

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Menurut WHO remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu secara fisik maupun mental (Diananda Amita, 2018).

Menurut Paramitasari dan Alfian (2012), masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang dapat ditandai dengan perubahan fisik, sosial dan emosional. Batasan pada usia remaja adalah usia 12-21 tahun, sedangkan Batasan remaja akhir adalah usia 17-21 tahun ditopang oleh sikap mental kreatif, inovatif, profesional, bertanggung jawab serta berani menanggung resiko dalam mengelola potensi diri dan lingkungannya sebagai bekal untuk peningkatan kualitas hidupnya.

Perubahan dalam pemrosesan informasi dimasa remaja terutama mencerminkan meningkatnya fungsi eksekutif yang mencakup berkembangnya kemampuan dalam mengambil keputusan secara kompeten tidak berarti mereka pada kenyataan mampu berbuat demikian dalam kehidupan sehari-hari, dimana pengakaman yang luas pun ikut berperan. Meningkatnya kecepatan dalam memproses, otomatisasi dan kapasitas maupun bertambahnya isi dan jangkauan pengetahuan serta spontanitas dalam penggunaan strategi, memungkinkan kemampuan berpikir

kritis pada remana meningkat (Santrock, 2017).

Pendidikan merupakan salah satu cara individu menyesuaikan diri selama periode penyesuaian diri, ada masa dimana individu tidak begitu saja dilepaskan dari pengaruh luar, sehingga dibentuklah usaha dalam cara mengatur pengaruh luar itu sebaik-baiknya, disesuaikan dengan sifat-sifat kodrat anak didik yang dikenal dengan nama sekolah. Sedangkan selama hidup manusia dihadapkan dengan proses penyesuaian diri terhadap keadaan baru, perubahan suasana dan kebutuhan baru. Pengalaman-pengalaman pahit dan manis menjadi suatu pelajaran bagi usaha penyesuaian diri secara layak dan sehat. Pendidik berkewajiban melatih anak didik menyadari kemampuannya, mengadakan penyesuaian diri terhadap pengaruh dan tuntutan dari luar melalui cara yang benar agar dapat hidup dengan harmonis (Andiyani, 2016).

Siswa dituntut untuk segera menyesuaikan diri dengan lingkungan, tugas-tugas sekolah, menunjukkan perhatian lebih akan prestasi, mampu bertahan dan mengembangkan kemampuan diri. Pada realitanya tidak semua siswa mampu melewati proses tersebut dibutuhkan perjuangan keras yang menuntut siswa untuk percaya dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mampu menunjukkan kepribadian yang mandiri. Dengan adanya situasi ini siswa diharapkan dapat beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan dan keadaan yang baru. Bagi sebagian siswa tidak mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru. Menurut Schneiders (dalam Sukarasi, 2017) siswa yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan baik disekolah akan menunjukkan sikap tidak tertarik pada sekolah, bolos sekolah, memiliki hubungan yang kurang baik dengan guru dan teman sekelas, serta kurang menaati peraturan sekolah.

Penyesuaian yang harus dibuat oleh remaja yang berhubungan

dengan kehidupan sosial atau dalam kehidupan masyarakat sekolah salah satunya berupa penerimaan dan penolakan dalam masyarakat. Hal-hal yang menyebabkan remaja dapat diterima adalah jika remaja tersebut aktif, menaati peraturan, memiliki kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri yang positif, hal ini sesuai dengan tugas perkembangan pada masa remaja yaitu bertingkah laku yang dapat diterima oleh masyarakat (Fatimah, 2008).

Hal ini kemudian menimbulkan berbagai hambatan dalam penyesuaian diri serta sosialisasi dengan lingkungan baru. Seperti kesulitan dalam memilih teman baru dan penyesuaian lingkungan belajar yang berbeda pada saat di sekolah menengah pertama baik dalam cara belajar maupun interaksi dan kegiatan (Santrock, 2002). Kemampuan penyesuaian diri merupakan hal yang dibutuhkan setiap individu karena penyesuaian diri terjadi kapan saja saat dihadapkan pada kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respon.

Penyesuaian diri yang sering dialami siswa adalah penyesuaian diri rendah misalnya merasa rendah diri, tertutup, pendiam dan menarik diri dari pergaulan. Masalah ini perlu mendapatkan perhatian dan penanganan yang lebih mendalam dari berbagai pihak, agar dapat teratasi secara lebih baik, karena dengan penyesuaian diri yang tinggi siswa akan lebih baik dan bisa menjalin hubungan dengan lingkungannya (Rahmi, 2015).

Menurut Desmita (2014), penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melihat semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari lingkungan individu itu sendiri. Penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya (Fatimah, 2008).

Penting bagi individu untuk melakukan penyesuaian diri dengan baik di lingkungan, salah satunya adalah lingkungan sekolah (Fatimah, 2008). Adapun kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggungjawab dan mengabaikan pelajaran, sikap agresif dan tidak yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal serta perasaan menyerah (Hurlock, 2006).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hasmayani (2014), penyesuaian diri yang mengalami hambatan akan mengganggu seseorang dalam berperan, serta berfungsi dalam kelompoknya sedangkan penyesuaian diri yang baik akan membuat individu menjadi selaras didalam hidupnya ditengah-tengah orang lain. Hal tersebut selaras dengan penelitian Ernawati (2017) siswa yang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri disekolah dengan baik dapat melakukan komunikasi dengan baik terhadap guru, karyawan, teman sebaya bahkan kakak kelas sedangkan siswa yang memiliki penyesuaian diri rendah akan ragu-ragu atau terhambat dalam berkomunikasi dengan guru dan teman-teman sebaya. Berdasarkan penelitian Kusdianto & Halimah menyimpulkan bahwa sebanyak 85 siswa (47,5%) memiliki penyesuaian yang baik dan sebanyak 95 siswa (52,5%) tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik.

Individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam melakukan penyesuaian diri, sehingga hal tersebut menyebabkan berbeda pula keberhasilan individu dalam menyesuaikan dirinya. Salah satu faktor yang diduga terkait dengan tinggi rendahnya penyesuaian pada individu adalah kecerdasan emosional, individu yang cerdas secara emosi diantaranya akan sadar tentang keadaan dirinya dan akan memiliki keterampilan sosial, dengan bekal kemampuan

tersebut akan memudahkan dirinya untuk melakukan penyesuaian diri. Salah satu aspek kecerdasan emosional adalah keterampilan sosial yang memungkinkan individu untuk mampu memahami orang lain dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Pendapat tersebut mengartikan bahwa dengan memiliki kecerdasan emosional individu akan dapat menerima dan mengerti lingkungannya, sehingga proses penyesuaian diri akan lebih mudah terlaksana.

Kecerdasan emosional tidak diragukan lagi, karena berkembang bersamaan sejarah manusia itu sendiri yang berupa kebutuhan untuk mengatasi, beradaptasi dan bergaul dengan manusia lain yang artinya penting bagi kelangsungan hidup. Untuk dapat mengatasi berbagai macam masalah dan aneka tantangan hidup yang merupakan kunci sukses, individu perlu memiliki kecerdasan emosional. Individu yang memiliki kecerdasan emosional mampu mengenali, mengelola dan mengontrol emosi agar mampu merespon secara positif dan adaptif terhadap setiap kondisi yang merangsang munculnya emosi – emosi tersebut, serta dapat menyadari dan memahami apa yang sedang terjadi di dalam lingkungannya sehingga mampu bertindak dan bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungannya. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional memiliki kemampuan untuk mengenali emosi diri, dapat mengelola emosi, dapat memotivasi diri sendiri, dapat menempatkan diri pada orang lain dan memiliki kemampuan dalam membina hubungan dengan orang lain. Dengan kemampuan – kemampuan itu siswa akan bisa bertindak lebih bijak dalam menghadapi perbedaan – perbedaan yang terjadi sehingga siswa dengan mudah menyesuaikan dirinya dengan orang lain ataupun lingkungan tempat siswa berada.

Salah satu permasalahan yang ada di dalam sekolah SMK Mandalahayu 1 Bekasi adalah siswa kelas X masih memiliki emosi yang labil sehingga hal ini dapat mengakibatkan terjadinya perubahan perilaku di dalam dirinya, yakni tidak dapat mengendalikan dirinya sendiri, merasa tidak mampu, menimbulkan perilaku yang menyimpang. Hal ini tentunya akan berdampak dengan penyesuaian diri dan dapat menimbulkan perilaku yang menyimpang. Penyesuaian diri yang menyimpang merupakan suatu proses dalam memenuhi kebutuhan atau suatu cara untuk memecahkan suatu masalah dengan cara yang tidak baik dan tentunya bertentangan dengan aturan atau nilai-nilai yang ada di masyarakat.

Pada permasalahan ini, guru Bimbingan Konseling (BK) memiliki peran penting untuk mengawasi, mengarahkan dan memahami siswa dengan cara memberikan bantuan berupa layanan bimbingan dan konseling didalam ranah pendidikan. Karena bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu peserta didik agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangannya yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar dan karir.

Dalam penelitian ini penulis lebih memfokuskan kepada lingkungan sekolah. Subjek dalam riset ini adalah siswa SMK kelas X yang baru masuk di lingkungan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Siswa SMK Mandalahayu 1 Bekasi yang menjadi siswa baru maka harus melakukan penyesuaian terhadap lingkungan sekolah barunya, salah satunya dengan menaati peraturan yang sudah dirancang untuk dilaksanakan oleh siswa yaitu program pendidikan karakter dan menerapkan budaya industri selama di sekolah, sehingga setelah lulus dari sekolah siswa sudah terbiasa dengan peraturan yang telah di terapkan di dunia industri saat bekerja. Beberapa peraturan sekolah tidak selamanya siswa mampu

melakukan dan menaatinya. Hal tersebut yang membuat perasaan takut, cemas dan tertekan sehingga ada beberapa siswa yang pindah sekolah bahkan mengeluarkan diri dari sekolah.

Pada penelitian ini, hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa siswa kelas X, siswa mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dikarenakan masuk sekolah tersebut atas kaingin dari orang tuanya bukan dari keinginan diri sendiri. Sulitnya mata pelajaran produktif membuat siswa kurang percaya diri akan potensi yang siswa miliki dan mereka lebih sering datang terlambat atau bolos sekolah untuk menghindari pelajaran yang mereka tidak sukai. Lalu beberapa siswa lebih cenderung memilih tempat duduk di belakang karena untuk mneghindari pertanyaan-pertanyaan dari guru selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Permasalahan sosial yang dimiliki siswa, mereka lebih memilih berteman dengan teman sebangku atau teman yang berasal dari sekolah menengah pertama yang sama. Siswa yang memiliki masalah sosial lebih memilih sendiri dalam melakukan tugasnya, bermain dan sepulang sekolah mereka langsung pulang seorang diri. Selain itu, Nampak bahwa Sebagian siswa tidak aktif mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada disekolah karena merasa tidak mampu. Beberapa siswa mengatakan bahwa dirinya dan teman-teman malas mengikuti setiap kegiatan yang ada disekolah karena merasa tidak mampu dan takut gagal yang kemudian ditertawakan oleh teman-teman lainnya.

Hasil wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) yang khusus menangani siswa kelas X. Masalah penyesuaian diri yang paling banyak terjadi, dibandingkan permasalahan lainnya. Beberapa siswa tidak mengikuti kegiatan disekolah seperti Ekstrakurikuler dengan alasan tidak tertarik dan merasa ekstrakurikuler tersebut sulit untuk diikuti. Adapun beberapa indicator permasalahan penyesuaian diri pada siswa tercermin dari

beberapa perilaku seperti seringnya menyendiri di sekolah dan menarik diri dari pergaulan, minder dengan teman-teman disekolah dan tidak percaya diri, sulit untuk mengungkapkan pendapat yang dimiliki, jarang mengikuti kegiatan sekolah seperti ekstrakurikuler.

Berdasarkan fenomena yang ada di sekolah tersebut, menunjukkan terdapat kecenderungan penyesuaian yang kurang baik, seperti kesulitan dalam memahami pelajaran sesuai jurusan yang di ambil, sulitnya untuk bergaul dengan teman sebayanya, membolos hanya untuk menghindari mata pelajaran yang tidak disukai dan tidak mengikuti ekstrakurikuler karena takut tidak bisa dan ditertawakan oleh teman lainnya, lalu tidak adanya ketertarikan dengan semua kegiatan dan pelajaran disekolah karena sekolah yang ditempuh tidak sesuai dengan keinginannya.

Beberapa penelitian menyebutkan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri. Disini penulis ingin meneliti ulang dengan subyek yang berbeda. Menurut Patton (1998), orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi ternyata sukses ditempat kerja, hal inilah yang ingin dilihat oleh peneliti, karena siswa SMK dipersiapkan untuk terjun langsung ke dunia kerja, karena itulah penulis ingin melihat apakah ada kolerasi antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri pada siswa kelas X di SMK Mandalahayu 1 Bekasi.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis mencoba merumuskan fokus penelitian yakni adakah hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri siswa kelas X di SMK Mandalahayu 1 Bekasi.



## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMK Mandalahayu 1 Bekasi”

Untuk menyatakan keaslian penelitian ini, maka perlu adanya kajian pustaka dari penelitian yang terdahulu dan relevan dengan penelitian yang penulis kaji. Adapun penelitian tersebut diantaranya adalah:

Penelitian yang dilakukan oleh Ni Kadek Wulandari dan I Made Rustika (2016) yang berjudul “*Peran Kemandirian dan Kecerdasan Emosional terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa Asrama Tahun Pertama SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar*”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran dari kemandirian dan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri pada siswa asrama tahun pertama. Subjek pada penelitian ini berjumlah 125 siswa kelas X dari SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar. Alat ukur penelitian yang digunakan adalah skala penyesuaian diri, skala kecerdasan emosional dan skala kemandirian. Perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek dan lokasi penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Ropiyah (2021) yang berjudul “*Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Siswa Baru SMK*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecedasan emosional dengan penyesuaian diri siswa baru kelas X SMK Negeri 1 Bulakamba Brebes. Sampel dalam riset ada 78 siswa. Riset ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Alat ukur yang digunakan adalah skala kecerdasan emosional dan skala penyesuaian diri. Perbedaan dari penelitian ini adalah responden, subjek dan tempat penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Maria Anggia Pramesti (2018) yang berjudul “*Hubungan Antara Kemampuan Emosional dan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMK Strada 1*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi penyesuaian diri, kemampuan emosional dan hubungan antara kemampuan emosional dan penyesuaian diri siswa SMK Strada I. jumlah subjek penelitian ini sebanyak 80 siswa SMK Strada I. teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala penilaian. Perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek dan lokasi penelitian.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMK Mandalahayu 1 Bekasi.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat atau sumbangan informasi mengenai ilmu psikologi dan bisa dimanfaatkan untuk gambaran mengenai kecerdasan emosional dan penyesuaian diri pada siswa.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1) Bagi Pendidik**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang berguna bagi para pendidik dalam membimbing siswa dan siswi untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

##### **2) Bagi Siswa-siswi**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman untuk siswa dan siswi agar dapat lebih memahami arti penting kecerdasan emosional dan penyesuaian diri.