

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja mengacu pada periode dari masa kanak-kanak hingga dewasa, dimana perkembangan secara fisik dan mental terjadi dalam masa remaja ini. Setiap remaja tentunya akan mengalami masa pertumbuhan, dimana dalam setiap fase tersebut terdapat karakteristik masing-masing yang dimulai dari anak-anak, remaja sampai lansia. Masa remaja umumnya memiliki kesadaran yang lebih tinggi dibandingkan pada saat masa anak-anak, walaupun fungsi kontrol pada masa ini masih bisa dikatakan belum maksimal. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan menjadi tantangan tersendiri bagi setiap remaja. Masa remaja awal dan akhir berada dikisaran usia 17 tahun, umumnya remaja pada usia ini telah memasuki sekolah menengah. Dimana seiring pertambahan usia remaja mulai belajar dalam mengelola emosinya (Vereyra & Fitria, 2023).

Menurut Ahmad & Mustakim (2022) masa remaja merupakan masa puncak emosional dalam setiap perkembangan. Masa remaja ditandai dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi yang disebabkan oleh luasnya harapan sosial dan hubungan antar pribadi serta adanya perubahan hormon yang signifikan atau biasa disebut pubertas. Masa remaja juga ditandai sebagai periode dalam peningkatan reaktivitas emosional yang ada dalam diri. Menurut Hurlock salah satu hal terpenting yang harus

dilakukan selama masa remaja adalah belajar memahami kebutuhan emosional dirinya sendiri dan orang lain. (Fitriyanti dkk, 2022).

Emosi yang dimiliki pada saat memasuki masa remaja biasanya cenderung belum stabil, sehingga masih bertindak secara irasional. Oleh sebab itu, kematangan emosi pada masa remaja diperlukan utamanya dalam bersosialisasi dan beradaptasi baik dilingkup yang luas maupun lingkup kecil seperti keluarga. Pertumbuhan emosi pada masa remaja ditandai dengan tingkat aktivitas emosional yang tinggi. Kematangan emosi pada masa remaja bisa dikatakan berkaitan erat dengan umurnya, yang mana diharapkan memiliki emosi yang lebih matang dan dapat lebih menguasai serta mengendalikan emosinya (Nawawi & Riadi 2023).

Emosi adalah reaksi terhadap orang lain atau kejadian tertentu. Goleman (dalam Baqi, 2015) Emosi dasar manusia meliputi rasa marah, takut, sedih dan senang. Akan tetapi emosi biasanya diartikan sebagai suatu kemarahan terhadap suatu kondisi, hal ini disebabkan oleh kecenderungan untuk bereaksi secara berlebihan dan tidak terkendali ketika mengalami rangsangan emosional. Sehingga perlu adanya kematangan emosi agar dapat mengontrol dengan tidak melebih-lebihkan ekspresi emosi yang dikeluarkan dan dapat dijadikan sebagai pengendalian diri terhadap perilaku yang tidak diinginkan.

Hurlock (2012) mendefinisikan kematangan emosi merupakan seperangkat keterampilan untuk mengendalikan emosi. Kematangan emosi yaitu kemampuan untuk menahan emosi dihadapan orang lain serta mampu

mengekspresikan emosi dengan cara yang lebih baik bagi orang lain untuk memahaminya. Memiliki kematangan emosi dapat mempermudah dalam bergaul, hal ini dikarenakan siswa yang memiliki kematangan emosi mampu untuk menampilkan ekspresi sesuai dengan kondisi yang terjadi.

Kematangan emosi merupakan kesesuaian antara emosi dan otak. Kematangan emosi memungkinkan siswa untuk menggunakan logika sebelum akhirnya mengeluarkan emosinya, dengan kematangan emosi akan mampu untuk mengenali kapan dan bagaimana ekspresi yang harus dikeluarkan walaupun sudah mencapai puncak emosional. Kematangan emosi menjadikan siswa lebih memiliki penerimaan terhadap dirinya dan orang lain berdasarkan kondisi yang sebenarnya (Walgito, 2010).

Berdasarkan pemaparan pendapat tersebut, maka diperoleh kesimpulan bahwa kematangan emosi yaitu keterampilan dalam mengutarakan dan mengeluarkan emosi secara baik. Artinya kematangan emosi mampu membuat siswa untuk mengeluarkan emosinya sesuai dengan situasi atau kondisi masalah yang dihadapi. Selain itu, dengan memiliki kematangan emosi akan memungkinkan siswa untuk menahan emosinya dengan menempatkan waktu dan ruang yang lebih tepat untuk meluapkannya.

Kematangan emosi dapat dicapai tentu karena adanya faktor yang mempengaruhi. Menurut Nawawi & Riadi (2023) faktor pendukung untuk mencapai kematangan emosi yaitu: orang tua, guru, teman sebaya, dan perubahan fisik. Daripada hal tersebut, usia dapat menjadi salah satu faktor

pendukung untuk mencapai kematangan emosi, namun dengan bertambahnya usia tidak menjadikannya secara otomatis mencapai tingkat kematangan emosi. Karena kematangan emosi tidak bisa didapatkan tanpa adanya pengalaman-pengalaman sehingga membuat siswa dapat mencapai kematangan emosi.

Siswa dengan emosi yang matang akan lebih mampu dalam mengelola emosi. Hal ini dikarenakan dengan kematangan emosi mampu berpikir dengan jernih tanpa harus meledak-ledakkan emosinya. Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Khairani (2013) yang mengungkapkan bahwa kematangan emosi yaitu keterampilan dalam mengeluarkan emosi yang dirasakan sesuai dengan keadaan dan diungkapkan dengan perilaku yang tepat. Kematangan emosi dapat menjadikan siswa lebih bertanggung jawab terhadap segala sesuatu termasuk dalam menentukan pilihan karir.

Menentukan pilihan karir bukan hanya sekedar melakukan penyeleksian terhadap beberapa pekerjaan atau jurusan yang nantinya akan diambil. Pemilihan karir merupakan suatu proses dalam mengambil keputusan untuk menentukan pekerjaan atau *study* berdasarkan pilihan yang ada dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi karir yang akan diambil. Dimana hal tersebut merupakan langkah awal dalam menentukan kesuksesannya dimasa mendatang (Setiyani dkk, 2023).

Menentukan pilihan karir memang tidak semudah yang dipikirkan, sehingga perlu adanya kematangan emosi yang harus dimiliki pada saat pengambilan keputusan karir. Ginting dkk (2022) menjelaskan bahwa

memilih karir berdasarkan emosi yang rendah akan menciptakan keraguan dalam dirinya, sedangkan dengan memiliki kematangan emosi akan mampu membuat pilihan karir yang lebih tepat. Pernyataan ini senada dengan yang disampaikan Noorderhervan (dalam Peilouw & Nursalim, 2013) yang mengungkapkan bahwa untuk mencapai kematangan karir maka diperlukan emosi yang stabil, dengan begitu karir yang dipilih akan memiliki kesesuaian terhadap potensi yang dimiliki.

Kusasi (2013) menambahkan bahwa kesalahan dalam pengambilan keputusan dikarenakan kurangnya emosi yang matang. Hal ini terjadi karena ketika kurangnya kematangan emosi membuat pemilihan karir dilakukan secara tergesa-gesa atau tidak mempertimbangkan pilihannya dan mudah terpengaruh pada pendapat orang lain. Sehingga dengan demikian kematangan emosi berperan penting terhadap pengambilan keputusan karir, dikarenakan dengan emosi yang matang akan mampu menilai pilihan yang terbaik untuk diambil.

Dapat disimpulkan bahwa manfaat dari kematangan emosi dalam pemilihan karir siswa yaitu agar mampu untuk berpikir secara objektif dengan melakukan riset dan melihat baik-buruk pilihan yang akan diambil serta melihat jangka panjang dari karir yang dipilih. Adapun dampak dari kematangan emosi yang rendah pada saat pemilihan karir yaitu terjadi ketidaksesuaian antara karir yang dipilih dengan potensi diri, mengakibatkan keraguan dalam dirinya, serta sangat mudah untuk dipengaruhi oleh orang lain.

Memilih karir merupakan tanggung jawab terhadap apa yang telah dipilih dan keterampilan atau kemampuan yang dimiliki setiap siswa. Sehingga perlu adanya pertimbangan yang matang dan keputusan bijak agar tidak terjadi kesalahan pada saat menentukan karir, karena karir merupakan proses yang akan terus berlangsung dan dijalani selama rentang kehidupan. Selain itu kesesuaian antara pilihan karir dan potensi yang dimiliki akan menentukan masa depan dan mempermudah dalam memperoleh pekerjaan dimasa yang akan datang (Yanti, 2023).

Namun faktanya pada pemilihan karir siswa pada masa sekolah seringkali dilakukan secara tidak realistis. Siswa melakukan pemilihan karir hanya berdasarkan keinginan atau pengetahuan terhadap beberapa karir yang ada tanpa mempertimbangkan potensi yang dimiliki. Sehingga tidak jarang ditemukan setelah memasuki perguruan tinggi siswa sering merasa salah dalam mengambil jurusan. Hal ini terjadi karena siswa belum begitu paham terkait pentingnya pengambilan karir berdasarkan potensi yang dimilikinya. Untuk mencegah hal tersebut, maka perlu adanya bimbingan dari seorang konselor khususnya guru BK supaya membantu siswa untuk mengambil karir yang diminatinya (Safitri dkk, 2020).

Penyebab siswa kesulitan dalam menentukan pilihan karir tentu saja terjadi karena adanya faktor yang mempengaruhi. Faktor internal yaitu faktor yang mempengaruhi pemilihan karir dalam diri siswa itu sendiri yang meliputi bakat, minat, cita-cita, hobi, pengetahuan dan lain sebagainya. Sedangkan faktor eksternal mencakup hal-hal yang datang dari lingkungan

sekitar baik dalam lingkungan keluarga, masyarakat, sekolah, teman sebaya dan lain sebagainya (Lopo dkk, 2022).

Menurut Walgito (dalam Rahayu, 2022) mengungkapkan bahwa pekerjaan yang tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki akan menimbulkan perasaan jenuh dan tidak semangat dalam mengerjakan apapun, sehingga diperlukan adanya keselarasan antara karir yang dipilih dengan kemampuan yang dimiliki. Kesesuaian antara karir dengan minat menjadi pertimbangan yang penting bagi siswa dalam merencanakan karir. Hal ini bertujuan untuk memastikan agar tidak terjadi masalah dimasa depan terkait karir yang diambil baik dalam proses pembelajaran ataupun pekerjaan.

Menurut Safitri dkk (2020) Pengambilan keputusan karir siswa SMA dapat dilihat dari berbagai aspek, yaitu: (1) *rational* (pengambilan keputusan berdasarkan logika dan cara-cara sistematis), (2) *fatalistic* (pengambilan keputusan bergantung pada takdir), (3) *intuitive* (pengambilan keputusan berdasarkan persepsi dan keadaan emosinya), (4) *impulsive* (pengambilan keputusan secara spontan berdasarkan suara hati pada saat itu juga), dan (5) *dependen* (pengambilan keputusan bergantung pada saran dari orang lain). Dalam merencanakan karir siswa perlu memiliki pemahaman terhadap dirinya sendiri. Pemahaman diri membuat siswa mampu mengetahui potensi yang ada dalam dirinya, sehingga memperoleh gambaran terkait karir yang akan dipilihnya.

Berdasarkan hasil wawancara terkait kematangan emosi dan pemilihan karir siswa yang dilakukan kepada salah satu guru BK yang ada di SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep (U/P/37/1-11-2023-W1). Guru BK tersebut mengungkapkan bahwa tingkat kematangan emosi siswa SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep masih tergolong rendah berdasarkan dari hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD). Contoh dari rendahnya tingkat kematangan emosi siswa SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep yaitu adanya perilaku *bully* yang dilakukan oleh siswa kepada sesama temannya dan siswa yang mengikuti temannya pada saat pengambilan karir.

Upaya yang dilakukan guru BK dalam merencanakan pemilihan karir siswa SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep yaitu dengan melaksanakan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi, dimana siswa nantinya dapat bertukar pendapat dan saling memberikan masukan ataupun saran antar satu sama lain. Selain itu guru BK juga menyebar angket bakat minat untuk mengetahui jurusan yang sesuai dengan potensi yang dimiliki siswa agar nantinya siswa tidak kebingungan dalam menentukan karir setelah lulus SMA. Upaya tersebut ditujukan agar siswa memiliki pemahaman serta pandangan mengenai karir yang akan diambil sehingga mampu melakukan keputusan karir yang tepat. Akan tetapi kenyataannya siswa masih bimbang ketika ditanya terkait pilihan karir.

Adapun faktor yang mempengaruhi siswa SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep dalam memilih karir menurut guru BK di sekolah

tersebut yaitu karena faktor psikologi dan faktor keluarga, namun kebanyakan dari siswa SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep yaitu siswa memilih karir dengan mengikuti saran dari keluarganya dan siswa yang tetap ingin bersama temannya karena alasan agar ada temannya pada saat memasuki perkuliahan. Keadaan tersebut tentu saja dikarenakan kurangnya kematangan emosi yang dimiliki oleh siswa sehingga siswa tidak berpikir kedepan terkait dampak yang akan terjadi ketika karir yang diambil tidak sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Mempertimbangkan permasalahan yang telah dipaparkan, peneliti bermaksud melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Pemilihan Karir Siswa Kelas XII di SMAS Plus Miftahul Ulum Terate Sumenep”. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan untuk peneliti dapat mengetahui bagaimana pengaruh kematangan emosi terhadap pemilihan karir siswa. Sehingga nantinya dapat memberikan sumbangsih untuk penelitian selanjutnya mengenai bagaimana alternatif penyelesaian terhadap kematangan emosi tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Melihat latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka peneliti mengidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini yaitu:

1. Adanya siswa dalam pemilihan karir yang mengikuti saran dari keluarganya tanpa mempertimbangkan potensi yang dimiliki.
2. Siswa merasa takut tidak ada temannya pada saat memasuki perguruan tinggi, sehingga karir yang diambil sama dengan yang dipilih temannya.

3. Adanya siswa yang merasa kesulitan dalam menetapkan keputusan karir karena masih bimbang terhadap karir yang akan diambil.

C. Batasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian dapat lebih terarah, maka peneliti menetapkan batasan ruang lingkup penelitian yaitu pada Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Pemilihan Karir Siswa Kelas XII di SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep.

D. Rumusan Masalah

Mengacu pada permasalahan yang sebelumnya telah diuraikan, maka peneliti merumuskan permasalahan pada penelitian ini yaitu bagaimana pengaruh dari kematangan emosi terhadap pemilihan karir siswa kelas XII di SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dampak kematangan emosi terhadap pemilihan karir siswa kelas XII di SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilaksanakan di SMAS Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep memiliki beberapa manfaat yang selaras dengan tujuan penelitian. Manfaat-manfaat tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi bahan referensi atau rujukan dalam ilmu ke BKn, khususnya dalam kematangan emosi dan pemilihan karir.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti

Diharapkan dapat dijadikan sebagai sarana dalam menuangkan pengetahuan peneliti terkait dengan kematangan emosi dan pemilihan karir.

b. Siswa

Diharapkan dapat menginformasikan kepada siswa agar dapat meningkatkan kematangan emosi agar mampu membuat keputusan yang lebih baik terkait pilihan karir.

c. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sumber rujukan dan inspirasi bagi para peneliti di masa depan.

G. Definisi operasional

a. Kematangan Emosi

Kematangan emosi yaitu keterampilan siswa dalam mengelola emosi secara tepat dan wajar sesuai dengan kondisi masalah yang terjadi. Sehingga mampu dalam berpikir secara kritis sebelum bertindak secara emosional. Indikator kematangan emosi meliputi

penerimaan diri, memiliki kontrol emosi, bertanggung jawab, berpikir objektif, dan tidak bersifat implusif.

b. Pemilihan Karir

Pemilihan karir merupakan suatu proses dalam mengambil keputusan untuk menentukan pekerjaan atau *study* berdasarkan pilihan yang ada dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi karir yang akan diambil. Dimana hal tersebut merupakan langkah awal dalam menentukan kesuksesannya dimasa mendatang. Indikator pemilihan karir meliputi pemahaman terhadap kemampuan dan minat yang dimiliki, mempertimbangkan peluang karir, dan merencanakan tujuan karir yang dipilih.

