

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan Era globalisasi saat ini ilmu pengetahuan dan teknologi tentu ikut berkembang dan maju, perkembangan dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi tersebut mendorong setiap individu untuk dapat mempersiapkan dan menyesuaikan diri dengan cepat dan tepat. Pendidikan memiliki peranan penting dalam pengembangan dan pembangunan sumber daya manusia.

Undang-undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional pasal 3 dinyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Belajar merupakan suatu aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan pengetahuan, keterampilan, dan kecakapan tertentu. Menurut H. Spears (Sriyono, 2015) belajar adalah mengamati, membaca, meniru, mencoba sesuatu sendiri untuk kemudian, mengikuti arahan. Bermutu tidaknya suatu kegiatan belajar seseorang tergantung pada intensitas kemampuan konsentrasi belajarnya.

Konsentrasi belajar yang dimiliki akan membuat siswa dapat melakukan aktivitas belajar dengan optimal sehingga dapat mencapai tujuan belajar serta mendapatkan hasil dan prestasi belajar yang baik. Menurut Surya (2010) pada dasarnya setiap orang mempunyai potensi dan kemampuan untuk dapat konsentrasi dalam belajar. Konsentrasi belajar merupakan permasalahan yang sering ditemui dan merupakan masalah aktual di kalangan pelajar. Konsentrasi belajar sendiri merupakan aspek psikologis yang tidak mudah diketahui oleh orang lain selain individu yang sedang belajar.

Menurut Sriyono (2015) konsentrasi belajar adalah kemampuan memusatkan pikiran dan perbuatan pada saat belajar dengan mengabaikan hal lain yang tidak berhubungan. Konsentrasi belajar yang dimiliki siswa membuat siswa fokus pada saat proses belajar. Konsentrasi belajar sendiri merupakan aspek psikologis yang tidak mudah diketahui oleh orang lain selain individu yang sedang belajar. Menurut Surya (2014) tidak konsentrasi ketika belajar membuat siswa kesulitan memahami penjelasan materi dari guru, beragam bentuk tidak konsentrasi saat belajar diantaranya pikiran bercabang, mengantuk, dan malas.

Fenomena terkait konsentrasi belajar ini ditemukan saat peneliti melaksanakan kegiatan pra penelitian di SMA N 3 Kota Jambi dimana hasil observasi menunjukkan 5 dari 15 siswa yang pada saat belajar di dalam kelas didapati tidak konsentrasi belajar, yaitu siswa kurang memperhatikan guru saat proses belajar (saat melakukan layanan klasikal),

siswa mengobrol dengan teman di sebelahnya, siswa termenung dan ada pula yang bermain hp. Selanjutnya hasil wawancara bersama guru bimbingan dan konseling yang dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2022 menyampaikan bahwa saat melakukan layanan bimbingan dan konseling klasikal konsentrasi belajar siswa beragam ada siswa yang memiliki konsentrasi belajar baik namun masih banyak pula konsentrasi belajar siswa yang masih rendah.

Lebih jauh wawancara terstruktur bersama guru mata pelajaran disampaikan bahwa 2 sampai 4 orang siswa tidak konsentrasi belajar ditandai dengan adanya siswa yang melamun saat guru menjelaskan sehingga saat ditanya siswa tersebut bingung/tidak dapat menjawab, adanya siswa yang bermain hp saat saat jam pelajaran, siswa mengobrol dengan teman di sebelahnya sehingga mengganggu konsentrasi belajar.

Pernyataan yang disampaikan oleh guru bimbingan dan konseling selaras dengan jawaban yang diberikan oleh siswa saat wawancara pada tanggal 10 Agustus 2022 adapun siswa yang diwawancarai yaitu HK, MN, GRA, NAS, MD yang merupakan siswa dari kelas X dan XI dengan hasil wawancara siswa mengatakan bahwa tidak konsentrasi belajar ketika mereka melamun dan juga memikirkan hal lain yang tidak berhubungan dengan materi saat itu. Perasaan kesal pada teman dan adanya masalah di rumah membuat siswa juga sulit konsentrasi belajar, tidak menyukai guru dan metode yang digunakan guru saat mengajar juga membuat siswa merasa malas dan bosan sehingga sulit konsentrasi belajar, sehingga

perlunya diperhatikan kemampuan siswa untuk dapat mengatur dan menyesuaikan perasaannya agar dapat mengikuti pelajaran dengan konsentrasi. Saat sedang marah membuat konsentrasi belajar terganggu karena terfokus pada perasaan marah dan hal yang membuat munculnya perasaan marah tersebut.

Konsentrasi belajar yang baik tidak selalu dimiliki dan terlaksana dengan baik setiap saat oleh siswa, melainkan ada faktor-faktor yang menyebabkan siswa mengalami kesulitan konsentrasi belajar, Menurut Surya (2014) faktor tersebut diantaranya yaitu: kondisi lingkungan, siswa yang bersikap pasif, kesehatan, perasaan negatif saat proses belajar, keterampilan belajar siswa. Saat mengikuti proses belajar tugas belajarnya terutama saat belajar di kelas siswa tidak hanya memerlukan kecerdasan intelektual saja melainkan kecerdasan emosional tidak kalah pentingnya. Dengan memiliki kemampuan mengelola emosi yang baik, siswa akan dapat menyesuaikan diri terhadap emosi pada dirinya.

Sebagaimana dalam Suciati (2016) dijelaskan para psikolog sepakat bahwa pendukung kesuksesan dan keberhasilan seseorang didukung 20% kecerdasan intelektual sedangkan 80% lagi dipengaruhi oleh faktor lain. Kecerdasan emosional atau *Emotional Intelligence (EI)* termasuk dalam 80 % faktor lain selain kecerdasan intelektual. Kecerdasan emosional dikatakan sebagai kunci keberhasilan belajar siswa karena dengan pengendalian emosi yang baik siswa dapat melakukan dan memutuskan melakukan kegiatan yang bermanfaat. Kemampuan

mengelola emosi merupakan bagian dari aspek kecerdasan emosi. Emosi tidak hanya berpengaruh pada perilaku tetapi mempengaruhi segala aspek, dari itulah pentingnya kemampuan mengelola emosi dimiliki oleh seseorang.

Menurut Puspita (2020) kemampuan mengelola emosi yang dimiliki oleh seseorang akan membuatnya lebih siap dan tangguh saat menghadapi permasalahan yang kompleks dan rumit. Menurut Goleman (2019) kemampuan mengelola emosi yaitu kemampuan dalam mengatur emosinya sehingga dapat terungkap secara tepat. Termasuk dalam kecakapan ini yaitu bagaimana ia dapat menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau emosi lainnya, sehingga ia dapat segera bangkit dari kondisi yang tidak menyenangkan dalam hidup.

Menurut Kumara (2018) mengelola emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan menyesuaikan emosi yang timbul pada intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan. Kemampuan individu dalam mengelola emosi tidak dapat disamaratakan, begitu pula pada siswa. Kemampuan mengelola emosi penting dimiliki karena dapat membantu dalam mengendalikan diri sehingga tetap fokus pada kegiatan atau tidak mengganggu pada saat melakukan aktivitas.

Berbagai strategi dan upaya sudah dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk memaksimalkan konsentrasi belajar siswa seperti, konseling pribadi, layanan penguasaan konten namun masih belum optimal. Selanjutnya bertolak dari kajian literatur yang relevan terdapat

banyak siswa yang mempunyai konsentrasi belajar, namun antara satu dengan yang lain harus disesuaikan dengan karakteristik siswa dan jenis komplikasi yang dihadapi siswa.

Namun setelah peneliti melakukan analisis mendalam diantara temuan konsentrasi, sifat tugas dan karakteristik siswa maka peneliti mempunyai keyakinan yang kuat bahwa pengelolaan emosi menjadi hal yang mempengaruhi konsentrasi belajar siswa lainnya. Untuk pengujian temuan peneliti perlu diadakan penelitian ilmiah, karena ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kemampuan Mengelola Emosi Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi”.

B. Batasan Masalah

Adanya batasan masalah ini agar penelitian dapat lebih terarah sehingga sesuai dengan tujuan dan fokus pada sasaran. Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dibahas sebelumnya, batasan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini, yaitu:

1. Kemampuan mengelola emosi dibatasi berdasarkan aspek yang ada dalam kemampuan mengelola emosi (Goleman: 2016 & Kumara: 2018) yaitu: mengenali emosi, mengetahui penyebab emosi, dapat menemukan alternatif cara mengatasi emosi, dapat menentukan cara mengatasi emosi, emosi terungkap secara tepat siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi

2. Konsentrasi belajar siswa dibatasi berdasarkan aspek yang ada dalam konsentrasi belajar (Slameto:2015) yaitu memusatkan pikiran, perhatian, dan melaksanakan pembelajaran sesuai dengan tujuan siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi
3. Subjek pada penelitian ini dibatasi oleh siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 3 Kota Jambi

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dibahas di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini yakni:

1. Seberapa besar persentase kemampuan mengelola emosi siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi?
2. Seberapa besar persentase konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi?
3. Apakah terdapat pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi?

D. Tujuan Penelitian

Adapun dilakukannya penelitian ini bertujuan yaitu, sebagai berikut:

1. Mengungkapkan seberapa besar persentase kemampuan mengelola emosi siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi
2. Mengungkapkan seberapa besar persentase konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi

3. Mengungkapkan apakah ada pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi

E. Manfaat Penelitian

Mengingat tujuan penelitian yang telah disampaikan di, diharapkan hasil penelitian ini memberikan manfaat, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu perkembangan ilmu pengetahuan umum dan khususnya pengembangan ilmu bimbingan dan konseling mengenai pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap konsentrasi belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa dalam meningkatkan konsentrasinya dan meningkatkan kemampuan mengelola emosi agar lebih baik lagi. Bagi guru bimbingan dan konseling penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih ilmu pengetahuan dan sebagai bahan acuan dalam membantu mengentaskan permasalahan klien khususnya permasalahan konsentrasi belajar siswa di Sekolah Menengah Atas. Bagi peneliti dapat dijadikan sebagai bahan perbaikan dan mengembangkan pada penelitian selanjutnya.

F. Anggapan Dasar

Anggapan dasar merupakan prinsip yang diyakini oleh peneliti untuk membangun hipotesis. Adapun anggapan dasar dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Kemampuan mengelola emosi adalah hal penting yang harus dimiliki oleh individu untuk mendukung aktivitas atau kegiatan yang dilakukan
2. Konsentrasi belajar berbeda-beda pada setiap individu, konsentrasi belajar dapat lebih mudah dimiliki bila individu dalam keadaan tenang

G. Hipotesis Penelitian

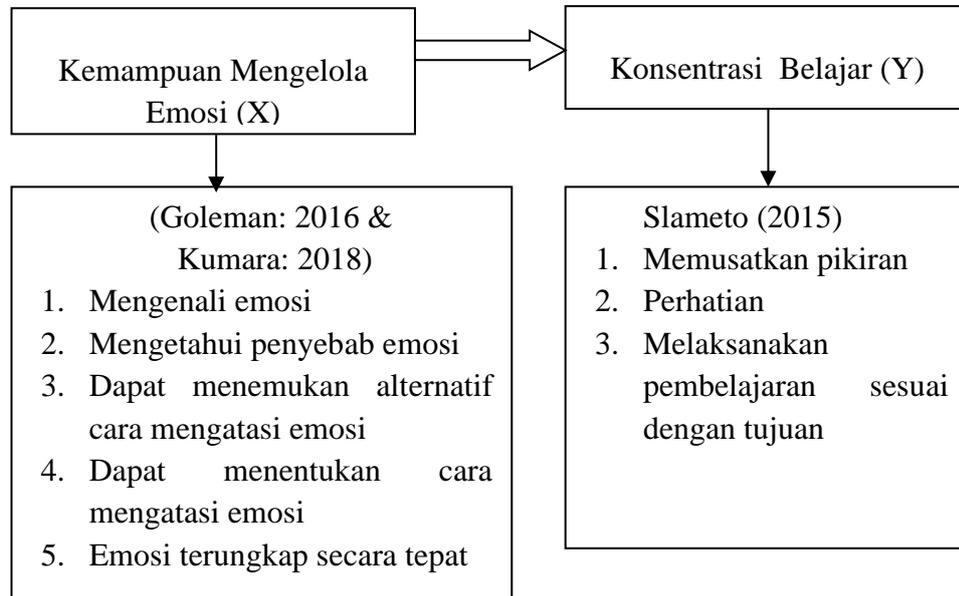
Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap konsentrasi belajar di SMA Negeri 3 Kota Jambi

H. Definisi Operasional

Guna memperkecil kemungkinan terjadinya kesalahan pada penelitian ini, penting dijelaskan definisi operasional sebagai berikut:

1. Kemampuan mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani emosinya sehingga dapat terungkap secara tepat sehingga tidak mengganggu aktivitasnya, mencakup dapat mengenali emosi, mengetahui penyebab emosi, dapat menemukan alternatif cara mengatasi emosi, dapat menentukan cara mengatasi emosi, emosi terungkap secara tepat.
2. Konsentrasi belajar siswa yang dimaksud yaitu kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian baik psikis maupun fisik pada saat proses pembelajaran dengan mengesampingkan hal yang tidak berhubungan, ditandai dengan mampu memusatkan pikiran, perhatian, dan melaksanakan pembelajaran sesuai tujuan.

I. Kerangka Konseptual



Gambar 1 Kerangka Konseptual

Pada kerangka konseptual di atas terdapat satu bagian yang merupakan variabel X yaitu kemampuan mengelola emosi, pada penelitian ini alur pikir mengenai kemampuan mengelola emosi berupa aspek mengelola emosi menurut (Goleman, 2016) & (Kumara, 2018), yaitu mengenali emosi, mengetahui penyebab emosi, dapat menemukan alternatif cara mengatasi emosi dapat menentukan cara mengatasi emosi, dan emosi terungkap secara tepat. Pada bagian kedua merupakan variabel Y mengenai konsentrasi belajar dengan yang merupakan pengembangan aspek konsentrasi belajar menurut Slameto (2015) yaitu memusatkan pikiran, perhatian, dan melaksanakan pembelajaran sesuai tujuan.