

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang terpenting dalam kehidupan manusia, ini berarti bahwa setiap orang berhak mendapatkannya dan diharapkan untuk selalu berkembang didalamnya. Pendidikan secara umum mempunyai arti suatu proses kehidupan dalam mengembangkan diri tiap individu untuk dapat hidup dan melangsungkan kehidupan (Alpian *dkk*, 2019). Pendidikan adalah upaya mengembangkan kemampuan atau potensi sehingga bisa hidup optimal baik sebagai pribadi maupun anggota masyarakat serta memiliki nilai-nilai moral sosial sebagai pedoman hidupnya (Indy *dkk*, 2019).

Hal tersebut sesuai dengan yang tertera dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1 yang menyebutkan bahwa “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan iklim dalam sebuah pembelajaran agar siswa bisa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian, diri, kecerdasan, akhlak mulia, kepribadian serta keterampilan yang juga sangat diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan juga negara” (Santika *dkk*, 2023). Lingkungan pendidikan pertama kali yang diperoleh setiap insan yaitu di lingkungan keluarga (pendidikan informal) dan lingkungan sekolah (pendidikan formal).

Menurut Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 menyatakan “Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas

pendidikan dasar, pendidikan menengah, pendidikan tinggi”. Pendidikan formal adalah pendidikan yang dilakukan melalui jalur pendidikan di sekolah. Sekolah merupakan suatu tempat berlangsungnya proses pembelajaran dan pengajaran yang terstruktur sesuai dengan jenjang dan waktu tertentu serta hasil proses pembelajaran di dalamnya diharapkan dapat mencerdaskan kehidupan anak bangsa (Syaadah *dkk*, 2023).

Salah satu lembaga pendidikan tersebut adalah di tingkat SMA/SMK yang merupakan wadah yang disiapkan oleh pemerintah yang berperan sangat penting dalam pencapaian tujuan di atas. Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan kejuruan pada jenjang pendidikan menengah sebagai lanjutan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP), MTs, atau lanjutan dari hasil belajar yang diakui setara SMP/MTs. Berbeda dengan Sekolah Menengah Atas (SMA), SMK merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mempersiapkan siswanya untuk mampu terjun langsung ke dunia pekerjaan setelah lulus dari sekolah. Rata-rata siswa SMK berkisar antara 15-17 tahun tergolong dalam kategori usia remaja awal (Lesmana *dkk*, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 – 19 tahun. Masa remaja merupakan suatu periode penting dari rentang kehidupan, suatu periode transisional, masa perubahan, masa usia bermasalah, masa dimana individu mencari identitas diri, usia menyeramkan (*dreaded*), masa *unrealism*, dan ambang menuju kedewasaan. Remaja adalah seseorang yang tumbuh menjadi dewasa mencakup kematangan mental, emosional

sosial dan fisik. masa remaja merupakan masa “*sturm und drang*” (topan dan badai), masa penuh emosi dan adakalanya emosinya meledak – ledak, yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai. (Mahardika *dkk*, 2024). Di tengah dinamika ini, maka dibutuhkan sebuah kemampuan untuk mengelola emosi tersebut.

Kemampuan siswa dalam mengelola emosi disebut kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional pertama kali diperkenalkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari *Havard Universty* dan John Mayor dari *University of New Hampshire*. Salovey dan Mayer (dalam Wuwung, 2020) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun orang lain, memilah milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan. Selanjutnya menurut Goleman (dalam Wijayanti, 2024) kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, untuk memotivasi diri sendiri, dan untuk mengelola emosi diri sendiri dengan baik dan dalam berhubungan dengan orang lain.

Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat dilihat dari dalam sikap yang diambil dalam menghadapi masalah dan menjaga diri dalam menghadapi perubahan – perubahan lingkungan. Remaja dengan kecerdasan emosional tinggi juga dapat ditandai dengan mampu mengendalikan emosi, mengatasi masalah, mengenali diri dan mandiri (Tambunan *dkk*, 2024).

Menurut Goleman (dalam Nisa *dkk*, 2024), kecerdasan emosional dipengaruhi oleh dua faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi

lingkungan dan stimulus seperti keluarga, sekolah, masyarakat, dan media. Faktor internal mencakup aspek jasmani dan psikologis individu. Aspek jasmani meliputi kondisi fisik dan kesehatan, sementara aspek psikologis mencakup berbagai elemen yang mempengaruhi bagaimana seseorang merespons emosinya dan menunjukkan *compassion*. Hal ini didukung pendapat Goleman (dalam Muttaqin *dkk*, 2020) menganggap *compassion* sebagai cara untuk membantu seseorang melepaskan diri dari pengaruh emosi negatif seperti takut, marah, iri hati, dan dendam.

Menurut Neff (dalam Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019) *self compassion* adalah proses pemahaman tanpa kritik terhadap penderitaan, kegagalan atau ketidakmampuan diri dengan cara memahami bahwa hal tersebut merupakan bagian dari pengalaman sebagai manusia pada umumnya. *Self compassion* juga diartikan oleh Reyes (dalam Karinda, 2020) sebagai kemampuan mencintai dan bermurah hati pada diri sendiri ketika dalam keadaan yang tidak menyenangkan. Peristiwa kurang menyenangkan yang terjadi pada kehidupan seperti kehilangan, kekalahan, dan bencana menjadi bagian dari kehidupan manusia yang hampir pasti terjadi pada siapapun (Indrarani *dkk*, 2023).

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 16 juli dan tanggal 25 juli 2024 dengan salah satu guru BK diperoleh keterangan terdapat permasalahan pada siswa terkait kecerdasan emosi. Salah satunya terdapat siswa yang masih kesulitan dalam mengontrol emosinya ketika menghadapi sebuah permasalahan. Hal ini terlihat ketika siswa terlibat pertikaian dengan temannya di lingkungan sekolah. Terbukti ketika beberapa siswa yang diproses di BK karena pertikaian yang terjadi dengan temannya. Ketika ditanya alasan permasalahannya, masalah tersebut dapat

terjadi karena siswa tersebut tidak terima ketika temannya mengejek dan mengoloknya. Saat guru BK berusaha menenangkan, siswa tersebut justru melawan kepada guru BK.

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 16 Juli dan 25 Juli 2024 oleh peneliti pada 10 orang siswa diperoleh keterangan bahwa terdapat 5 orang siswa mudah tersinggung dan mudah marah karena hal sepele seperti pada saat siswa sedang fokus mengerjakan tugas di sekolah dan ada temannya yang mengganggu dengan menarik jilbab nya serta menarik – narik kursi sehingga membuat dia kesal dan memarahi temannya. Selain itu terdapat 4 orang siswa mengatakan bahwa ketika memiliki masalah di rumah atau memiliki masalah dengan temannya, hal tersebut membuat siswa menjadi malas dan kurang fokus dalam belajar sehingga siswa tersebut menjadi suka menjahili teman – temannya pada saat jam pembelajaran. Selanjutnya terdapat tiga orang siswa yang mengatakan pernah ada kejadian siswa yang berkelahi karena siswa tersebut tidak terima dengan perkataan temannya sehingga siswa tersebut berkelahi sampai akhirnya guru datang untuk meleraikan dan mereka di bawa ke ruangan BK. Dua orang siswa lainnya juga mengungkapkan ketika melihat temannya yang suka menyendiri dan menjauh dari teman – teman nya lain, lalu mereka mencoba untuk mendekati dan menanyakan kenapa temannya tidak membaur dan bergaul dengan teman yang lainnya, ketika ditanya temannya tersebut menjawab bahwa dia merasa tidak pantas untuk bergaul dengan siapapun karena dia tidak bisa berpenampilan bagus seperti teman – temannya yang lain. Berdasarkan keterangan dari 10 orang siswa diatas, penyebab dari permasalahan yang terjadi pada siswa disebabkan oleh siswa tersebut

kesulitan untuk mengenali dirinya sendiri dan sulit berdamai dengan dirinya, di mana siswa tersebut tidak dapat menerima dan menghargai diri mereka sendiri, yang pada gilirannya membuat mereka sulit mengelola emosi dengan baik.

Penelitian mengenai *self compassion* dan kecerdasan emosional pernah diteliti oleh Rahmawati Atyuni pada tahun 2022 dengan judul “Hubungan Antara *Self Compassion* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Korban Bullying di Kota Pekanbaru”. Diperoleh adanya nilai korelasi positif antara *self compassion* dengan kecerdasan emosional pada remaja korban bullying. Selanjutnya penelitian oleh Susianti dkk pada tahun 2022 dengan judul “Pengaruh *Self-compassion* Terhadap Kecerdasan Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi”. Diperoleh adanya nilai korelasi positif antara *self compassion* dengan Kecerdasan Emosi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya adalah sampel penelitian, tempat penelitian, dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk mengangkat judul penelitian mengenai “Hubungan Antara *Self Compassion* dengan Kecerdasan Emosional Pada Siswa SMKN 9 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan diatas, rumusan masalah dalam penelitian yaitu apakah terdapat Hubungan Antara *Self Compassion* dengan Kecerdasan Emosional pada Siswa Kelas XI dan XII SMKN 9 Padang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya Hubungan Antara *Self Compassion* dengan Kecerdasan Emosional pada Siswa Kelas XI dan XII SMKN 9 Padang?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat memberikan informasi yang bermanfaat untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Diharapkan siswa di SMKN 9 Padang dapat melihat gambaran mengenai *self compassion* dengan kecerdasan emosional, sehingga mampu memahami diri dengan baik dan individu dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi.

b. Bagi Tenaga Pendidik

Diharapkan pihak yang mengambil alih dapat melihat gambaran antara *self compassion* dengan kecerdasan emosional siswa sehingga bisa merancang program pembelajaran yang mendukung pengembangan emosional siswa, membantu mereka mengelola stres, dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian sejenis dan lebih lanjut dalam bidang yang sama.