

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah periode perkembangan dimana fisik dan psikologis mengalami penyesuaian, karena pada masa tersebut merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Kata remaja berasal dari bahasa latin “*adolescens*” yang artinya tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Terdapat dua kategori pada, yaitu masa remaja awal dan masa remaja akhir, masa remaja awal berkisar antara usia 13-16 tahun dan masa remaja akhir berkisar antara usia 16 – 18 tahun. Secara psikologis masa remaja adalah usia dimana seseorang berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana seseorang tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkatan yang sama, masa dimana rasa ingin tahu akan banyak hal mulai tumbuh. Pada masa remaja terjadi beberapa perubahan dimulai dari perubahan fisik, emosi, sosial, sikap dan moral.¹

Perubahan yang terjadi pada masa remaja dikarenakan masa remaja merupakan masa terjadinya proses pencarian jati diri atau krisis identitas. Terdapat 4 karakteristik masa remaja yang menyebabkan permasalahan muncul ketika masa pencarian jati diri tersebut, yaitu 1) kecanggungan dalam pergaulan dan kekakuan dalam gerakan, 2) ketidakstabilan emosi, 3) adanya perasaan kosong karena perombakan pandangan dan petunjuk hidup dan 4) adanya sikap menentang dan menantang terhadap orang tua.² Hal tersebut terjadi karena terdapat 2 faktor utama yang berjalan beriringan dengan masa perkembangan masa remaja. Faktor internal yang bisa didapat dari kesadaran diri remaja tersebut atau merupakan hasil atau

¹ John W Santrok, *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup* (Yogyakarta: Erlangga, 2002), 118.

² “Psikologi Remaja, Karakteristik dan Permasalahannya Halaman all - Kompasiana.com,” diakses 7 November 2019, <https://www.kompasiana.com/an/5719c1f41a7b61dc05c50cd9/psikologi-remaja-karakteristik-dan-permasalahannya?page=all>.

dampak perkembangan dari masa kanak-kanak hingga remaja dan faktor eksternal yang berasal dari lingkungan. Kedua faktor tersebut memiliki kesinambungan yang bermakna, namun jika dikaitkan dengan usia masa remaja yang didominasi oleh rasa ingin tahu akan dunia luar, tentu faktor eksternal memiliki peran yang cukup signifikan pula. Baik itu dari lingkungan pertemanan, kehidupan dan pendidikan. Salah satu faktor eksternal yang menjadi urgensi adalah lingkungan pendidikan, dimana seorang remaja memiliki beberapa pilihan untuk menempuh pendidikan pada tingkat atas yaitu Sekolah Menengah Atas yang mengacu pada pendidikan lanjutan di bangku perkuliahan dan Sekolah Menengah Kejuruan yang mengacu pada dunia kerja.

Dalam pemilihan sekolah tentunya seorang anak memiliki hak untuk menentukan pilihan sendiri, namun tetap didampingi arahan dari orang tua. Dalam proses pendampingan tersebut terdapat beberapa orang tua siswa yang melihat *track record* sekolah sebelum menyekolahkan anaknya. Oleh karena itu, ketika seorang anak yang berstatus sebagai remaja hendak memilih sekolah lanjutan tingkat atas, terdapat orang tua yang mengarahkan anak untuk memilih sendiri pilihannya atau orang tua yang menentukan pilihan sesuai dengan apa kriteria yang orang tuanya inginkan. Guru besar fakultas ekonomi Universitas Indonesia berpendapat bahwa orang tua tidak boleh memaksa anak untuk belajar sesuatu atas keinginan orang tua, karena setiap anak memiliki potensi masing-masing dan jika dipaksa maka anak tidak akan berkembang secara maksimal.³

Ketika potensi seorang anak tidak berkembang secara maksimal dalam proses pembelajaran, hal tersebut akan berdampak pada *output* ketika anak tersebut lulus dari sekolah nantinya. Idealnya seorang anak yang memaksimalkan potensi yang

³ “Rhenald: Jangan Paksa Anak Belajar sesuai Keinginan Orang Tua,” diakses 7 November 2019, <https://money.kompas.com/read/2014/09/29/145607026/Rhenald.Jangan.Paksa.Anak.Belajar.sesuai.Keinginan.Orang.Tua>.

dimilikinya ketika proses pembelajaran adalah anak yang menikmati dengan baik dan melaksanakan proses pembelajaran dengan bahagia. Kebahagiaan adalah hasil dari evaluasi perasaan emosi positif dan emosi negatif diiringi oleh evaluasi kepuasan akan kehidupan. Hal yang terlihat sederhana namun memiliki dampak cukup penting dalam keberlangsungan hidup manusia.⁴

Penelitian telah dilakukan di sebuah Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bantul yang menunjukkan bahwa adanya gejala ketidakhahagiaan dapat terlihat dari ekspresi wajah yang selalu murung, keseharian sikap yang cenderung mencari perhatian dengan berulah di depan guru dan teman-temannya, munculnya perasaan bingung, sedih, cemas dan perasaan tidak gembira. Tentu hal ini menjadi kurang menyenangkan dan cenderung menunjukkan peningkatan afek negatif atau dampak yang lebih fatal lagi. Contohnya adalah ditemukan gejala depresi dan keinginan untuk mengakhiri hidup, sedangkan sesungguhnya remaja diharapkan memiliki keceriaan dan kebahagiaan hidup untuk dapat menggapai cita-cita dan terjauhkan dari masalah-masalah yang berkaitan dengan perilaku negatif seperti perilaku menyimpang.⁵

Salah satu cara untuk meningkatkan kebahagiaan adalah dengan melaksanakan konseling kelompok. Namun, untuk membuat siswa tertarik dalam pelaksanaan konseling kelompok, dapat menggunakan sebuah metode pembaharuan, salah satunya yaitu dengan metode *snowball throwing*. Metode *snowball throwing* adalah sebuah metode pembelajaran yang menggunakan media kertas yang dibentuk seperti bola salju kemudian dilempar kepada siswa guna melakukan diskusi secara aktif. Oleh karena itu, peneliti tertarik melaksanakan penelitian tindakan kelas guna

⁴ Sofa Amalia, "Pengaruh Persepsi Kesehatan Terhadap Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia" 21, no. 2 (2017): 2.

⁵ Sri Ernati dan Erita Yuliasesti Diah Sari, "Peran Resiliensi dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kebahagiaan Remaja," 2018, 78.

meningkatkan kebahagiaan melalui metode *snowball throwing* dalam kegiatan konseling kelompok. Alasan peneliti memilih SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta untuk menjadi tempat penelitian adalah karena SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta merupakan 1 dari 8 SMK yang memiliki latarbelakang Sekolah Tinggi Menengah Pembangunan (STMP) sebagai cikal bakal SMK lain di Indonesia dan termasuk sekolah unggulan yang ada di Indonesia ditandai dengan memiliki banyak prestasi, namun di dalamnya masih memiliki siswa yang kurang bahagia berada di sekolah tersebut.

1.2 Identifikasi Masalah

Penelitian ini terkait dengan meningkatkan kebahagiaan siswa melalui metode *snowball throwing* pada pelaksanaan konseling kelompok siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang akan dibahas adalah :

1. Bagaimana pemahaman siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta terhadap kebahagiaan?
2. Bagaimana pelaksanaan metode *snowball throwing* pada konseling kelompok terhadap peningkatan kebahagiaan siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta?
3. Apa saja faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi pelaksanaan metode *snowball throwing* pada konseling kelompok terhadap peningkatan kebahagiaan siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mendeskripsikan pemahaman siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta mengenai kebahagiaan.

2. Mendeskripsikan pelaksanaan metode *snowball throwing* pada konseling kelompok terhadap peningkatan kebahagiaan siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta.
3. Menjelaskan faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi pelaksanaan metode *snowball throwing* pada konseling kelompok terhadap peningkatan kebahagiaan siswa SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis, penelitian ini akan bermanfaat dalam pengembangan disiplin ilmu mengenai meningkatkan kebahagiaan siswa melalui metode *snowball throwing* dalam pelaksanaan konseling kelompok.
2. Adapun secara praktis penelitian ini bermanfaat bagi guru bk, agar dapat menjadi bahan pertimbangan dalam melakukan konseling kelompok dengan metode *snowball throwing*.

1.6 Sistematika Penulisan

1. BAB 1 PENDAHULUAN

Bab ini berisi tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

2. BAB II TINJAUAN PUSTAKA & LANDASAN TEORI

Bab ini berisi tentang tinjauan pustaka atau penelitian terdahulu dan landasan teori yang relevan dengan tema skripsi.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini menjelaskan mengenai metode yang akan dilakukan saat penelitian secara rinci. Metode penelitian terdiri dari pendekatan penelitian, definisi operasional variabel. Lokasi dan subyek penelitian, teknik pengumpulan data, kredibilitas penelitian dan analisis data.

4. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini peneliti menuliskan tentang, (1) hasil penelitian dan (2) pembahasan yang sesuai dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan. Dalam bab ini peneliti akan menguraikan gambaran umum SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta, pelaksanaan konseling kelompok di SMK Negeri 2 Depok Yogyakarta dengan menggunakan metode *snowball throwing* dalam meningkatkan kebahagiaan siswa dan faktor pendukung dan faktor penghambat pada pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan metode *snowball throwing* dalam meningkatkan kebahagiaan siswa.

5. BAB V PENUTUP

Bab ini berisi mengenai kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan peneliti, keterbatasan penelitian dan saran-saran. Kesimpulan akan berisi mengenai ringkasan seluruh penemuan penelitian yang berhubungan dengan masalah penelitian. Penelitian mendapatkan kesimpulan berdasarkan hasil analisis, triangulasi dan elaborasi data yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya.

Keterbatasan penelitian berisi mengenai hal-hal yang menghambat pada proses penelitian berlangsung. Saran dirumuskan berdasarkan hasil penelitian dan uraian mengenai langkah-langkah yang perlu diambil oleh pihak terkait dengan hasil penelitian yang berkaitan.