menurut pengarang, *homeroom* cocok untuk menaikkan *self-control* pada siswa di kelas VII SMP.

1.2 Identifikasi Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan diatas, maka penulis mengangkat identifikasi masalah pada penelitian ini ialah sebagai berikut :

- 1.2.1 Banyak siswa yang masih belum bisa mengontrol diri (*self-control*)
- 1.2.2 Banyak siswa suka kerap tidak hadir ke sekolah tanpa memberikan keterangan yang jelas.
- 1.2.3 Siswa masih banyak lebih suka melakukan hal yang tidak baik seperti meminum alkohol, merokok, bertengkar, membuat kelompok, dan lain sebagainya.
- 1.2.4 Adanya faktor faktor penyebab terjadinya siswa belum bisa mengontrol diri (*self-control*).
- 1.2.5 Perlunya buku panduan Bimbingan Kelompok bagi Guru BK untuk meingkatkan *self-control* siswa kelas VII SMP.

1.3 Pembatasan Masalah Penelitian

Dari hasil identifikasi masalah tersebut, penelitian yang dilakukan ini dibatasi hanya membahas masalah-masalah yang berkaitan dengan

“Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa”.

1.4 Rumusan Masalah

Dari pembatasan yang dipaparkan diatas, ditarik dan dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

- 1.4.1 Bagaimana *prototype* panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self control* siswa kelas VII SMP?
- 1.4.2 Bagaimana keberterimaan panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-control* siswa kelas VII SMP ?
- 1.4.3 Apakah panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* efektif untuk meningkatkan *self-control* siswa kelas VII SMP ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang sudah ditulis dan dijelaskan diatas, berikut merupakan tujuan dari penelitian ini ialah :

- 1.5.1 Untuk menyusun *prototype* panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-control* siswa kelas VII SMP.
- 1.5.2 Untuk mengetahui keberterimaan panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-control* pada siswa kelas VII SMP.
- 1.5.3 Untuk mengetahui keefektifan buku panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-control* siswa kelas VII SMP.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat pada peneltiian ini, dapat dijelaskan sebagai beriku:

1.6.1 Secara Teoritis

Sebagai bahan acuan bagi jurusan bimbingan dan konseling dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan *self-control* siswa.

1.6.2 Secara Teoritis

Sebagai pedoman bagi prodi bimbingan dan konseling dalam upaya meningkatkan pengetahuan, terutama pada aspek bimbingan dan konseling yang masih berkesinambungan atau berkaitan dengan *self-control* siswa.

1.6.3 Secara Praktis

1.6.3.1 Bagi Sekolah

Penulis berharap peneltian yang dilakukan ini bisa menjadi referensi bagi pihak sekolah guna membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan dan meningkatkan kemampuan *self-control* pada siswa kelas VII SMP.

1.6.3.2 Bagi Konselor

Sebagai bahan pertimbangan untuk pelaksanaan bimbingan dan konseling (Konselor/BK) dalam meningkatkan mutu BK di masa depan, ini adalah materi yang relevan.

1.6.3.3 Bagi Peneliti

1.6.3.3.1 Menyediakan data dan referensi yang berguna untuk penelitian di masa depan, merupakan tujuan dari penelitian yang dilakukan ini.

1.6.3.3.2 Sebagai upaya untuk melatih kemampuan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.