

# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam dasawarsa terakhir ini telah tercatat berbagai peristiwa yang mencerminkan ketidakseimbangan emosi, keputusasaan, dan rapuhnya moral di dalam keluarga, masyarakat, dan kehidupan bersama. Gejala tersebut tampil dalam bentuk tindak kekerasan, kekecewaan, rasa kesepian, diperlakukan dengan kejam, depresi, maupun kekerasan dalam perkawinan (Hadis, 2000).

Ketidakseimbangan emosi dapat menyerang siapa saja, tanpa mengenal batas usia, jenis kelamin, ataupun latar belakang pendidikan dan keluarga seseorang. Menurut Hadis (2000), dalam kondisi sehari-hari kita sering melihat bagaimana mudahnya seseorang mengumbar kemarahan. Seseorang menjadi mudah tersinggung dan marah disebabkan oleh persoalan sepele yang sebenarnya tidak perlu dipermasalahkan. Seringkali persoalan tersebut menjadi pemicu konflik yang sering berakhir dengan sebuah tindakan kriminalitas. Begitu mudahnya hal itu terjadi, seolah-olah tidak ada upaya untuk menahan diri. Kemarahan juga memicu tawuran antarsiswa sekolah yang sering terjadi di kota-kota besar seperti Jakarta dan di daerah-daerah lain. Konflik juga sering terjadi dalam sebuah keluarga yang pada umumnya sering berakhir dengan pembunuhan. Konflik di berbagai daerah juga terjadi disebabkan ketidakmampuan warganya menahan rasa marah mereka. Begitu

pula saat individu dilanda kesedihan yang berkepanjangan yang menyebabkan dirinya terjebak dalam dunia narkoba dan psikotropika.

Uraian di atas memperlihatkan betapa emosi mengendalikan kehidupan manusia. Banyak perbuatan yang disesali disebabkan seseorang terseret emosi untuk melakukan hal-hal di luar nalar yang berakibat negatif bagi dirinya bahkan dapat menghancurkan kehidupan pribadinya. Sebagian lagi memperlihatkan ketidakmampuan mereka keluar dari kemelut emosi yang merongrongnya.

Ketidakseimbangan emosional yang dialami individu disebabkan oleh permasalahan yang dihadapi individu tersebut. Seperti yang dinyatakan oleh Chaplin (1993), emosi tidak datang tiba-tiba. Emosi berespon ketika terjadi suatu rangsangan. Artinya orang tidak mungkin tiba-tiba marah bila tidak ada sebabnya. Emosi sangat tergantung pada situasi merangsang dan arti signifikansi personalnya bagi individu. Pribadi normal, tidak akan menyatakan ledakan periodik berupa kemarahan, kemurkaan, kesedihan, dukacita yang hebat, dan sebagainya, tanpa adanya provokasi tertentu. Agaknya, timbulnya emosi hebat tadi tergantung pada keadaan luar artinya tergantung pada konflik atau masalah yang sedang dihadapi.

Menurut Glover dkk (dalam Idriyani, 2001), masalah merupakan setiap hal yang menghambat tercapainya suatu tujuan. Masalah itu sendiri terdapat dalam berbagai ukuran, berbagai jenis dan berbagai tingkat kesukaran.

Sementara Sudarsono (1995) berpendapat bahwa masalah adalah kondisi atau situasi yang tidak menentu, sifatnya meragukan dan sukar dimengerti sehingga memerlukan pemecahan masalah yang baik.