

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia diciptakan sebagai makhluk individu dan makhluk sosial yang memiliki akal, pikiran dan emosi. Emosi yang dimiliki oleh manusia dapat dibedakan sesuai dengan situasi yang terjadi, seperti saat sedang sedih maka manusia akan menunjukkan emosi sedih, saat senang maka emosinya pun akan senang atau bahagia, begitu juga yang terjadi bila sedang marah maka emosi yang ditunjukkan adalah marah atau amarah. Emosi menggambarkan situasi atau suasana hati seorang manusia yang berlangsung dalam waktu yang relatif singkat. Seperti yang dinyatakan (Rossi, 2018) emosi pada umumnya disifatkan sebagai keadaan yang ada pada individu atau organisme pada waktu singkat. Emosi jarang diungkapkan melalui kata-kata, tetapi sering ditunjukkan melalui nada bicara, gerak-gerik, ekspresi wajah, dan sebagainya.

Emosi menjadi aspek yang penting dalam kehidupan manusia saat menunjukkan perasaan yang dirasakannya, jika seseorang tidak memiliki emosi maka akan sulit untuk memahami individu tersebut. Sama halnya dengan individu yang sulit menunjukkan emosi, ada juga manusia yang dalam menunjukkan emosinya bisa secara berlebihan. Setiap individu akan berbeda dalam mengemas dan mengelola emosi, serta mengekspresikan emosi ke dunia luar (Rossi, 2018). Seperti yang sudah dikatakan bahwa pada dasarnya emosi dibedakan menjadi dua, yaitu emosi positif yakni perasaan bahagia, damai dan bersyukur, adapula emosi

negatif yaitu sedih, marah, kecewa, dan benci. Emosi seperti ini kadang sulit untuk dipahami, jika terdapat individu yang gagal dalam memahami emosinya maka dirinya bisa mengalami frustrasi dan gagal.

Menurut (PH Heng dkk, 2018) emosi merupakan suatu reaksi yang dapat terjadi secara positif maupun negatif sebagai dampak dari rangsangan dalam diri maupun dari luar. Adapun menurut (Nur A dkk, 2019) emosi manusia adalah suatu perasaan atau gejolak jiwa yang muncul di dalam diri seseorang sebagai akibat dari adanya rangsangan, baik dari dalam diri sendiri maupun dari luar. Maka dapat disimpulkan emosi merupakan suatu gambaran perasaan atau gejolak dalam diri seseorang berdasarkan keadaan, situasi, dan kondisi dari tingkah laku diri sendiri atau yang datang dari luar. Dapat dikatakan juga bahwa emosi seseorang dapat dikontrol atau diatur oleh pribadinya saat perasaan tersebut bergejolak.

Kontrol emosi atau biasa dikenal dengan regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengekspresikan emosinya, seperti menurunkan, menjaga atau meningkatkan dorongan emosinya. Regulasi emosi memiliki peranan yang mendasar dalam perkembangan sosial seseorang. Dalam mengekspresikan emosi baik positif maupun negatif merupakan hal yang sehat dan baik, apabila dilakukan dengan tepat. Tetapi jika mengekspresikan emosi tidak dilakukan dengan tepat yang terjadi justru menimbulkan masalah yang tidak diinginkan. Ini yang disebut dengan regulasi emosi, yakni kontrol emosi yang dimiliki seseorang harus tepat dan sesuai dengan situasi dan disampaikan pada tempatnya.

Menurut (Chofalina A dkk, 2020) regulasi emosi merupakan sekumpulan berbagai proses individu dalam mempengaruhi emosi yang dimiliki, serta bagaimana mengalami dan mengekspresikannya. Adapun menurut (Rusmaladewi dkk, 2020) regulasi emosi adalah suatu proses individu dalam membentuk dan mengendalikan emosi serta mengetahui bagaimana mengekspresikannya. Maka dapat kita simpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengekspresikan emosinya, yang menjadi dasar dalam perkembangan hidup sosial.

Menurut (Rusmaladewi dkk, 2020) ada beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, salah satunya adalah umur atau usia. Usia seseorang menentukan tingkat kemampuannya dalam regulasi emosi, semakin tinggi usia seseorang semakin baik juga kemampuannya dalam regulasi emosi. Bagaimana dengan kemampuan anak yang usia sekolah dasar 6-12 tahun dalam regulasi emosi. Emosi anak usia sekolah masih dalam tahap adaptasi dari lingkungan keluarga ke lingkungan sekolah, tentu saja regulasi emosinya pun masih dalam proses adaptasi. Hal ini tentu mempengaruhi kondisi anak dalam regulasi emosi, maka dalam usia ini disebut dalam masa perkembangan regulasi emosi.

Penelitian yang dilakukan tertuju pada anak hiperaktif dalam meregulasi emosinya baik di rumah maupun di sekolah. Ditemukan salah satu siswa kelas 1 SD Rachmani, yang berkesulitan dalam regulasi emosi saat proses pembelajaran berlangsung. Sesuai dengan yang saya temukan di lapangan terdapat siswa dengan inisial CY dengan tingkah laku siswa hiperaktif. Dimana saat pembelajaran berlangsung siswa tersebut tidak bisa duduk tenang, dan melakukan hal-hal yang

menyebabkan kelas menjadi tidak kondusif. Seperti yang terjadi pada anak hiperaktif lainnya, CY juga memiliki perilaku aktif yang berlebihan tetapi yang membedakannya adalah siswa CY tidak mampu menyampaikan regulasi emosinya dengan baik. Saat sedih, senang, atau pun marah CY hanya akan mengeluarkan respon dengan cara menangis ataupun berteriak.

Anak hiperaktif merupakan salah satu anak berkebutuhan khusus yang biasanya kita jumpai. Anak hiperaktif adalah anak yang memiliki gangguan tingkah laku yang tidak normal disebabkan disfungsi neurologi dengan gejala utama tidak mampu memusatkan pikiran, (Haria M, 2021). Gangguan ini disebabkan oleh kerusakan kecil pada sistem saraf pusat dan otak sehingga konsentrasi penderita menjadi sangat pendek dan sulit dikendalikan. Penyebab lainnya bisa karna genetik yang didapatkan dari orang tua seperti temperamen, penyebab lain juga datang dari lingkungan, atau masalah pada saat kehamilan dan persalinan. Gangguan yang disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal dapat mempengaruhi tingkah laku hiperaktif pada anak.

Pada usia sekolah dasar anak dengan tingkah laku hiperaktif banyak ditemukan. Perilaku tidak bisa diam, tidak bisa berkonsentrasi, dan bertindak sesuai keinginan hati merupakan ciri-ciri perilaku hiperaktif. Sering kali kita salah menafsirkan sikap hiperaktif pada anak yang terlihat aktif. Anak yang aktif berbeda dengan anak hiperaktif, anak aktif mampu meregulasi diri dan emosinya dengan baik, sedangkan anak hiperaktif tidak mampu meregulasi diri dan emosinya dengan baik. Hal ini yang mengakibatkan tingkah laku negatif selalu ditunjukkan oleh anak hiperaktif.

Menurut (Dorlince S dkk, 2020) perilaku hiperaktif membawa dampak bagi pribadi anak dan lingkungan sekitarnya. Anak hiperaktif tidak bisa diam dan akan selalu menimbulkan masalah baik di lingkungan sekolah maupun di rumah. Terutama masalah yang ditimbulkan dalam lingkungan sekolah meliputi prestasi yang turun naik bahkan bisa menjadi buruk dan tidak memiliki teman karena kesulitan bersosialisasi. Anak hiperaktif memiliki perbedaan interaksi dengan anak normal pada umumnya. Anak hiperaktif memiliki cara komunikasi yang buruk, berperilaku sangat aktif sehingga mereka dianggap mengganggu teman yang lain. Hal ini karena mereka tidak mampu atau kesulitan dalam regulasi emosi dan tidak mampu menyampaikan apa yang dirasakan kepada orang lain.

Kesulitan dalam mengekspresikan apa yang dirasakan oleh anak hiperaktif akan mempersulit dirinya dalam berhubungan sosial dengan temannya di sekolah. Dengan ciri tingkah laku yang tidak bisa diam, sulit memusatkan perhatian, serta impulsif, anak hiperaktif akan menghambat proses pembelajaran yang berlangsung. Teman-temannya akan merasa terganggu dengan tingkah laku tidak bisa diam, serta guru akan kewalahan karena sulit mendapatkan fokus mereka. Guru yang baik harus mampu mengarahkan anaknya agar dapat bersosial dan merasa nyaman di lingkungan sekolah, tanpa melihat perbedaan pada anak. Hal ini juga berlaku bagi anak hiperaktif untuk menerima tingkah laku tersebut dari seorang guru.

Sosialisasi guru dengan siswa sebelum pembelajaran merupakan waktu terbaik untuk dapat menjadikan siswa lebih nyaman dan menumbuhkan rasa bahagia dalam proses pembelajaran (Putri A dkk, 2017). Maka contoh tindakan ini bisa

diterapkan pada kasus yang sedang diteliti, karena pendekatan antara guru dan siswa merupakan salah satu cara dalam mengurangi tingkah laku hiperkatif pada anak. Mengapa dapat mengurangi tingkah lakunya, karena semakin dekat anak hiperaktif dengan seseorang maka, hal apa yang dikatakan orang tersebut akan didengar dituruti. Akan berbeda dengan orang yang jarang mereka temui, maka membutuhkan waktu lagi untuk penyesuain diri mereka terhadap orang yang ditemui.

Beberapa cara atau peran guru dalam mendidik anak hiperaktif menurut (Haria M, 2021) antara lain :

1. Menghilangkan atau mengurangi tingkah laku hiperaktif yang tidak dikehendaki. Dalam hal ini guru akan mencari alasan mengapa siswa melakukan hal-hal tersebut, setelah itu tingkah laku yang tidak dikehendaki diubah ke hal-hal positif.
2. Mengembangkan tingkah laku yang dikehendaki. Melakukan tingkah laku yang dikehendaki, lalu berikan menjadi latihan yang dilakukan terus-menerus agar menjadi sikap positif bagi anak hiperaktif.

Seperti anak pada umumnya dalam regulasi emosi, anak hiperaktif juga mengalami regulasi emosi dalam kehidupan sosialnya. Anak berkebutuhan khusus memiliki gangguan emosional yang cenderung tidak stabil dan menyebabkan tingkah laku yang berlebihan sehingga digolongkan dalam anak hiperkatif. Pada penelitian ini, peneliti mengamati anak dengan kebutuhan khusus hiperaktif dalam proses pembelajaran. Anak hiperaktif dalam meregulasi emosi sedikit berbeda dengan anak pada umumnya. Pada umumnya anak-anak akan meniru suatu hal

yang dia lihat dan akan diterapkan dalam kesehariannya. Begitu juga dengan cara menghadapi regulasi emosi baik orang tua, pengasuh ataupun guru di sekolah, akan menjadi panutan atau contoh untuk anak dalam menghadapi regulasi emosi. Regulasi emosi pada anak hiperaktif membutuhkan lebih banyak kesabaran baik orang tua maupun guru di sekolah dalam menghadapinya. Anak hiperaktif memiliki perilaku yang sangat aktif, cara belajar yang sangat lamban terutama dalam pelatihan yang berkaitan dengan aktivitas sehari-hari, ketidakmampuannya dalam regulasi emosi, serta cenderung mengalami gangguan *mood* dan kecemasan berlebihan.

Sesuai dengan pengamatan yang dilakukan peneliti saat observasi awal, siswa CY akan tenang apabila proses pembelajaran sesuai dengan kemauannya yaitu belajar numerik atau bernyanyi. Jika guru kelas melanjutkan pembelajaran, maka siswa CY akan marah dan berteriak. Tindakannya dalam menyampaikan regulasi emosi yang kurang tepat mengakibatkan kondisi kelas tidak kondusif. Terhambatnya proses pembelajaran, dan lingkungan sosial siswa CY yang kurang baik, adalah dampak dari cara regulasi emosi siswa CY yang kurang tepat. Berangkat dari pengamatan yang dilakukan di lapangan, serta uraian diatas yang diperkuat oleh peneliti sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai bagaimana regulasi emosi pada siswa hiperaktif dalam proses pembelajaran di SD Rachmani.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Siswa hiperaktif tidak mampu berkomunikasi dengan baik, selalu berteriak dan menangis jika tidak menyukai sesuatu atau ingin menyampaikan keinginannya
2. Siswa hiperaktif tidak bisa duduk diam dalam mengikuti pembelajaran, menyebabkan kelas tidak kondusif.
3. Kesulitan membangun hubungan sosial antara guru dan temannya, karena tingkah laku hiperaktif yang menyebabkan dijauhi teman.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas ,permasalahan tersebut cukup luas. Namun dikarenakan keterbatasan waktu dan tenaga sehingga penelitian ini dibatasi pada regulasi emosi yang dimiliki anak hiperaktif dalam proses pembelajaran

D. Rumusan Masalah

Dalam sub penelitian ini mengambil rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana regulasi emosi pada siswa hiperaktif dalam proses pembelajaran?
2. Bagaimana peran guru dalam menghadapi masalah regulasi emosi pada siswa hiperaktif di dalam proses pembelajaran ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada latar belakang masalah dan fokus penelitian, maka tujuan penelitian yang diinginkan di capai adalah :

1. Untuk mengetahui bagaimana regulasi emosi anak hiperaktif dalam proses pembelajaran
2. Untuk mengetahui bagaimana peran dan tindakan guru dalam menghadapi masalah regulasi emosi siswa hiperaktif dalam proses pembelajaran

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menggambarkan masalah regulasi emosi pada siswa hiperaktif di SD Rachmani merupakan hal yang serius dan penting untuk dikaji untuk kemajuan pendidikan terutama dalam mendapatkan pembelajaran di sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Sebagai bahan pengetahuan lebih lanjut dan diharapkan dapat memperoleh informasi tentang cara regulasi emosi pada siswa hiperaktif

b. Bagi Sekolah

Sekolah dapat mengetahui secara umum mengenai cara mengatasi atau menghadapi siswa hiperaktif dalam meregulasi emosinya saat pembelajaran berlangsung.

c. Bagi Pendidik dan Orang tua

Dapat memberikan solusi bagi guru dan orang tua dalam menghadapi anak hiperkatif dalam meregulasi emosi saat proses pembelajaran baik di sekolah maupun di rumah.



