

JURNAL PSIKOLOGI

Teori & Terapan

Penyesuaian Sosial Siswa Tuna Rungu di Sekolah Umum: Studi Kasus

Dian Rachmawati Wasito, Dwi Sarwindah, & Wiwik Sulistiani

Pengaruh Motivasi Kerja dan Dukungan Suami Terhadap Stres Konflik Peran Ganda dan Kepuasan Perkawinan pada Wanita Karir

Abdul Saman & Eva Meizara Puspita Dewi

Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan dalam Mengatasi Stres (Coping Stress)

Ira Darmawanti

Studi Kasus Dinamika Emosi pada Anak Autis

Riza Noviana Khoirunnisa & Mochammad Nursalim

Hubungan antara Kualitas Layanan dan Minat Membeli pada Konsumen Mini Market

Mina Uswah Surabaya

Umi Anugerah Izzati

Hubungan antara Stress dan Motivasi Kerja pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu

Ni Wayan Sukmawati Puspitadewi

Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Peer-Group* untuk Meningkatkan Kemampuan Remaja dalam Menjalिन Persahabatan

Retno Tri Hariastuti

Peran Filsafat Eksistensialisme terhadap Terapi Eksistensial-Humanistik untuk Mengatasi Frustrasi Eksistensial

Diana Rahmasari

JURNAL PSIKOLOGI

Teori & Terapan

Jurnal Psikologi: Teori & Terapan terbit dua kali dalam setahun pada bulan Agustus dan Pebruari. Jurnal ini memuat tulisan-tulisan ilmiah berdasarkan penelitian dan pemikiran kritis tentang berbagai isu yang berkembang dalam ranah psikologi teoritis maupun terapan.

Ketua Penyunting:

Eko Darminto

Penyunting Pelaksana:

Muhammad Syafiq
Hermien Laksmiwati
Desi Nurwidawati

Tata Usaha:

Musaropah

Alamat Penerbit dan Redaksi: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya, Kampus UNESA Lidah Wetan, Surabaya 60215 Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112

Jurnal ini menerima tulisan yang belum pernah diterbitkan oleh jurnal atau media publikasi lainnya. Persyaratan bagi penulis tercantum pada halaman sampul belakang. Tulisan yang masuk akan dievaluasi dan disunting. Penyunting dapat melakukan perubahan pada tulisan yang dimuat tanpa mengubah substansinya.

JURNAL PSIKOLOGI

Teori & Terapan

DAFTAR ISI

Penyesuaian Sosial Siswa Tuna Rungu di Sekolah Umum: Studi Kasus Dian Rachmawati Wasito, Dwi Sarwindah, & Wiwik Sulistiani <i>Fakultas Psikologi Universitas Hangtuh Surabaya</i>	81-92
Pengaruh Motivasi Kerja dan Dukungan Suami Terhadap Stres Konflik Peran Ganda dan Kepuasan Perkawinan pada Wanita Karir Abdul Saman & Eva Meizara Puspita Dewi <i>Universitas Negeri Makassar</i>	93-101
Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan dalam Mengatasi Stres (<i>Coping Stress</i>) Ira Darmawanti <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	102-107
Studi Kasus Dinamika Emosi pada Anak Autis Riza Noviana Khoirunnisa & Mochammad Nursalim <i>Universitas Negeri Surabaya</i>	108-120
Hubungan antara Kualitas Layanan dan Minat Membeli pada Konsumen Mini Market <i>Mina Uswah</i> Surabaya Umi Anugerah Izzati <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	121-125
Hubungan antara Stres dan Motivasi Kerja pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu Ni Wayan Sukmawati Puspitadewi <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	126-134
Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Peer-Group</i> untuk Meningkatkan Kemampuan Remaja dalam Menjalin Persahabatan Retno Tri Hariastuti <i>Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Negeri Surabaya</i>	135-140
Peran Filsafat Eksistensialisme terhadap Terapi Eksistensial-Humanistik untuk Mengatasi Frustrasi Eksistensial Diana Rahmasari <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	141-148

PENYESUAIAN SOSIAL SISWA TUNA RUNGU DI SEKOLAH UMUM : STUDI KASUS

Dian Rachmawati Wasito, Dwi Sarwindah, Wiwik Sulistiani

Fakultas Psikologi Universitas Hangtuh Surabaya

e-mail: wie_ko2@yahoo.com

Abstract: *Hearing impaired students generally study with other students who have the same special need in special schools called Sekolah Luar Biasa B (SLB B). However, inclusive education which enables students with special need to study in the same classes with normal students has been developing rapidly in recent years in Indonesia. This study aimed at investigating the social adjustment of hearing impaired students who study with normal students in a general school. A qualitative approach with case study method was employed. Participants of the study were three hearing impaired students and three significant others of each student who were their parents, teachers dan close friends. Data were analysed using a thematic analysis. This study found that participants socially adjusted in effective ways during their studies with normal students in the general school.*

Key words: *hearing impaired students, social adjustment, general school*

Abstrak: Siswa tuna rungu pada umumnya belajar dengan siswa lain yang memiliki kebutuhan khusus serupa di sekolah-sekolah khusus yang disebut Sekolah Luar Biasa B (SLB B). Namun pendidikan inklusif yang memungkinkan siswa dengan kebutuhan khusus untuk belajar di kelas yang sama dengan siswa normal telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penyesuaian sosial siswa tuna rungu yang belajar dengan siswa normal di sekolah umum. Pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus digunakan dalam penelitian ini. Partisipan penelitian adalah tiga siswa tuna rungu dan tiga orang lain yang signifikan bagi setiap siswa, yakni orang tua mereka, guru dan teman dekat mereka. Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Studi ini menemukan bahwa partisipan menyesuaikan diri dengan cara-cara yang efektif selama masa studi mereka dengan siswa normal di sekolah umum.

Kata kunci: Penyesuaian sosial, siswa tuna rungu, sekolah umum

Jumlah penderita cacat fisik maupun mental di Indonesia cukup besar. Hasil analisa Badan Pusat Statistik dan Departemen Sosial tahun 2003 menjelaskan bahwa jumlah penyandang cacat di Indonesia sekitar 1,48 juta atau 0,7 persen dari jumlah penduduk. Jumlah penyandang cacat umur 5-18 tahun atau masuk kategori usia sekolah diprediksi 21,42 persen dari seluruh penyandang cacat yaitu sekitar 317.016 anak (Jawa Pos, 2007). Kategori kecacatan terbagi dalam beberapa jenis yakni tuna netra, tuna rungu, tuna grahita, tuna daksa, tuna laras, tuna ganda dan autis. Kelompok yang digolongkan berdasarkan adanya gangguan pada pendengaran disebut dengan tuna rungu.

Anak tuna rungu dengan keterbatasannya juga berhak mendapatkan pendidikan seperti anak lainnya. Tempat anak tuna rungu

memperoleh pendidikan disebut dengan SLB B. Sekolah tersebut menerapkan kurikulum khusus bagi anak dan remaja dengan gangguan pendengaran yang berbasis kompetensi berbahasa dan komunikasi untuk menuju kecakapan hidup. Dalam perkembangan terbaru di Indonesia, ada beberapa sekolah umum yang mau menerima anak penderita tuna rungu. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1977) memang mengeluarkan kebijakan program integrasi, yakni sekolah umum bisa menerima anak atau remaja berkebutuhan khusus dengan ketentuan tertentu yang telah dipenuhi. Sekolah yang menerapkan program integrasi ini disebut sekolah inklusi.

Sekolah inklusi menyediakan guru pembimbing khusus, sarana belajar yang dapat diakses siswa yang memiliki kebutuhan

khusus seperti alat bantu dengar dan buku berhuruf braile, dan sarana dan prasarana sekolah yang mendukung ruang gerak serta kurikulum yang lebih fleksibel. Namun, keberadaan sekolah inklusi belum mampu memenuhi kebutuhan pendidikan seluruh anak tuna rungu. Hal tersebut terjadi karena banyaknya jumlah anak tuna rungu sehingga membuat anak tuna rungu lebih memilih untuk bersekolah di sekolah umum biasa dengan ketentuan dan fasilitas yang terbatas. Padahal sekolah umum cenderung hanya menyediakan sarana belajar standar untuk siswa normal dan kurang memberi fasilitas atau sarana yang dapat diakses siswa berkebutuhan khusus termasuk siswa tuna rungu.

Karena itu dapat diasumsikan bahwa anak tuna rungu di sekolah umum akan berpotensi menghadapi berbagai permasalahan dalam belajar maupun interaksi sosial. Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh penderita tuna rungu adalah adanya keterbatasan yang terkait dengan proses komunikasi dan sosialisasi. Anak tuna rungu juga akan cenderung mengalami masalah dalam hal mereka tidak mempunyai kemampuan berbahasa yang wajar padahal bahasa merupakan prasyarat dari kemampuan kognisi. Karena itu anak tuna rungu kemungkinan akan mengalami kesulitan dalam berfikir (Delphie, 2006:108). Anak tuna rungu yang bersekolah di sekolah umum kemungkinan besar juga akan menghadapi kesulitan dalam bersosialisasi karena keterbatasan dalam berkomunikasi tersebut. Terutama anak tuna rungu akan mengalami kesulitan mengikuti petunjuk lisan, berpartisipasi dalam kegiatan oral, dan hambatan dalam perkembangan bahasa (Delphie, 2006:103).

Anak tuna rungu juga akan tumbuh menjadi seorang remaja. Remaja tuna rungu memiliki tugas perkembangan yang sama dengan remaja normal yaitu melakukan penyesuaian diri dan sosial. Masa remaja merupakan periode perkembangan psiko-

fisiologis yang dialami hampir semua individu pada rentang usia 12 hingga 21 tahun. Adanya tugas perkembangan untuk pemenuhan penyesuaian diri pada lingkungan sosial tentu membutuhkan usaha yang lebih besar bagi remaja tuna rungu.

Sekolah merupakan tempat anak dan remaja tuna rungu belajar berkomunikasi dan bersosialisasi serta mengembangkan potensi yang dimilikinya. Remaja tuna rungu akan memerlukan penyesuaian diri yang baru ketika berada di lingkungan yang baru. Permasalahan akan muncul ketika remaja tuna rungu berada dalam satu tempat dengan anak normal di sekolah umum. Selama ini, permasalahan yang dialami penderita tuna rungu adalah kesulitan dalam melakukan komunikasi, dan karena itu juga kemungkinan besar berimplikasi negatif pada kemampuan penyesuaian dirinya.

Hurlock (1980:287) mengartikan penyesuaian sosial sebagai keberhasilan individu dalam menyesuaikan diri dengan orang lain. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik berarti telah mempelajari berbagai keterampilan-keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan diplomatis dengan orang lain baik teman maupun orang yang tidak dikenal. Tidak semua orang mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik terhadap lingkungan. Banyak individu yang kurang dapat menyesuaikan diri secara sosial maupun pribadi. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu kematangan emosi dan teman (Hurlock, 1980: 233, 288).

Hurlock (1980:287) menjelaskan bahwa kriteria penyesuaian sosial yaitu: *pertama*, penampilan nyata. Bila perilaku sosial anak, seperti yang dinilai berdasarkan standar kelompok, memenuhi harapan kelompok, anak akan menjadi anggota kelompok yang akan diterima kelompok. *Kedua*, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok. Anak yang saat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik

kelompok sebaya maupun kelompok orang dewasa secara sosial dianggap sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik. *Ketiga*, sikap sosial. Anak harus yang menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, dan terhadap peran terhadap kelompok sosial, bila ingin dinilai sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. *Keempat*, kepuasan pribadi. Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, anak harus merasa puas terhadap kontak sosial dan terhadap peran dimainkan dalam situasi sosial, baik sebagai pemimpin maupun sebagai anggota.

Adapun kriteria penyesuaian diri di lingkungan sekolah meliputi beberapa kriteria menurut Scheneider (1964:454), yaitu: *pertama*, menghargai dan menerima otoritas sekolah, peraturan sekolah, kepala sekolah, dan guru. *Kedua*, berminat dan berpartisipasi dalam aktivitas sekolah, mau melibatkan diri dalam pada kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh sekolah serta adanya keinginan dalam melibatkan diri dalam aktivitas tersebut. *Ketiga*, membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman sekelas, guru dan penasihat sekolah. *Keempat*, mau menerima tanggung jawab serta batasan-batasan yang dibuat oleh sekolah. *Kelima*, membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.

Effendi (2006:83) menjelaskan bahwa terganggunya pendengaran seseorang menyebabkan terbatasnya penguasaan bahasa. Hal ini dapat menghambat kesempatan untuk berkomunikasi dengan lingkungan sosial. Berangkat dari kondisi demikian, seseorang dengan keterbatasan dalam kemampuan pendengarannya seringkali tampak frustrasi. Akibat yang muncul, penderita tuna rungu sering menampilkan sikap-sikap asosial, bermusuhan, atau menarik diri dari lingkungannya. Keadaan ini semakin tidak menguntungkan ketika beban ditambah dengan sikap lingkungan atau tekanan lain yang berasal dari luar diri (teman

sebaya, keluarga, masyarakat sekitar) yang berupa cemooh, ejekan, dan bentuk penolakan lain yang sejenis. Hal ini tentu membuat anak tuna rungu akan semakin merasa tidak aman, bimbang dan ragu-ragu terhadap keberadaan dirinya.

Berdasarkan hasil observasinya yang dilakukan secara berkelanjutan, Van uden (dalam Effendi, 2006:84) berhasil mencatat beberapa sifat kepribadian anak tuna rungu yang berbeda dengan anak normal, antara lain: 1) anak tuna rungu lebih egosentris; 2) anak tuna rungu lebih tergantung pada orang lain dan apa-apa yang sudah dikenal; 3) perhatian anak tuna rungu lebih sukar dialihkan; 4) anak tuna rungu lebih memperhatikan yang konkret; 5) anak tuna rungu lebih miskin dalam fantasi; 6) anak tuna rungu umumnya mempunyai sifat polos, sederhana, tanpa banyak masalah; 7) perasaan anak tuna rungu lebih cenderung dalam keadaan ekstrem tanpa banyak nuansa; 8) anak tuna rungu lebih mudah marah dan lekas tersinggung; 9) anak tuna rungu kurang mempunyai konsep tentang hubungan; 10) anak tuna rungu mempunyai perasaan takut akan hidup yang lebih besar.

Adanya lingkungan yang berbeda, dalam hal belajar bersama siswa-siswa normal di sekolah umum, tentu menimbulkan masalah baru bagi remaja tuna rungu. Pendengaran yang terganggu menyebabkan terbatas dalam penguasaan bahasa. Hal ini dapat menghambat kesempatan untuk berkomunikasi dengan lingkungan sosialnya. Berdasarkan permasalahan ini, peneliti ingin mengungkap dan mengkaji lebih dalam bagaimana penyesuaian sosial remaja tuna rungu yang belajar di sekolah umum. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena dapat memberikan pemahaman yang mendalam tentang kondisi psikososial remaja tuna rungu yang belajar di sekolah umum. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi awal untuk membantu meningkatkan kemampuan akademik maupun sosial anak tuna rungu di sekolah umum.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus untuk mengkaji secara mendalam penyesuaian sosial remaja tuna rungu yang bersekolah di sekolah umum. Fokus penelitian dalam penelitian ini adalah apakah para siswa tuna rungu melakukan hal-hal sebagai berikut: *pertama*, menghargai dan menerima otoritas sekolah, peraturan sekolah, kepala sekolah, dan guru; *kedua*, berminat dan berpartisipasi dalam aktivitas sekolah, mau melibatkan diri dalam pada kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh sekolah serta adanya keinginan dalam melibatkan diri dalam aktivitas tersebut; *ketiga*, membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman sekelas, guru dan penasihat sekolah; *keempat*, mau menerima tanggung jawab serta batasan-batasan yang dibuat oleh sekolah; *kelima*, membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan; *keenam*, menunjukkan penampilan (*performance*) nyata yang baik; *ketujuh*, melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok; *kedelapan*, menunjukkan sikap sosial yang cukup baik; dan *kesembilan*, memperlihatkan kepuasan pribadi.

Partisipan

Subjek penelitian penelitian ini adalah siswa tuna rungu yang belajar di SMK Negeri 8 Surabaya. Proses pemilihan subjek selaku informan inti dilakukan melalui tahap pengisian kuesioner sederhana yang menggunakan kategori menurut Hurlock (1980: 287) yaitu: penampilan nyata, penyesuaian terhadap berbagai kelompok, sikap sosial, dan kepuasan diri. Setelah menganalisis hasil kuesioner yang diisi 7 siswa tuna rungu, diambil 3 subjek yang berusia 17 hingga 18 tahun, berasal dari keluarga menengah, tidak menggunakan alat pendengaran, serta memiliki penyesuaian sosial di sekolah dan kepuasan pribadi yang cukup baik.

Teknik pengumpulan data

Penelitian ini menggunakan dua teknik pengambilan data yaitu wawancara dan observasi kelas. Data wawancara tidak hanya diperoleh dari ketiga subjek yang memenuhi kriteria. Data penunjang juga diperoleh dari hasil wawancara guru, orang tua, dan teman dari masing-masing subjek selaku *significant others*. Sedangkan observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dalam bentuk *rating scale*. Ketiga subjek yang telah dipilih akan diobservasi selama 7 hari di dalam kelas, selain itu ketiga subjek juga akan diwawancarai 3 hingga 4 kali untuk menggali informasi terkait penyesuaian sosial remaja tuna rungu yang bersekolah di sekolah umum.

Teknik analisis data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis tematik. Sementara kredibilitas dalam penelitian ini disandarkan pada triangulasi data dan teori. Uji transferabilitas dapat dipertanggungjawabkan melalui prosedur pengambilan sampel yang diarahkan pada unit-unit esensial dan tipikal dari karakteristik subjek yang diteliti, dan juga melalui unit-unit teoritis yang digunakan sesuai dengan pemahaman konseptual terhadap subjek atau topik yang diteliti. Selain itu, uji dependabilitas yang digunakan adalah keterbukaan peneliti dalam memanfaatkan metode-metode yang berbeda untuk mencapai tujuan yaitu menggunakan metode wawancara dan observasi dan diskursus, yakni sejauh mana dan seintensif apa peneliti mendiskusikan temuan analisis dengan orang lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang telah didapatkan oleh peneliti, antara ketiga subjek terdapat beberapa perbedaan terkait cara subjek dalam melakukan penyesuaian sosial di sekolah. Perbedaan tersebut dipengaruhi beberapa faktor yang salah satunya adalah dukungan orang tua. Ketiga subjek Y, A, dan F

mendapatkan dukungan dari orang tua. Walaupun kapasitas setiap anak berbeda namun adanya dukungan dari keluarga membantu proses penyesuaian sosial yang efisien.

Pada Y, dukungan yang diberikan oleh orang tua adalah perhatian yang diberikan dalam bentuk pertanyaan tentang aktivitas dan kegiatan yang dilakukan setiap hari. Ibu subjek juga mencari tahu apabila ada masalah yang dimiliki. Ibu subjek tidak mampu mengikuti perkembangan subjek secara mendetail karena orang tua juga harus bekerja. Ibu Y ikut serta dalam mengawasi perkembangan subjek saat pertama kali masuk sekolah dan berusaha mencari informasi tentang hal yang harus dilakukan Y saat pertama kali masuk sekolah.

Subjek A mendapatkan dukungan berupa perhatian penuh dan kepercayaan. Ibu subjek A juga sangat memperhatikan perkembangan bakat dan minat subjek. Ibu subjek A fokus memberikan dukungan terhadap perkembangan A karena ibu A adalah ibu rumah tangga. Perhatian yang juga diberikan oleh ibu A adalah membiasakan anak untuk menceritakan masalah setiap hari dan meningkatkan kepercayaan diri subjek dengan melihat kelebihan yang dimiliki.

Subjek F mendapatkan dukungan berupa perhatian. Orang tua subjek selalu berusaha untuk menghilangkan rasa rendah diri yang dirasakan subjek dengan cara bekerja sama dengan wali kelas untuk memantau perkembangan F dan mencari teman untuk mau menemani F. F juga dibiasakan untuk menceritakan segala aktivitas setiap malam dan masalah apa yang terjadi pada saat di sekolah.

Dukungan yang diberikan pada setiap subjek berbeda dan hal ini mempengaruhi proses penyesuaian sosial mereka. Hal ini dapat dimengerti karena sifat hubungan yang terjadi antara anak dengan orang tua pada tahun-tahun pertama kehidupan akan menentukan corak hubungan antara anak

dengan lingkungan sosial sekitar di kemudian hari (Effendi, 2006:83-84).

Pembahasan selanjutnya akan mencermati penyesuaian sosial para subjek penelitian berdasarkan sembilan kategori yang menjadi fokus penelitian, yaitu: menghargai dan menerima otoritas, minat dan partisipasi dalam kegiatan sekolah, menjalin relasi sosial, tanggung jawab, ikut mewujudkan tujuan sekolah, penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

Menghargai dan menerima otoritas

Para subjek sama-sama menghargai dan menerima otoritas sekolah, peraturan sekolah, kepala sekolah, dan guru. Mereka memiliki keasamaan dalam mengenal peraturan yang sederhana dalam bentuk peraturan tertulis namun kurang memahami adanya peraturan tidak tertulis. Y, A, dan F mengenal bahwa peraturan yang ada di sekolah seperti tidak boleh terlambat, memakai seragam, dilarang merokok, dilarang membolos sedangkan untuk peraturan tertulis, Y, A, dan F menjelaskan bahwa peraturan selain peraturan yang dijelaskan di atas adalah tidak ada karena peraturan yang ada hanya yang telah disebutkan di atas sama seperti anak yang lain. Adanya pemahaman tentang pengetahuan sederhana dan kurang pemahaman atas peraturan tidak tertulis disebabkan karena kehilangan pendengaran yang menyebabkan miskin kosakata, sulit mengartikan kata kiasan (Sutjiati, 2006:100).

Ketiga subjek memang terbatas dalam hal bahasa namun subjek Y, A, dan F termasuk anak yang mampu menghargai guru dan kepala sekolah serta taat pada peraturan yang dibuat oleh guru di kelas. Hal tersebut ditunjukkan bahwa ketiga subjek tidak pernah mendapatkan teguran keras baik dari guru maupun kepala sekolah. Y, A, dan F mampu mengikuti pelajaran dengan tertib dan taat pada peraturan selama di dalam kelas. Peraturan yang kemungkinan dilanggar oleh ketiga subjek adalah terlambat sekolah dan

mengobrol di sekolah. Perilaku yang ditampilkan Y, A, dan F menunjukkan bahwa ketiga subjek mampu menerima norma yang dibuat oleh lingkungan sekolah sedangkan anak tuna rungu seringkali mengalami hambatan sehingga sulit menerima norma di lingkungan.

Minat dan partisipasi dalam kegiatan sekolah

Secara teoritis, adanya gangguan pendengaran pada seseorang menyebabkan keterbatasan dalam penguasaan bahasa sehingga kesempatan untuk berkomunikasi dengan lingkungan sosialnya akan terhambat. Karena itu seseorang yang terganggu pendengarannya seringkali tampak frustrasi dan akhirnya sering menampilkan sikap-sikap asosial seperti bermusuhan atau menarik diri dari lingkungan (Effendi, 2006:83). Ketiga subjek tidak menampilkan hal-hal seperti dijelaskan dalam pernyataan di atas. Y, A, dan F berminat dalam aktivitas sekolah. Adanya gangguan pendengaran tidak membuat ketiga subjek merasa malu untuk ikut serta dalam aktivitas sekolah. Y, A, dan F memang tidak mengikuti kegiatan organisasi yang diadakan sekolah karena keterbatasan dalam berkomunikasi namun ketiga subjek tidak menarik diri. A, Y, dan F mengikuti kegiatan sekolah yang mungkin dapat diikuti seperti kegiatan ekstrakurikuler yaitu basket dan berenang. Ketiga subjek mengikuti kegiatan tersebut dengan cara memperhatikan gerakan yang dipraktikkan guru atau teman dan mengikuti latihan secara rutin.

Menjalinkan relasi sosial

Penyesuaian sosial juga dikatakan efektif apabila mampu membina hubungan antar pribadi yang baik (Haber dan Ruyon, 1984:25). Proses membina hubungan antar pribadi yang baik masuk dalam satu kategori penyesuaian sosial di sekolah yaitu mampu membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman sekelas, guru dan perangkat sekolah. Kemampuan subjek dalam membina relasi sosial berbeda satu sama lain.

Subjek Y dan A mampu membina hubungan pribadi yang baik dengan teman dan guru sedangkan F kurang mampu membina hubungan pribadi yang baik karena masih terbatas dalam hal berkomunikasi. F lebih sering menyendiri dan terkucilkan ketika di kelas. Hubungan F dengan guru dan teman sulit karena merasa terhambat untuk berkomunikasi. F sering terkucilkan karena kurang memahami hal yang dibicarakan teman dan mengeluarkan suara keras ketika diajak bicara dan kurang menunjukkan respon ketika diajak bicara. Y merasa diperlakukan buruk yaitu seringkali diganggu dan dipaksa melakukan pekerjaan yang tidak ingin Y lakukan oleh teman dikelas namun subjek mampu berteman dengan beberapa teman dekat yang mau menerima keterbatasan. A dan F diperlakukan baik di lingkungan kelas mereka. A mampu membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman sekelas namun A tertutup dan tidak mau menceritakan masalah pada teman dekat. A hanya mau menceritakan semua masalah pada ibu dan bukan pada teman.

Setiap subjek memiliki hambatan tersendiri dalam membina hubungan pribadi yang baik namun ketiga subjek berusaha untuk mampu bersikap sopan dan menghargai guru dan kepala sekolah. Y, A, dan F mau memberi salam dan mencium tangan ketika bertemu dengan guru atau kepala sekolah. Ketiga subjek mau mendengarkan perintah guru dan tertib pada saat di kelas. Ketiga subjek juga berusaha untuk mengembangkan kemampuan berkomunikasi dengan cara berbicara dengan bahasa biasa dan memperjelas dalam bentuk tulisan apabila proses pembicaraan sulit dimengerti. Ketiga subjek juga berusaha untuk berinteraksi dengan teman di kelas.

Tanggung jawab

Sebagai seorang siswa, ketiga subjek wajib menerima tanggung jawab serta batasan-batasan yang dibuat oleh sekolah. Sekolah memiliki cara tersendiri untuk

mengenalkan peraturan sekolah yaitu dengan cara memberikan edaran untuk orang tua sehingga siswa tuna rungu mendapatkan perlakuan yang sama seperti siswa yang lain. Y, A, dan F merupakan siswa dengan gangguan pendengaran dan seperti yang diketahui bahwa anak tersebut mengalami hambatan sehingga sulit menerima norma lingkungan. Adanya penjelasan di atas diperoleh bahwa anak tuna rungu seringkali sulit menerima norma yang ada karena kurang dikenalkan oleh lingkungan. Di sekolah umum, ketiga subjek di perlakukan sama dengan siswa lain yaitu diberi surat edaran sehingga mampu mengetahui peraturan yang berlaku di sekolah. Hal tersebut ditunjukkan bahwa ketiga subjek tidak pernah melanggar peraturan sekolah seperti tidak membolos sekolah. Pelanggaran yang mungkin dilakukan oleh ketiga subjek adalah terlambat sekolah. Ketiga subjek mampu menerima dan melaksanakan norma dan aturan yang ada di sekolah.

Proses penyesuaian sosial dapat dilihat melalui tingkat kematangan sosial individu sedangkan penerimaan nilai sosial bagi anak tuna rungu merupakan jembatan dalam pengembangan kematangan sosial. Siregar (dalam Effendi, 2006:83) berpendapat untuk mencapai kematangan sosial, anak tuna rungu paling tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai nilai-nilai sosial dan kebiasaan di masyarakat dan mempunyai kesempatan yang banyak untuk menerapkan pengetahuan-pengetahuan tersebut (Effendi, 2006: 83). Adanya informasi dari sekolah membuat ketiga subjek berusaha untuk mematuhi peraturan yang ada. Adanya pelanggaran yang terjadi pada subjek seringkali disebabkan oleh kesalahpahaman menerima informasi seperti adanya informasi terkait dengan pengumuman yang hanya dibicarakan dari mulut ke mulut yang kemudian tidak didengar oleh ketiga subjek. Pelanggaran yang biasa dilakukan oleh ketiga subjek adalah terlambat sekolah. Proses pelaksanaan peraturan diterapkan melalui dua

cara yaitu patuh pada peraturan yang ikut serta untuk mencegah terjadi pelanggaran. Ketiga subjek dengan keterbatasan lebih banyak menunjukkan diam ketika melihat teman yang melakukan pelanggaran namun tidak dengan subjek Y. Y mampu menegur teman yang melakukan perilaku pelanggaran. Sikap diam oleh subjek A dan F disebabkan oleh sifat salah satu penderita tuna rungu yaitu polos, sederhana, dan tanpa banyak masalah (Effendi, 2006:84).

Ikut mewujudkan tujuan sekolah

Setiap siswa di sekolah juga ikut berperan dalam mewujudkan tujuan sekolah termasuk siswa tuna rungu. Cara yang dapat dilakukan oleh ketiga subjek selaku siswa tuna rungu adalah hampir sama. Ketiga subjek menunjukkan kebanggaan sebagai siswa SMK Negeri 8 Surabaya. Ketiga subjek tetap merasa senang dan mau berusaha untuk diterima di lingkungan walaupun pada subjek Y mengalami penerimaan sosial kelas yang buruk yaitu sering diganggu dan dipaksa oleh teman dan F yang merasa terkucilkan karena kesulitan dalam berkomunikasi ketika di dalam kelas. Upaya perwujudan sekolah dapat dilakukan berbagai cara seperti berprestasi di kelas, tidak melakukan pelanggaran yang dapat menyebabkan membawa nama buruk sekolah, dan menunjukkan mampu berprestasi membawa nama baik sekolah. Pencapaian kematangan sosial yang merupakan salah satu syarat yang harus dimiliki oleh setiap individu dalam penyesuaian sosial yaitu dengan cara cukup mendapatkan kesempatan mengalami berbagai macam bentuk hubungan sosial dan mempunyai dorongan untuk mencari pengalaman di atas (Effendi, 2006:83).

Y, A, dan F sebagai siswa yang memiliki keterbatasan berusaha untuk melakukan hal yang bisa dilakukan. Ketiga subjek berusaha untuk mencari pengalaman dalam bentuk hubungan sosial dengan lingkungan sekolah. Ketiga subjek berusaha menunjukkan bahwa Y, A, dan F ikut serta dalam mewujudkan tujuan sekolah. Y berusaha berprestasi pada

pelajaran yang disukai dan pelajaran yang dianggap mudah oleh subjek adalah pelajaran yang lebih mengutamakan praktek namun belum mampu mengikuti lomba untuk mewakili sekolah. A berusaha menjaga sikap dengan cara tidak melakukan pelanggaran sekolah ketika menggunakan seragam, memiliki nilai yang cukup baik dalam pelajaran yang disukai yaitu matematika dan kewarganegaraan namun tidak mau mewakili sekolah untuk mengikuti lomba karena tidak ingin mencampuradukkan urusan pendidikan dengan hobi A di bidang modeling. F mampu memiliki nilai cukup baik pada pelajaran matematika, tidak melakukan pelanggaran sekolah namun belum pernah dikirim lomba untuk mewakili sekolah.

Penampilan nyata

Setiap siswa berusaha untuk memberikan penampilan nyata yang baik terhadap lingkungan sekolah. Hal ini dilakukan sebagai upaya siswa untuk mampu diterima di lingkungan sekolah baik oleh guru maupun teman. Penampilan nyata yang baik dapat dilihat baik apabila perilaku sosial anak yang dinilai berdasarkan standar kelompok, memenuhi harapan kelompok, anak akan menjadi anggota kelompok yang akan diterima kelompok (Hurlock, 1980:287). Penampilan nyata yang diberikan ketiga subjek pada teman adalah mau membantu teman walaupun hanya memberikan bantuan sederhana seperti memberi pinjaman buku, membeli makanan di kantin atau piket kelas. Ketiga subjek juga berusaha untuk berinteraksi dengan teman tanpa malu dengan keterbatasan dan mampu berdiskusi dengan teman. A dan Y mampu menampilkan sikap ramah pada siswa di luar dan dalam kelas yaitu mau tersenyum ketika bertemu teman luar kenal di jalan. Ketiga subjek mampu membina hubungan antar pribadi yang baik dan memiliki konsep diri yang positif yang merupakan bagian dari faktor penyesuaian sosial yang efektif (Haber dan Ruyon, 1984: 25).

Penampilan nyata pada teman juga dilihat melalui cara subjek dalam menghadapi teman yang marah. Y tidak pernah marah pada teman walaupun teman di kelas bersikap sewenang-wenang. Sikap yang ditampilkan Y adalah hanya menggerutu, A tidak pernah marah namun mau memberikan perlawanan apabila teman bersikap sewenang-wenang, F tidak pernah marah pada teman namun lebih sering dimarahi karena sering salah paham dan respon subjek F adalah diam. Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah emosi. Emosi memainkan peran penting dalam menentukan cara penyesuaian pribadi dan sosial yang akan dilakukan anak, tidak hanya dalam masa kanak-kanak tetapi juga setelah mereka tumbuh tumbuh menjadi remaja dan dewasa maka perkembangan emosi individu harus sedemikian rupa sehingga memungkinkan penyesuaian yang baik (Hurlock, 1980: 233). Bentuk emosi yang ditampilkan ketiga subjek berbeda-beda dan penyaluran emosi yang berlebihan tidak muncul walaupun lingkungan tidak memahami keadaan subjek. Ketiga subjek mampu menekan emosi ketika menghadapi perasaan marah dan berusaha memberikan ekspresi emosi positif.

Penampilan nyata juga ditunjukkan pada guru, kepala sekolah dan lingkungan sekolah. Kematangan sosial merupakan salah satu syarat yang harus dimiliki oleh setiap individu dalam penyesuaian sosial dan kematangan anak tuna rungu diharapkan memiliki yaitu cukup mendapatkan kesempatan mengalami berbagai macam bentuk hubungan sosial dan mempunyai dorongan untuk mencari pengalaman (Effendi, 2006:83). Y, A, dan F berusaha untuk membina hubungan sosial yang baik dengan guru dengan cara bersikap sopan pada guru yang ada di kelas, bersikap baik dengan cara memberi salam ketika bertemu kepala sekolah. Cara yang dilakukan oleh ketiga subjek adalah mampu mendengarkan perintah guru dan bersikap ramah terhadap guru ketika di kelas seperti dengan cara berusaha untuk tetap tenang ketika di

kelas, memperhatikan ketika guru mendengarkan, melaksanakan tugas dari guru yang bersangkutan dan mau menjawab ketika diajak berbicara oleh guru.

Penyesuaian terhadap kelompok

Proses membina hubungan sosial di sekolah membutuhkan penyesuaian diri terhadap kelompok. Anak yang mampu melakukan penyesuaian diri yang baik terhadap kelompok baik kelompok sebaya maupun dewasa secara sosial dianggap sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik (Hurlock, 1980: 287). Proses penyesuaian diri terhadap kelompok dilakukan ketiga subjek dengan cara berbeda. Y dan A akan cuek dan diam ketika lingkungan kurang menyukai sedangkan F berusaha mendapatkan teman lain ketika ada teman tidak menyukai subjek. A tidak sama seperti Y dan F ketika menghadapi masalah. A mau memberikan perlawanan diri apabila merasa teman berlaku sangat sewenang-wenang sedangkan Y dan F hanya diam. Berdasarkan sifat dan kepribadian anak tuna rungu menunjukkan bahwa anak tuna rungu mempunyai sifat polos, sederhana dan tanpa banyak masalah (Effendi, 2006:84). Ketiga subjek memilih diam atau berusaha untuk mencari jalan lain dari pada memperlakukan keadaan lingkungan yang dianggap kurang menghargai subjek namun selama ini ketiga subjek masih diperlakukan cukup baik dari lingkungan sekolah. Bentuk penyesuaian diri terhadap teman yang juga dilakukan oleh ketiga subjek adalah mau meminta maaf ketika melakukan sebuah kesalahan.

Proses penyesuaian diri terhadap kelompok juga dapat dilihat melalui kegiatan di kelas yaitu proses kerja kelompok. Ketiga subjek selalu bekerja kelompok dengan teman dekat yang mau membantu. Ketiga subjek berkelompok dengan teman yang sama yang mau menerima keterbatasan dan serta dapat membantu mengajarkan ketika ada tugas kelompok. Berdasarkan salah satu sifat kepribadian anak tuna rungu adalah lebih

tergantungan pada orang lain dan apa-apa yang sudah dikenal (Effendi, 2006:84). Y, A, dan F berusaha bekerja sama dengan teman dalam melakukan tugas kelompok. Ketiga subjek akan melakukan tugas yang mungkin mampu dikerjakan oleh subjek seperti mengetik, menulis dan lain-lain. Proses pemilihan kelompok dari ketiga subjek terjadi perbedaan. A dan F mampu memilih anggota kelompok secara mandiri sedangkan Y dipilhkan oleh guru subjek. Hal ini terjadi karena tidak semua teman subjek Y mau menerima keterbatasan subjek. Adanya sikap lingkungan atau tekanan lain yang berasal dari luar diri (teman sebaya, keluarga, masyarakat sekitar) yang berupa cemooh, ejekan, dan bentuk penolakan lain yang sejenis dan berdampak negatif. Hal ini tentu membuat anak tuna rungu semakin tidak aman, bimbang dan ragu-ragu terhadap keberadaan diri penderita tuna rungu (Effendi, 2006:83). Y dalam hal ini mampu mengatasi penolakan yang diberikan oleh lingkungan sehingga tetap mampu bekerja sama dengan teman yang mau membantu dan menerima keterbatasan subjek.

Sikap sosial

Salah satu kriteria penyesuaian sosial adalah sikap sosial. Anak harus yang menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, dan terhadap peran kelompok sosial, bila ingin dinilai sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, bila ingin dinilai sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial (Hurlock, 1980: 287). Sikap sosial yang ditunjukkan Y, A, dan F cukup berbeda. A dan Y sering bercanda dan berkomunikasi dengan teman sedangkan F lebih suka menyendiri karena merasa terhambat dalam hal berkomunikasi. A dan Y mampu membina hubungan baik dengan teman di kelas dan mampu mengekspresikan emosi tertekan pada lingkungan yang berbeda dengan cara berusaha untuk berinteraksi dengan teman di kelas. F lebih senang sendiri karena merasa

lingkungan kurang mampu memahami bahasa. F kurang mampu membina hubungan pribadi dengan teman serta kurang mampu menekan rasa rendah diri terhadap keterbatasan sehingga lebih suka sendiri. Beberapa faktor yang mencerminkan penyesuaian sosial yang efektif, yaitu: Mampu mengekspresikan emosi secara positif dan mempunyai hubungan antar pribadi yang baik (Haber dan Ruyon, 1984:25).

Y, A dan F memiliki kepedulian terhadap teman yang memiliki kesulitan atau memerlukan bantuan. Ketiga subjek mempunyai inisiatif untuk menjenguk teman yang sedang sakit walaupun terkadang terhadang oleh jarak rumah subjek yang jauh dengan teman yang sakit. Y dan F juga mau memberikan perhatian ketika teman sedang bersedih namun A sedikit lebih kurang perhatian terhadap lingkungan. Y akan bertanya penyebab dari kesedihan teman namun subjek tidak berani untuk bertindak lebih jauh sedang F berusaha untuk menghibur teman subjek yang sedang bersedih ketika berkesempatan dan menganjurkan untuk sabar. F, A, Y memiliki sikap sosial yang tinggi. Y mau peduli, berbagi dan menolong temannya yang mengalami kesulitan. Hal tersebut ditunjukkan bahwa Y mau menunggui temannya yang mencontek pekerjaan rumah miliknya, membantu merapikan dan menyediakan alat praktek untuk teman, membantu teman untuk mencuci alat. F termasuk anak yang cukup peduli pada teman. F mampu berbagi dengan teman. Hal tersebut ditunjukkan melalui perilaku yang muncul seperti mau memberikan contekan pada teman, meminjami teman penghapus dan memberikan perhatian pada teman dengan cara memberikan teman tisu tanpa dimintai terlebih dahulu. A juga mau peduli dan mau berbagi dengan teman. Perilaku peduli dan mau berbagi dapat ditunjukkan melalui perilaku meminjami penghapus dan berbagi buku milik dengan teman. Adanya penjelasan diatas dapat dilihat bahwa ketiga subjek memiliki empati yang baik pada teman sekitar.

Empati merupakan bagian dari kematangan emosi. Emosi memainkan peran penting dalam menentukan cara penyesuaian pribadi dan sosial yang akan dilakukan anak, tidak hanya dalam masa kanak-kanak tetapi juga setelah mereka tumbuh menjadi remaja dan dewasa maka perkembangan emosi individu harus sedemikian rupa sehingga memungkinkan penyesuaian yang baik (Hurlock, 1980:233).

Kepuasan pribadi

Kepuasan pribadi merupakan salah satu bagian dari penyesuaian sosial yang paling menentukan. Proses untuk menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, anak harus merasa puas terhadap kontak sosial dan terhadap peran dimainkan dalam situasi sosial, baik sebagai pemimpin maupun sebagai anggota (Hurlock, 1990). Kepuasan diri sangat penting bagi setiap orang. Remaja tuna rungu dengan keterbatasan yang dimiliki memerlukan adanya dukungan dan bimbingan untuk mampu memunculkan kepuasan diri. Adanya dukungan dari orang terdekat sangat membantu penyesuaian sosial karena meskipun memiliki motivasi kuat untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik, anak tidak mendapatkan bantuan dan bimbingan yang cukup dalam proses belajar ini (Hurlock, 1990). Y dan A memiliki kepuasan diri yang baik. Hal tersebut dapat dilihat adanya keterbatasan yang dimiliki tidak membuat subjek merasa rendah diri. Hal tersebut ditunjukkan melalui hasil wawancara yang menjelaskan bahwa Y tidak merasa malu dan terganggu dengan kekurangan yang dimiliki dan subjek cuek terhadap lingkungan yang ada sedangkan A tidak merasa malu dengan kekurangan yang dimiliki karena subjek merasa memiliki kelebihan yang tidak dimiliki teman.

Kepuasan pribadi subjek F berbeda dengan subjek A dan Y. Subjek F sedikit malu dengan kekurangan yang dimiliki namun berusaha menutupi kekurangan dengan mau berkomunikasi dengan orang lain sedangkan A dan Y tidak merasa malu dan merasa cuek

dengan keadaan lingkungan. Ketiga subjek memiliki perbedaan dalam memandang keterbatasan yang dimiliki. A dan Y mampu memiliki rasa percaya diri yang tinggi sehingga tidak merasa malu dengan keterbatasan yang dimiliki berbeda dengan F yang sedikit malu dengan keterbatasan yang dimiliki. Penyesuaian sosial yang efektif juga dicerminkan melalui adanya konsep diri yang positif (Haber dan Ruyon, 1984:25).

Kepuasan diri dipengaruhi oleh adanya kekurangan dan kelebihan oleh subjek. Kelebihan Y yaitu baik, jujur dan bertanggung jawab dan kekurangan Y adalah cuek dan keras kepala. A memiliki yaitu baik, cantik dan kekurangan yang A miliki yaitu pilih-pilih teman dan sangat tertutup. F memiliki kelebihan yaitu sifat baik, suka menolong dan ramah kekurangan yang dimiliki F yaitu sulit berkomunikasi dengan teman. Adanya kekurangan dan kelebihan dari masing-masing subjek mempengaruhi proses penyesuaian sosial. Subjek Y cuek hal ini membantu ketika subjek mendapatkan penolakan secara tidak langsung dari lingkungan maka Y masih mampu untuk menerima keadaan. A memiliki sifat yang sangat tertutup. A hanya mau menceritakan masalah pada ibu bukan teman. Hal ini menjadi sedikit masalah dalam membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman. A terlihat lebih banyak diam. Sifat tertutup terjadi karena subjek sangat dekat dengan ibu sehingga keakraban lebih diberikan pada orang tua yaitu ibu. A tidak belum mampu memenuhi tugas perkembangan remaja yaitu berusaha melepaskan diri dari ketergantungan emosi terhadap orang tua (Sarwono, 2006:40-41). Namun, secara umum ketiga subjek mampu mengatasi perasaan tertekan dan cemas dalam menghadapi penolakan lingkungan, memiliki konsep diri yang positif karena cukup mampu mengatasi masalah yang ada dan mampu mengekspresikan emosi secara positif (Haber dan Ruyon, 1984:25).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek mampu melakukan penyesuaian sosial yang cukup efektif. Y mampu melakukan penyesuaian sosial terhadap lingkungan sekolah dengan sangat efektif, A mampu melakukan penyesuaian sosial di sekolah dengan efektif sedangkan F mampu melakukan penyesuaian sosial di sekolah cukup efektif. Hal tersebut ditunjukkan melalui kemampuan para subjek dalam melakukan penyesuaian sosial dengan melihat melalui sembilan kategori yang menjadi fokus penelitian.

Y memiliki penyesuaian sosial di sekolah yang sangat efektif karena setelah dilihat berdasarkan sembilan kategori yang ada subjek sangat mampu melaksanakan seluruh kategori dengan baik walaupun subjek mengalami penolakan dari teman kelas yang tidak mau menerima kekurangan subjek. A mampu melaksanakan penyesuaian sosial dengan efektif. A mampu melaksanakan sembilan kategori walaupun subjek mengalami sedikit masalah terkait dengan ketidakmampuan untuk mengungkapkan perasaan atau bercerita masalah pada teman dekat yang dimana dalam hal ini mempengaruhi kategori membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat dengan teman sekelas dan kepuasan diri. Sedangkan F memiliki penyesuaian sosial di sekolah secara cukup efektif karena mampu melaksanakan sembilan kategori walaupun F memiliki kesulitan dalam berkomunikasi sehingga membuat subjek kesulitan untuk berinteraksi dengan orang sekitar. Hal ini mempengaruhi kategori membina relasi sosial yang sehat dan bersahabat, sikap sosial dan kepuasan diri. F berusaha menutupi keterbatasan subjek dengan cara menampilkan sikap mau berusaha, bersabar dan lebih berjiwa sosial terhadap teman.

Adanya dukungan orang tua dan guru berupa perhatian, bimbingan dan kepercayaan dapat membantu ketiga subjek dalam

melakukan penyesuaian sosial di sekolah sedangkan pengalaman untuk mendapatkan pendidikan dari sekolah umum sebelumnya tidak sepenuhnya mempengaruhi pembentukan penyesuaian sosial yang efektif.

Dari kesimpulan di atas, peneliti merekomendasikan beberapa usulan dan saran sebagai berikut: *pertama*, siswa tuna rungu yang bersekolah di sekolah umum diharapkan mampu menekan adanya penolakan dari lingkungan dengan cara menampilkan perilaku positif pada lingkungan serta membentuk gambaran diri mereka yang positif untuk menekan rasa rendah diri atas keterbatasan yang dimiliki; *kedua*, guru sekolah umum harus mencari informasi dan pengetahuan tentang anak tuna rungu selengkap mungkin sehingga mampu

lebih memahami siswa tuna rungu dan mampu untuk lebih bekerja sama dalam mengembangkan dan meminimalisasi hambatan yang dialami oleh siswa tuna rungu di sekolah umum sehingga siswa tidak merasa terkucilkan. Selain itu, sekolah umum yang menerima anak tuna rungu harus memberikan penyuluhan kepada guru tentang penderita tuna rungu sehingga dapat meningkatkan kualitas bakat dan minat siswa tuna rungu di sekolah umum; dan *ketiga*, orang tua siswa tuna rungu di sekolah umum harus memberi bimbingan berupa perhatian dan dukungan secara maksimal untuk meningkatkan motivasi dan minat siswa tuna rungu sehingga anak lebih berkembang sesuai dengan bakat yang mereka dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Delphie, B. (2006). *Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus*. Bandung Refika Aditama.
- Effendi, M. (2006). *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Haber, A & Runyon. (1984). *Psychology of adjusment*. Homewood : Doorsey Press.
- Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan*. edisi keenam (diterjemahkan Dra. Istiwidayanti dan Drs. Soedjarwo, Msc). Jakarta: Penerbit Erlangga
- , E. (1990). *Perkembangan Anak jilid 1*. edisi keenam (diterjemahkan dr. Med. Meitasari Tjandra dan Dra. Muslichah Zarkasih) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarwono, S. (2006). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Schneider, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York : Holt, Rinehart and Winston.
- Jawa Pos. (22 Januari, 2007). *Komitmen Depdiknas terhadap Pendidikan Khusus: Baru Sentuh 21 Persen ABK*.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1977). *Pendidikan Anak Tuna Rungu*, Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

PENGARUH MOTIVASI KERJA DAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP STRES KONFLIK PERAN GANDA DAN KEPUASAN PERKAWINAN PADA WANITA KARIR

Abdul Saman dan Eva Meizara Puspita Dewi

Universitas Negeri Makassar
e-mail: absan_unm@yahoo.co.id

Abstract: *The purpose of this study was to examine the effects of: 1) work motivation on dual-role stress; 2) spouse supports on dual-role stress; 3) spouse supports on marriage contentment; and 4) dual-role stress on marriage contentment among career women. A quantitative approach was used as a method of this study. Thirty employees of Bank Nasional Indonesia (BNI) Makassar branch were recruited as participants and were chose based on purposive sampling technique. Four scale instruments were used to collect data while regression analysis of SPSS windows 14.00 program was employed to analyse the data. The study found that work motivation ($r=0,436$) and spouse supports ($r=0,745$) have negative effects on dual-role stress among career women, while spouse supports have positive effect on marriage contentment among career women ($r=0,645$). However, dual-role stress has negative effects on career women's marriage contentment ($r=0,429$).*

Keywords: *work motivation, spouse support, dual-role stress, marriage contentment, career women.*

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji efek dari: 1) motivasi kerja pada stres konflik peran ganda; 2) dukungan pasangan pada stres konflik peran ganda; 3) dukungan pasangan pada kepuasan pernikahan; dan 4) stres konflik peran ganda pada kepuasan pernikahan pada wanita karir. Pendekatan kuantitatif digunakan sebagai metode penelitian ini. Tiga puluh karyawan Bank Nasional Indonesia (BNI) cabang Makassar direkrut sebagai peserta dan dipilih berdasarkan teknik purposive sampling. Empat instrumen skala digunakan untuk mengumpulkan data dan analisis regresi dari program SPSS 14,00 for windows digunakan untuk menganalisis data. Studi ini menemukan bahwa motivasi kerja ($r= 0.436$) dan dukungan pasangan ($r= 0,745$) memiliki efek negatif pada stres konflik peran ganda di kalangan wanita karier, sedangkan dukungan pasangan memiliki efek positif pada kepuasan pernikahan pada wanita karir ($r = 0.645$). Namun, stres konflik peran ganda memiliki efek negatif pada kepuasan pernikahan pada wanita karir ($r= 0,429$).

Kata kunci: Motivasi kerja, dukungan suami, stress karena konflik peran ganda, kepuasan perkawinan, wanita karir.

Wanita bekerja bukanlah hal baru di masyarakat Indonesia. Mangunwijaya (dalam Setyowati & Riyono, 2003) menyatakan bahwa peran wanita tak pernah bisa diabaikan, walaupun pada bidang-bidang tertentu wanita tidak atau belumizinkan memegang peranan langsung, secara operasional justru wanita yang menjadi penggerak. Kenyataan yang bisa kita lihat sekarang adalah semakin meluasnya peluang dan kesempatan wanita untuk tampil ke depan.

Wanita bekerja umumnya dengan alasan mencari uang tambahan atau mem-

bantu suami dalam mencari nafkah, akan tetapi tujuan dan motivasi wanita modern dalam bekerja telah berbeda, selain untuk mencari uang, tujuan lainnya adalah juga untuk mencari eksistensi diri. Horner (Prabandari, 2003) menjelaskan bahwa ada perbedaan yang mendasar antara dua jenis kelamin dalam orientasinya terhadap bekerja. Perbedaan orientasi pria dan wanita adalah bahwa pria lebih berorientasi pada kesuksesan berafiliasi. Sedangkan menurut Hoffman (Prabandari, 2003) mengemukakan bahwa wanita lebih termotivasi untuk berafiliasi daripada untuk meraih prestasi.

Dilema wanita bekerja timbul karena adanya peranan dan fungsi sebagai wanita. Dilema ini dialami pada wanita sedangkan pada pria tidak, karena menurut Panca Dharma Wanita Indonesia menuntut seorang wanita dapat melakukan lima tugas, yaitu sebagai istri atau pendamping suami, sebagai pengelola rumah tangga, sebagai penerus keturunan, sebagai ibu dari anak-anak, dan sebagai warga negara. Dengan keadaan ini, memang berat peranan sebagai seorang wanita. Hal ini tidak mungkin semuanya berjalan dan sulit untuk mencapai hasil yang maksimal (Anoraga, 2005).

Bagi wanita bekerja yang juga sekaligus istri, dan ibu rumah tangga sulit lepas begitu saja dari lingkungan keluarganya, sehingga dapat dikatakan bahwa dalam meniti karir seorang wanita mempunyai beban dan hambatan yang lebih berat bila dibandingkan dengan kaum pria. Oleh sebab itu, jika wanita tidak pandai-pandai untuk menyeimbangkan peran-peran mereka, maka pada akhirnya akan menimbulkan konflik peran pada diri wanita tersebut. Konflik peran ganda yang dialami oleh setiap perempuan berbeda. Hal ini juga dikemukakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Himam & Putri (2005), bahwa ibu yang bekerja (berkarir) mengalami dilema. Penyebab dan dampak pada setiap orang tidak ada yang sama persis.

Wanita karir yang memiliki motivasi kerja kebutuhan aktualisasi diri ini dapat mengalami konflik peran ganda karena disatu sisi dia ingin menjadi ibu rumah tangga dan disisi lain dia juga ingin bekerja untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi dirinya. Hal ini juga sependapat dengan penelitian tentang wanita yang bekerja. Penelitian ini dilakukan oleh Monty & Henny (Suryadi, 2003) yang menemukan bahwa subjek mengalami konflik antar peran ketika menjalani peran ganda. Konflik juga muncul karena adanya kebutuhan untuk memiliki dan cinta dengan kebutuhan akan aktualisasi diri. Reaksi emosional yang mereka rasakan berupa kesedihan, kebingungan, kemarahan, dan keharuan.

Banyaknya peran yang harus dijalani oleh wanita bekerja memunculkan kemungkinan kekurangan waktu dan energi untuk membina hubungan perkawinan mereka. Bila istri memutuskan untuk bekerja diluar rumah berarti mereka mengurangi kualitas perannya dalam perkawinan dan mengurangi waktu bersama pasangannya yang pada akhirnya berpengaruh terhadap kualitas perkawinan. Ditambah lagi dengan sebagian wanita yang bekerja tidak mampu lagi untuk memenuhi peran tradisionalnya sebagai seorang istri. Hal ini berpotensi timbulnya ketegangan atau konflik dalam perkawinan.

Penelitian yang dilakukan oleh Geerken dan Give (Rini, 2002) menemukan bahwa pada tahap awal perkawinan sebelum mempunyai anak hubungan perkawinan akan lebih baik bila istri bekerja daripada istri tidak bekerja. Namun setelah mempunyai anak pasangan dimana istri tidak bekerja akan memiliki kepuasan perkawinan yang lebih baik daripada istri yang bekerja. Ini berarti, keterlibatan dalam sektor publik atau bekerja dikantor dapat berpotensi menimbulkan konflik peran. Wanita bekerja dihadapkan pada tuntutan yang sama-sama penting antara tugas di kantor dengan tugasnya dalam keluarga.

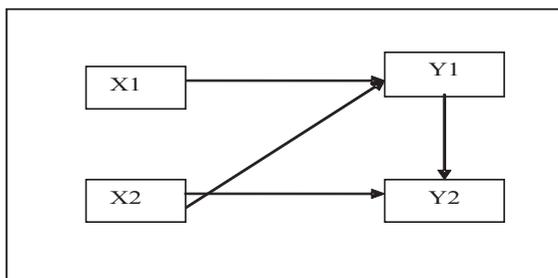
Berdasarkan penelitian mengenai stres yang dihadapi pada wanita berperan ganda, maka dukungan dari pasangan (suami) tentunya sangat berarti. Apabila istri tidak mendapatkan dukungan dari suami maka istri tidak dapat menikmati peran dalam dunia kerja, merasa tidak optimal dalam menjalankan peran sebagai istri sehingga mengalami stres. Menurut Suriyasan (Tenriawaru, 2005) faktor penting yang dapat mengurangi dilema antara keluarga dan pekerjaan bagi wanita yang berperan ganda adalah adanya dukungan dari suami. Dengan adanya dukungan suami, istri akan merasa diperhatikan dan dihargai. Dukungan suami berpengaruh besar terhadap istri yang berperan ganda untuk meneruskan karirnya.

Begitu kompleksnya permasalahan yang dihadapi oleh wanita karier karena banyaknya tuntutan pada dirinya sehingga memotivasinya dalam bekerja dapat mempengaruhi dalam menghadapi konflik peran ganda, disamping itu peran ganda yang dijalannya dapat berpengaruh terhadap kepuasan perkawinannya. Disinilah dukungan suami sangat diperlukan dalam mengurangi konflik perantara wanita karier. Bahkan dukungan suami dapat pula mempengaruhi kepuasan perkawinan. Wanita memang selalu unik untuk dikaji dan diteliti, penelitian ini akan membuktikan analogi dari beberapa korelasi variabel di atas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan rancangan korelasional dengan variabel dan desain seperti dalam diagram 1 :

Diagram 1. Desain penelitian



Keterangan:

Variabel Bebas (X1) : Motivasi kerja

Variabel bebas (X2) : Dukungan suami

Variabel terikat (Y1) : Stres Konflik peran ganda

Variabel Terikat (Y2) : Kepuasan perkawinan

Motivasi kerja (variabel X1) adalah faktor-faktor yang merangsang dan menimbulkan dorongan atau gairah untuk bekerja pada karyawan, baik secara intrinsik (adanya keinginan untuk meningkatkan prestasi kerja, menghindari kegagalan, bekerja keras dan aktualisasi diri) maupun secara ekstrinsik (imbalan, pujian, hukuman, aturan dan tanggung jawab) berdasarkan tugas yang menjadi tanggung jawab seorang karyawan. Dalam hal ini motivasi kerja diukur dengan menggunakan skala motivasi kerja.

Dukungan Sosial Suami (variabel X2) adalah bantuan berupa tindakan yang bersifat membantu dengan melibatkan emosi, informasi, instrumental, penghargaan dan motivasi yang diberikan pada istri sehingga beban yang dirasakan dapat berkurang dan istri akan merasa dicintai, diperhatikan dan dihargai.

Stres Konflik peran ganda (variabel Y1) adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan dimana terjadi pertentangan dalam diri wanita karir terhadap peran yang diembannya, baik perannya dalam keluarga/rumah tangga maupun perannya ditempat dia bekerja. Skala stres diukur dengan menggunakan gejala-gejala fisik, psikologis dan perilaku.

Kepuasan perkawinan (variabel Y2) adalah terpenuhinya kebutuhan yang bersifat subyektif dalam kehidupan perkawinan yang dirasakan oleh istri terhadap suami /anak-anak. Adapun aspek-aspek yang digunakan adalah keterbukaan, kepercayaan, kebersamaan, toleransi, pernyataan cinta dan afeksi, harapan terhadap perkawinan dan kesadaran terhadap perkawinan.

Sampel

Sampel penelitian ini adalah karyawan yang bekerja di Bank BNI cabang Makassar. Alasan dipilihnya populasi tersebut karena sesuai dengan tema yang diangkat dan jumlah populasinya cukup besar. Selain itu, profesi tersebut memiliki tuntutan kerja yang cukup tinggi dan jam kerjanya kurang lebih 8 jam/hari. 30 karyawan berhasil direkrut sebagai partisipan. Teknik sampel yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Teknik purposive sampling adalah salah satu teknik pengambilan sampel non-probabilistik yang dilakukan berdasarkan kriteria yang disesuaikan dengan tujuan penelitian atau pertimbangan tertentu dari peneliti. Kriteria yang dimaksud adalah sebagai berikut: wanita yang sudah menikah; memiliki anak minimal 1 dengan usia maksimal 5 tahun; bekerja selama kurang lebih delapan jam sehari; bekerja minimal lima hari dalam seminggu; dan maksimal 5 tahun sudah bekerja.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah mempergunakan skala. Ada 4 skala yang digunakan, sesuai dengan jumlah variabel. Cara menjawabnya dengan menggunakan empat alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Pemberian skor dilakukan dengan melihat sifat butir. Pemberiaan skor bergerak dari 4 (SS) sampai dengan 1 (STS) untuk butir favorable, sedangkan pemberian skor bergerak dari 1 (SS) sampai dengan 4 (STS) untuk butir yang unfavorable. Skala ini dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan hasil studi literatur.

Teknik analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi. Semua proses analisis menggunakan Program SPSS for Windows versi 14.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisa data secara deskriptif digunakan untuk mendiskripsikan kecenderungan variabel-variabel penelitian.

a. Deskripsi Data Motivasi Kerja

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Skala Motivasi Kerja

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
< 97,5	0	0	Rendah
97,5 – 104	1	2,565	Sedang
104 <	29	97,435	Tinggi
Jumlah	30	100	-

Tabel diatas menunjukkan bahwa motivasi kerja pada wanita karir di kota Makassar berada pada kategori tinggi.

b. Deskripsi Data Dukungan Suami

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skala Dukungan Suami

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
< 86,33	0	0	Rendah
86,33 – 98,667	6	20	Sedang
104 <	24	80	Tinggi
Jumlah	30	100	-

Tabel diatas menunjukkan bahwa dukungan suami pada wanita karir di kota Makassar berada pada kategori tinggi.

c. Deskripsi Data Stres Konflik Peran Ganda

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skala Konflik Peran Ganda

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
< 53,667	21	70	Rendah
53,67 – 61,33	7	23,3	Sedang
61,33 <	2	6,7	Tinggi
Jumlah	30	100	-

Tabel diatas menunjukkan bahwa konflik peran ganda pada wanita karir dikota Makassar berada pada kategori rendah.

d. Deskripsi Data Kepuasan Perkawinan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Skala Kepuasan Perkawinan

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
< 93,33	0	0	Rendah
93,33 – 107	2	6,7	Sedang
107 <	28	93,3	Tinggi
Jumlah	30	100	-

Tabel diatas menunjukkan bahwa motivasi kerja pada wanita karir di kota Makassar berada pada kategori tinggi.

Pembahasan

Pengaruh motivasi kerja terhadap stress konflik peran ganda

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah ada pengaruh motivasi kerja terhadap konflik peran ganda pada wanita karier. Hasil analisa data menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,016 ($p < 0,05$) berarti pengaruhnya signifikan. Disamping itu, terlihat bahwa ada hubungan negative antara motivasi kerja dengan stres konflik peran ganda. Artinya bahwa semakin tinggi motivasi kerja maka semakin rendah stres konflik peran ganda. Demikian juga sebaliknya. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh antara motivasi kerja terhadap konflik peran ganda, yakni dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,436$ dan nilai $R^2 = 0,190$. Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan motivasi kerja terhadap konflik peran ganda adalah sebesar 19%.

Motivasi kerja adalah sesuatu yang menimbulkan dorongan atau semangat kerja (Samsuddin, 2005). Motivasi kerja adalah sesuatu yang menimbulkan semangat atau dorongan kerja (Anoraga, 2001). Motivasi kerja adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkah laku manusia dalam bekerja. Hal tersebut dapat terjadi karena manusia memiliki motif yang segera harus dipuaskan dan mendorong manusia untuk berbuat atau bekerja sehingga akan turut menentukan produktivitas kerja. Izzaty (1997) menyatakan bahwa motivasi kerja adalah keinginan untuk memiliki hasil kerja yang baik sesuai dengan pengharapan.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi kerja adalah faktor-faktor yang merangsang dan menimbulkan dorongan atau gairah untuk bekerja pada karyawan, baik secara intrinsik (adanya keinginan untuk meningkatkan prestasi kerja, menghindari kegagalan, bekerja keras dan aktualisasi diri) maupun secara ekstrinsik seperti: imbalan (finansial), pujian, hukuman, aturan dan tanggung jawab)

berdasarkan tugas yang menjadi tanggung jawab seorang karyawan. Dalam hal ini motivasi kerja diukur dengan menggunakan skala motivasi kerja.

Skala motivasi kerja yang mengacu pada dimensi motivasi dikemukakan oleh Hicks dan Gullet (Prabandari, 2003) terdiri atas dimensi internal dan external. Motivasi internal adalah kebutuhan, keinginan atau harapan yang terhadap dalam pribadi seseorang yang menentukan berbagai pandangan, yang akan memimpin tingkah laku dalam situasi yang khusus. Motivasi eksternal meliputi kekuatan yang ada di luar diri individu seperti halnya faktor pengendalian oleh manajer, juga meliputi hal-hal yang berkaitan dengan gaji/upah, kondisi kerja, kebijaksanaan organisasi dan pekerjaan yang mengandung hal-hal seperti pengembangan, penghargaan dan tanggung jawab.

Pengaruh dukungan suami terhadap stres konflik peran ganda

Hipotesis kedua dalam penelitian ini adalah ada pengaruh dukungan suami terhadap stres konflik peran ganda pada wanita karier. Hasil analisa data menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,00 ($p < 0,05$), artinya pengaruhnya signifikan. Disamping itu terlihat bahwa ada hubungan positif negative antara dukungan suami dengan stres konflik peran ganda. Artinya bahwa semakin tinggi dukungan suami maka semakin rendah stres konflik peran ganda. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh antara motivasi kerja terhadap konflik peran ganda, yakni dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,745$ dan nilai $R^2 = 0,556$. Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan motivasi kerja terhadap konflik peran ganda adalah sebesar 55,6%.

Adam (Kumolohadi, 2001:33) mengemukakan bahwa dukungan sosial dari suami adalah bantuan yang diberikan oleh suami. Beberapa ahli juga berpendapat bahwa dukungan sosial suami adalah dukungan atau bantuan dalam memberikan dorongan atau

motivasi tersendiri pada istri yang berperan ganda yang biasanya ditunjukkan dalam bentuk perhatian, kesediaan mendengarkan keluh kesah dan setiap saat memberikan masukan-masukan yang sifatnya positif. Dengan demikian, beban istri menjadi berkurang dalam menghadapi konflik peran ganda dan kepuasan perkawinannya akan meningkat karena adanya kebersamaan, pengertian dan toleransi.

Aspek-aspek Dukungan Sosial Suami disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (Suryadi, 2003) dan Fenlanson dan Beehr (Farhati & Rosyid, 2002: 5) yang meliputi (1) dukungan emosional yaitu berupa dukungan yang melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini melibatkan perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah; (2) dukungan informasi yaitu berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara penyelesaian masalah; (3) dukungan instrumental berupa bantuan secara langsung berupa bantuan finansial atau bantuan dalam melakukan tugas-tugas tertentu; (4) dukungan penghargaan yaitu dukungan yang melibatkan ekspresi pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain; dan (5) dukungan motivasi yaitu berupa pemberian dorongan dan semangat pada individu yang membutuhkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Pengaruh dukungan suami terhadap kepuasan perkawinan

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini adalah ada pengaruh dukungan suami terhadap kepuasan perkawinan pada wanita karier. Hasil analisa data menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,00 ($p < 0,05$), artinya pengaruhnya signifikan. Disamping itu, terlihat bahwa ada hubungan positif antara dukungan suami dengan kepuasan perkawinan. Artinya bahwa

semakin tinggi dukungan suami maka semakin tinggi kepuasan perkawinan. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh antara dukungan suami dengan kepuasan perkawinan, yakni dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,645$ dan nilai $R^2 = 0,416$. Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan dukungan suami terhadap kepuasan perkawinan adalah sebesar 41,6%.

Dukungan suami sangat mempengaruhi kepuasan dalam perkawinan terutama pada wanita karier. Walgito (Tenriawaru, 2005) menyatakan bahwa pagar tercapai kepuasan perkawinan maka pasangan suami istri perlu saling mengerti apa yang dibutuhkan pasangannya. Disamping itu, juga harus memiliki sikap saling dapat menerima dan memberikan cinta kasih, yaitu dapat mengungkapkan dan mengekspresikan rasa cintanya dalam bentuk yang nyata, seperti perhatian, pernyataan cinta dan sentuhan. Ini merupakan wujud dari dukungan sosial yang pada pasangan. Senada dengan pendapat yang dikemukakan oleh Tenriawaru (2005) di atas, bahwa faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan yang cukup dominan adalah faktor psikologis, yakni kemampuan seseorang dalam memahami pasangan dan memberikan dukungan sosial terhadap apa yang dilakukan oleh pasangan.

Pengaruh stres peran ganda terhadap kepuasan perkawinan

Hipotesis keempat dalam penelitian ini adalah ada pengaruh stres konflik peran ganda terhadap kepuasan perkawinan. Hasil analisa data menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,009 ($p < 0,01$), artinya pengaruhnya sangat signifikan. Disamping itu, terlihat bahwa ada hubungan negative antara stres konflik peran ganda dengan kepuasan perkawinan. Artinya bahwa semakin tinggi stres konflik peran ganda maka semakin rendah kepuasan perkawinan. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh antara stress peran ganda dengan kepuasan perkawinan, yakni dilihat dari nilai koefisien korelasi

sebesar $r = 0,429$ dan nilai $R^2 = 0,184$. Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan stress konflik peran ganda terhadap kepuasan perkawinan adalah sebesar 18,4%.

Achir (Marlinda, 2006) mendefinisikan konflik peran ganda adalah keinginan atau ambisi yang menimbulkan rasa bersalah bahwa ia belum puas dengan fungsinya sebagai istri, sebagai ibu dan pengelola rumah tangga. Khan (Hamid, 2005) mengemukakan bahwa konflik peran ganda dalam kaitannya dengan peran seseorang wanita sebagai wanita karir dan ibu rumah tangga adalah bentuk dari *inter-role-conflict* dimana tekanan peran dari pekerjaan dan lingkungan keluarga satu sama lain saling bertentangan. Konflik ini terjadi karena partisipasi pada perannya dalam pekerjaan dirasakan sulit akibat partisipasinya pada perannya dalam rumah tangga, demikian pula sebaliknya.

Menurut Anoraga (1998: 107) segala macam bentuk stress pada dasarnya disebabkan oleh kurang mengerti akan keterbatasannya sendiri. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasan inilah yang akan menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah, dan rasa bersalah yang merupakan tipe-tipe dasar stress.

Menurut Rini (2002) gejala-gejala stres terbagi atas tiga, yaitu reaksi psikologis, reaksi fisik, dan reaksi perilaku. Reaksi psikologis meliputi merasa tertekan, merasa tegang dan tidak rileks, merasa lelah secara mental, terus merasa takut dan khawatir, meningkatnya kejengkelan dan keluhan, merasa adanya konflik, frustrasi dan ingin marah, gelisah, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah dengan cepat, sering menangis, menjadi lebih rewel, muram, sulit mengambil keputusan, keinginan untuk lari dan bersembunyi, takut dipermalukan atau gagal, berkurang kemampuan untuk merasakan senang atau gembira.

Sedangkan reaksi fisik meliputi otot-otot tegang, jantung berdebar-debar lebih cepat, atau tidak teratur, pernafasan lebih cepat dan pendek, berkeringat, kewaspadaan yang

berlebihan, perubahan nafsu makan, otot melemah atau bergetar, gugup, tangan dan kaki lemas, lelah dan lemas, resah dan gelisah terus, sakit punggung.

Reaksi perilaku tampak dari pikiran yang sering berubah-ubah, mudah menangis, suka mengeluh, kesulitan untuk berkata tidak, sering mengharap orang lain dapat memahami mereka sepenuhnya, terjadi perubahan dalam kebiasaan seksual (kehilangan minat, meningkatnya kebutuhan seks daripada biasanya, perubahan dalam sikap), sifat yang lemah lembut bisa berubah menjadi galak dan agresif.

Hawkins (Soetomo, 1999) mendefinisikan kepuasan perkawinan sebagai kebahagiaan, kepuasan dan pengalaman menyenangkan yang bersifat subyektif yang dirasakan oleh pasangan suami istri dari keseluruhan aspek-aspek perkawinannya. Sedangkan McElwain & Korabik (2005) kepuasan perkawinan adalah persepsi terpenuhinya kebutuhan dan harapan suami atau istri yang dilihat dari sikap positif atau negatif suami istri terhadap kehidupan perkawinannya.

Aspek-aspek kepuasan pernikahan, menurut McElwain & Korabik (2005) adalah sebagai berikut: Keterbukaan. Suami dan istri harus berani membuka diri, menyatakan pendapat, pikiran dan perasaannya. Hal ini penting agar keduanya dapat lebih saling mengenal dan memahami pribadi masing-masing.

Kepercayaan. Suami dan istri harus saling mempercayai, kepercayaan ini merupakan dasar perkembangan suami istri, tanpa adanya kepercayaan dalam kehidupan perkawinan, suami istri tidak akan merasakan ketentraman, selalu saling curiga dan cemburu.

Kebersamaan. Pasangan suami istri mempunyai waktu untuk berkumpul atau berekreasi bersama, yang dapat digunakan untuk berbincang-bincang atau membicarakan masalah penting dalam kehidupan keluarga, kebersamaan ini dapat menciptakan suasana akrab dan kesatuan serasi di antara suami istri.

Toleransi. Sikap toleransi diantara suami istri, merupakan sikap saling menerima dan memberi, serta sikap saling menolong, sikap ini akan menumbuhkan penghargaan dan rasa hormat terhadap kepribadian, prestasi, minat dan individualitas pasangannya.

Pengertian. Pasangan suami istri saling memahami motif-motif tingkah laku pasangannya, sebab-sebab mengapa ia berbuat demikian dan mempunyai pengertian terhadap latar belakang kehidupan masing-masing. Pasangan suami istri perlu saling mengerti apa yang dibutuhkan pasangannya.

Pernyataan cinta dan afeksi. Pasangan suami istri juga harus memiliki sikap saling dapat menerima dan memberikan cinta kasih, yaitu dapat mengungkapkan dan mengekspresikan rasa cintanya dalam bentuk yang nyata, seperti perhatian, pernyataan cinta dan sentuhan.

Harapan terhadap perkawinan. Pasangan suami istri merasa optimis bahwa perkawinannya dapat berlangsung sampai akhir hayat, baik suami maupun istri mempunyai keyakinan mereka akan tetap saling setia dan mencintai dalam keadaan apapun.

Kesadaran terhadap peranan perkawinan. Adanya kesadaran pasangan suami istri akan pentingnya pernikahan bagi diri mereka untuk dapat berkembang menjadi pribadi yang sehat baik jasmani maupun rohani. Penelitian Strong dan Givertz (Rahmah, 2005) menemukan bahwa bila istri memutuskan untuk bekerja di luar rumah berarti mereka akan mengurangi kualitas perannya dalam perkawinan dan mengurangi waktunya untuk bersama dengan pasangan dan anggota keluarga yang lain yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap kualitas perkawinannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh negatif motivasi kerja terhadap stres konflik peran ganda, artinya semakin tinggi motivasi kerja maka semakin rendah stres konflik peran ganda, dan sebaliknya. Pengaruh dukungan suami terhadap stres konflik peran ganda juga negatif, artinya semakin tinggi dukungan suami maka semakin rendah stres konflik peran ganda. Sementara pengaruh dukungan suami terhadap kepuasan perkawinan adalah positif. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan suami maka semakin tinggi kepuasan perkawinan, dan begitu juga sebaliknya. Penelitian ini juga menyimpulkan ada pengaruh negatif antara stres konflik peran ganda dengan kepuasan perkawinan, artinya semakin tinggi stres konflik peran ganda maka semakin rendah kepuasan perkawinan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dalam bidang konseling dan psikologi wanita terutama yang menyangkut tentang konflik peran ganda pada wanita berkenaan dengan motivasi kerja, dukungan suami dan kepuasan perkawinan. Hasil penelitian ini pula diharapkan dapat membantu wanita bekerja yang berumah tangga untuk dapat memahami peran ganda yang mereka emban, sehingga tidak terjadi konflik yang dapat mempengaruhi perkawinan mereka, dan juga dalam pekerjaan mereka di kantor dapat berjalan dengan baik. Selain itu hasil dari penelitian ini dapat membantu wanita yang bekerja sebagai referensi bagaimana mereka membagi waktu antara karir dan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Anoraga, P. (2005). *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Farhati, F & Rosyid, H.F. (1996). Karakteristik Pekerjaan, Dukungan sosial dan tingkat Burnout pada Human Service Corporation. *Jurnal Psikologi*, 1: 1-12

- Hamid, Harlina.(2005). Hubungan Antara Androginitas Dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita. *Jurnal Intelektual*, 3 (2).
- Himam, F & Putri, A.U. (2005). Ibu dan Karir: Kajian Fenomenologi Terhadap Dual-Career Family. *Jurnal Psikologi*, 32 (1).
- Izzaty, E.R. (1997). *Konflik-konflik pada ibu bekerja diluar rumah (online)*. <http://www.geogle.com>. Diakses 13 April 2004.
- Kumolohadi, R. (2001). Tingkat Stres Dosen Perempuan UI Ditinjau dari Dukungan Suami. *Jurnal Psikologi*, 12: 29-42.
- Marlinda, P. (2006). *Hubungan Konflik Peran Ganda Wanita Bekerja Dengan Kepuasan Perkawinan Di Balai Besar Pengawasan Obat Dan Makanan Makassar, Skripsi (tidak diterbitkan)*. Makassar: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Timur.
- McElwain, A.K & Korabik, K. (2005). *Work-Family Guilt, A Sloan Work and Family Encyclopedia Entry (Online)*. (<http://www.findarticles.com>, diakses 16 Desember 2006).
- Prabandari, R. (2003). *Hubungan Antara Konsep Diri dan Motivasi Bekerja Pada Wanita Karir. Ringkasan Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Rahmah, W. (2005). *Hubungan Antara Self Efficacy dan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Peran Ganda Pada Ibu Yang Bekerja Fulltime. Ringkasan Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Rini, J, F. (2002). *Wanita Bekerja (online)*. (<http://www.e-psikologi.com>. Diakses 6 Desember 2006).
- _____. (2002). *Stress Kerja (online)*. <http://www.e-psikologi.com>. Diakses 14 Desember 2006.
- Samsuddin, Sadili. (2005). *Manajemen Sumberdaya Manusia*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Setyowati, R & Riyono, B. (2003). Perbedaan Aspirasi Karir Antara Wanita Yang Sudah Menikah dan Yang belum Menikah Pada Pegawai Negeri Sipil. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 16 (7).
- Soetomo, E. S. (1999). *Kajian Tentang Pengaruh Konflik Peran Dan Ketrampilan Manajemen Terhadap Persepsi Tentang kinerja Pada Wanita Manajer (Online)*. <http://www.litbang.co.id>. Diakses 13 Desember 2006.
- Suryadi, E. (2003). *Gambaran Konflik dan Reaksi Emosional Perempuan Dalam Menentukan Prioritas Peran Gandanya (Online)*. <http://www.psikologi-untar.com>. Diakses tanggal 8 Januari 2007.
- Tenriawaru, A. (2005). *Pengaruh Dukungan sosial terhadap stres pada wanita berperan ganda di PT Telkom Makassar. Skripsi (tidak diterbitkan)*. Makassar. Fakultas Psikologi Universitas negeri Makassar.

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS DENGAN KEMAMPUAN DALAM MENGATASI STRES (*COPING STRESS*)

Ira Darmawanti

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya

e-mail: ira.darmawanti@gmail.com

Abstract: *This study examined the relationship between religiosity and coping stress among participants who joined a religious community. The level of stress was controlled. Seventy nine participants whose age ranged from 21 to 28 involved in the study. Data were analysed using Pearson's Product Moment and resulted $r = 0.6344$ and $p < 0,001$ in the level of significance 5%. The study found that higher level of religiosity was related with the better coping stress strategy, thus, it can be concluded that the higher the level of the religiosity among participants the more likely that they would be better in coping stress.*

Keywords : *religiosity, coping stress*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi yang positif antara tingkat religiusitas dengan *coping stress* dengan mengendalikan tingkat stres. Variabel yang dikaji dalam penelitian ini adalah variabel tingkat religiusitas sebagai variabel bebas, variabel *coping stress* sebagai variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota kelompok pengajian di Surabaya berjumlah 95 orang dengan sampel sebanyak 79 orang. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi Product Moment dari Pearson. Berdasarkan hasil analisis data, untuk uji satu ekor dan taraf signifikansi 5% diperoleh $r = 0,6344$ dengan $p < 0,001$ yang berarti dengan mengendalikan tingkat stres, semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin baik pula *coping stress*-nya.

Kata kunci: *religiusitas, coping stress*

Perubahan-perubahan sosial dapat membawa perubahan dalam cara berpikir dan pola kehidupan masyarakat, terutama pada masa sekarang ini ketika bangsa Indonesia dihadapkan pada masa-masa sulit akibat kondisi ekonomi dan politik yang tidak menentu. Dalam krisis yang berlangsung lama ini, banyak hal dapat menjadi sumber keresahan sosial. Krisis memang cenderung menggandakan akibat yang ditimbulkannya (*multiplier effect*). Kehadiran krisis secara obyektif dapat melahirkan krisis lain bersifat subyektif dalam tanggapan, reaksi, sikap, dan perasaan orang-orang yang terlibat (Surabaya Post, 1998).

Stres bukan fenomena baru dalam kehidupan manusia. Menurut Monat dan Lazarus (dalam Safaria, 2005) stres merupakan segala peristiwa atau kejadian yang berupa tuntutan-tuntutan lingkungan

(eksternal) maupun tuntutan-tuntutan dari dalam diri individu (internal), bersifat fisiologis atau psikologis yang menuntut, membebani atau melebihi kapasitas sumber daya adaptif individu. Keadaan-keadaan yang menimbulkan stres ini selanjutnya mendorong individu untuk mengatasinya. Usaha tersebut disebut sebagai *coping stress*, yang merupakan usaha individu dalam mengatasi atau memanajementi masalah-masalah yang menimbulkan stres. Dalam mengatasi permasalahan, usaha seseorang tidak hanya terpusat pada pemecahan masalah, tetapi juga pada pengurangan (usaha untuk mengurangi) perasaan-perasaan tertekan akibat permasalahan yang dihadapi.

Tentunya usaha dalam melakukan *coping* juga dipengaruhi beberapa hal, di antaranya (menurut Edward, 1990) adalah tingkat stres yang dialami individu. Individu

yang mengalami tingkat stres yang rendah akan menggunakan strategi *coping* yang sama atau serupa dengan yang pernah dialami sebelumnya, namun individu yang mengalami stres yang lama atau kuat (memiliki tingkat stres tinggi) akan membentuk suatu strategi-strategi yang baru. Stres yang meningkat akan memotivasi individu untuk menghasilkan serangkaian alternatif *coping*, dan individu yang mengalami tingkat stres tinggi ini pada umumnya akan mengalami hal-hal seperti kesedihan emosional, kebingungan, putus asa, marah, dan lain lain.

Salah satu penyebab individu mudah terombang-ambing dalam keseimbangan, keragu-raguan dan kehilangan makna hidup adalah dunia spiritual yang mulai ditinggalkan. Hal ini tentunya dapat memunculkan stres karena pada dasarnya agama (yang merupakan salah satu sumber spiritualitas) dapat memunculkan ketenangan dalam diri individu. Spiritualitas/religiusitas merupakan pengalaman yang universal yang tidak hanya terdapat dalam kegiatan-kegiatan ritual keagamaan di tempat-tempat ibadah namun juga pada keseluruhan aspek kehidupan manusia (Safaria, 2005)

Ditambahkan pula oleh Mangunwijaya (1990), religiusitas merupakan aspek personal dari kehidupan yang beragama, mencakup totalitas rasa kedalaman pribadi dari individu itu sendiri. Religiusitas ini hanya dapat dihayati dari dalam, lebih menekankan kepasrahan diri dan rasa hormat pada Tuhan. Sekilas nampak hal ini sukar untuk diukur dan dinilai dari luar, namun religiusitas individu dapat diamati dari aspek-aspek kehidupan beragama di tengah-tengah pergaulan sosial.

Menurut Glock dan Stark (dalam Safaria, 2005), dimensi religiusitas meliputi lima hal sebagai berikut : 1) keyakinan (*ideological*); 2) praktek Agama atau peribadatan (*ritualistic*); 3) pengalaman/penghayatan (*experiential/feeling*); 4) pengetahuan (*intellectual*); dan 5) pengamalan (*quensequential*). Keyakinan ditunjukkan berkaitan dengan tingkatan sejauh mana

seseorang berpegang teguh pada pandangan pandangan-pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin-doktrin tersebut (terutama yang bersifat fundamental dan dogmatis) seperti keyakinan terhadap adanya Tuhan, hari akhir, surga dan neraka. Sementara praktek agama mencakup perilaku pemujaan, ketaatan, dan hal-hal yang dilakukan seseorang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Hal ini ditunjukkan oleh sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban ritual di dalam agamanya, misalnya mengerjakan shalat, berpuasa, berhaji, berdzikir, dan ibadah-ibadah lainnya.

Pengalaman atau penghayatan menunjuk pada seberapa jauh individu merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman religius, misalnya selamat dari bahaya karena pertolongan Tuhan, merasakan ketenangan batin sehabis melaksanakan shalat dan berdoa. Keadaan perasaan mempunyai banyak fungsi dalam kehidupan beragama. Salah satunya bersifat motivasional. Tidak adanya perasaan yang sangat diinginkan (*desired feelings*) bisa jadi dirasakan sebagai suatu kesusahan, sehingga dapat memotivasi orang untuk mencari agama untuk memenuhi kesenjangan perasaan-perasaan tersebut, misalnya kurangnya arti yang dirasakan dalam kehidupan dapat menggerakkan seseorang ke arah agama, dengan harapan dalam agama arti yang dicari dapat ditemukan.

Pengetahuan menunjuk pada tingkatan sejauh mana seseorang mempunyai pengetahuan tentang ajaran agamanya dan aktivitas dalam menambah pengetahuan agamanya, misalnya kegiatan mengikuti kajian-kajian keagamaan, membaca buku-buku agama. Sementara pengamalan adalah dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya atau sesuai dengan ajaran-ajaran agamanya, misalnya tidak mencuri, tidak bermain judi, atau tidak minum minuman yang memabukkan.

METODE

Penelitian ini menggunakan studi korelasi untuk mengungkap keterkaitan antara tingkat religiusitas dan cara mengatasi stres (*coping stress*) dengan mengendalikan tingkat stres.

Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 79 orang dari 95 orang anggota sebuah kelompok pengajian di Surabaya yang berusia 21-28 tahun, dengan tingkat pendidikan lulusan dari perguruan tinggi, dan memiliki tingkat stres yang tinggi. Pemilihan sampel penelitian menggunakan teknik *simple random sampling* di mana peneliti mengundi subjek penelitian yang terdaftar dalam populasi. Setiap subjek diberi nomor urut, kemudian semua nomor urut ditulis dalam kertas dan digulung dan selanjutnya dimasukkan ke tabung kecil lalu dikocok. Peneliti kemudian mengambil satu persatu gulungan kertas itu sampai sejumlah 79 orang.

Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk variabel tingkat religiusitas, *coping stress* dan tingkat stres yang diungkap dengan modifikasi skala likert. Dalam hal ini dibuat pernyataan yang relevan dengan masalah yang diteliti yang dibedakan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Setiap pernyataan dilengkapi dengan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sering (SS), Sering (S), Jarang (J) dan Tidak Pernah (TP). Jawaban yang ragu-ragu sengaja dihilangkan karena jawaban tengah akan banyak mengurangi informasi yang dapat dijaring dari responden.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah product moment dari Pearson, yang bertujuan untuk menguji hubungan antara tingkat religiusitas dan kemampuan mengatasi stres (*coping stress*)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan taraf signifikansi 5%, diperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0,6344$ dengan $p < 0,001$. Skor ini memberi arti bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin baik pula *coping stress*-nya. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas seseorang dengan *coping stress*-nya ketika tingkat stres dikendalikan.

Pembahasan

Coping stress merupakan proses yang terjadi dalam diri individu pada saat ia mengalami stres. Proses ini merupakan reaksi individu untuk dapat memberikan toleransi, menahan atau mengatasi dampak negatif dari stres. Fokus utama dalam mengelola stres menurut Doelhadi (1997) adalah untuk mengurangi atau meniadakan dampak negatif stres, dengan menangani dampak stres itu sendiri.

Tentunya, dalam melakukan *coping* seseorang tidak hanya sekedar menyelesaikan persoalan atau meredakan ketegangan yang timbul saja, namun juga ia perlu memperhatikan bagaimana meng-*coping* suatu permasalahan dengan adaptif dan efektif. Dengan kata lain *coping* yang dipergunakan adalah *coping* yang tidak merusak, baik bagi diri sendiri ataupun lingkungan.

Strategi *coping* yang digunakan individu dapat bermacam-macam dan lebih merupakan proses berangkai. Artinya individu akan terus mencoba beberapa strategi sampai dengan ditemukannya strategi yang sesuai. *Coping* berhasil bila individu dapat memasangkan dengan tepat antara beberapa alternatif *coping* dengan permasalahan yang ia hadapi. Selain itu, individu dituntut untuk dapat mengelola permasalahannya secara adaptif dan efektif sehingga tujuan dari *coping* itu sendiri dapat tercapai.

Coping stress, menurut Edwards (1990), juga dipengaruhi oleh beberapa hal, di antaranya adalah waktu yang tersedia dan kepentingan individu. Adanya keterbatasan waktu tersebut menyebabkan individu harus mengambil keputusan yang cepat dan juga tepat, sehingga ketika waktu yang tersedia terbatas, individu cenderung menggunakan keputusan yang sederhana atau mudah (*single minded decision rules*) dan juga dengan adanya kepentingan yang meningkat, individu akan mengeluarkan banyak tenaga untuk menghasilkan alternatif *coping* yang sesuai. Selain itu, ketika individu pernah mengalami hal yang sama atau serupa di masa lampau, ia akan cenderung menggunakan strategi *coping* yang berhasil dan menghindari strategi *coping* yang pernah gagal.

Berkaitan dengan *coping stress*, dalam penelitian ini ditemukan adanya korelasi yang positif antara religiusitas seseorang dengan *coping stress* yang dilakukannya dengan mengendalikan tingkat stres atau dengan kata lain semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang semakin tinggi pula *coping stress*-nya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Hawari (1996) bahwa religiusitas dapat mempertinggi kemampuan seseorang dalam mengatasi ketegangan-ketegangan (*ability to cope*) akibat permasalahan yang ia hadapi. Selain itu, individu yang religius atau memiliki religiusitas yang tinggi tentu memiliki pedoman dan daya tahan yang lebih baik dalam memamanajemeni stres yang dihadapi. Artinya adalah bahwa individu yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan dapat mengambil nilai-nilai agama yang dianutnya untuk dipergunakan dalam memecahkan masalah atau dalam mengelola kondisi emosional yang tidak stabil akibat peristiwa-peristiwa yang menekan.

Berdasarkan penelitian Lindenthal dkk (dalam Safaria, 2005), diperoleh kesimpulan bahwa kelompok masyarakat yang religius jarang menderita stres dibanding dengan kelompok masyarakat yang kurang religius. Ditambahkan pula oleh Bergin dkk (dalam

Safaria, 2005), individu yang kontinu menjalankan komitmen agamanya ternyata memiliki stabilitas diri dan kebahagiaan hidup dibanding individu-individu yang tidak kontinu dalam menjalankan ajaran agamanya.

Menurut Rice, 1992; McMahan dan McMahan, 1986 (dalam Safaria, 2005), dimensi psikologis melalui kegiatan spiritual/religius (ritual dalam menjalankan praktek keagamaan) akan membuat individu dalam keadaan santai (relaksasi), tenang dan damai. Ditambahkan pula, ditinjau dari dimensi kesehatan, keadaan relaksasi dan membuat individu merasa tenang dan nyaman dapat mempengaruhi bagian otak manusia yang berkaitan dengan proses emosional, terutama pada bagian *hipotalamus*. *Hipotalamus* yang teraktivasi tersebut menghambat pengeluaran hormon *corticotropin-releasing factor* (CRF) yang menyebabkan kelenjar *anterior pituitary* terhambat mengeluarkan *adrenocortico-ticotrophic hormone* (ACTH), sehingga menghambat kelenjar adrenal untuk mengeluarkan *cortisol*, *adrenalin* dan *noradrenalin*. Hal ini menyebabkan hormon *thyroxine* yang dikeluarkan oleh kelenjar *thyroidea* dalam tubuh juga akan terhambat. Hormon *thyroxine* yang tinggi akan menyebabkan individu mudah merasa lelah, mudah cemas, mudah tegang dan susah tidur. Dengan kata lain keadaan relaksasi, tenang dan damai (mediatif) akan menimbulkan dampak psikis yang lebih tenang dan relaks.

Selain itu keadaan mediatif akan mempengaruhi dan menstimulasi susunan syaraf parasimpatis, yang akan mempengaruhi tekanan darah dan detak jantung, ketegangan otot-otot tubuh menurun sehingga menjadi rileks. Hal ini dapat berpengaruh pada keadaan psikologis yang menyebabkan individu memiliki perasaan santai, tenang, damai dan peningkatan kemampuan konsentrasi. Keadaan mediatif ini memunculkan gelombang alpha pada otak yang menyebabkan keadaan individu tenang. Dengan keadaan tenang dan peningkatan

konsentrasi, individu lebih mencari mencari alternatif / mengatasi (*coping*) stres yang dihadapi. Menurut Wtmer (dalam Safaria, 2005) menyatakan bahwa penggunaan praktek-praktek religius dan keyakinan spiritual sebagai tindakan *coping* memberikan dampak positif untuk mengatasi (*coping*) stres. Dengan kata lain salah satu jenis *coping* yang dapat dilakukan individu ketika dihadapkan pada masalah (stres) yang datang padanya adalah melalui pendekatan religius.

Namun, diperolehnya hasil yang berbeda antara penelitian yang dilakukan Rahayu (1997) di antaranya dapat disebabkan oleh adanya perbedaan dalam hal teknik analisis data (korelasi parsial jenjang tiga), variabel pengendali (tipe kepribadian), subyek penelitian, dan alat ukur.

Selanjutnya, mengenai perbedaan alat ukur *coping stres*, peneliti dalam penelitian ini menggunakan indikator: 1) membuat perencanaan; 2) menunggu kesempatan untuk bertindak; 3) mencari informasi guna membantu mengatasi masalah; 4) menerima kenyataan; 5) mengambil sisi positif dari suatu kejadian; 6) mencari ketenangan dalam ajaran agama; dan 7) pengendalian diri. Sedangkan pada alat ukur *coping stres* yang digunakan oleh Rahayu, indikatornya adalah: 1) *denial*; 2) penerimaan; 3) *resignation*; 4) pelarian diri dari masalah; 5) pengurangan beban masalah; 6) penyalahan diri, serta 7) pencarian arti.

Alasan tidak dipergunakannya alat ukur yang dimiliki Rahayu (1997) dalam penelitian ini adalah karena *coping* bukan hanya sekedar mengatasi suatu tekanan yang menimpa individu, tetapi *coping* juga merupakan suatu proses dari awal sampai akhir termasuk pemilihan strategi yang sesuai dengan karakteristik kejadian, bagaimana individu mengelola tekanan yang sedang dihadapi dengan strategi yang dipilih sampai dengan dapat tidaknya individu mengurangi atau meniadakan dampak stres itu sendiri.

Selain religiusitas, juga terdapat faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi *coping*

stress. Sarafino (1990) menyatakan bahwa individu yang memiliki tipe kepribadian A perilakunya cenderung untuk mengkritik dirinya sendiri dan dalam perjuangannya meraih tujuan ia tidak memiliki rasa senang dalam setiap usaha atau pencapaian yang telah ia dapatkan. Individu bertipe kepribadian A cenderung merasa dikejar-kejar waktu, mereka pada umumnya tidak sabar bila terjadi penundaan, memiliki komitmen terhadap jadwal yang telalu longgar, dan mereka mencoba melakukan lebih dari satu aktivitas dalam satu waktu; mereka cenderung lebih mudah untuk marah, dengan ekspresi kemarahan baik yang secara terbuka ataupun tertutup. Sebaliknya, individu yang bertipe kepribadian B lebih didasari oleh rendahnya tingkat kompetisi, kebutuhan akan tepatnya waktu dan kemarahan, mereka pada umumnya lebih *easy going*, dan lebih filosofis dalam menghadapi hidup.

Feldman (1993) menyatakan bahwa *hardiness* adalah karakteristik kepribadian yang dapat membedakan individu yang jatuh sakit dan tetap sehat saat mengalami stres, yang meliputi tiga komponen, yaitu: *control*, persepsi bahwa seseorang dapat menguasai kejadian dalam kehidupannya; *challenge*, yaitu anggapan individu bahwa perubahan yang terjadi merupakan suatu insentif/kesempatan untuk maju daripada sebagai ancaman; *commitment*, yaitu kecondongan dalam diri seseorang bahwa aktivitas yang dilakukan itu penting dan mempunyai arti.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menghasilkan suatu kesimpulan bahwa ada korelasi yang positif antara tingkat religiusitas seseorang dengan *coping stress*-nya dengan mengendalikan tingkat stres. Dengan kata lain semakin tinggi tingkat religiusitas individu, maka semakin tinggi (baik) pula cara individu tersebut mengatasi stres (*coping stress*). Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini hanya sebatas pada pembuktian ada tidaknya hubungan

antara variabel X (tingkat religiusitas) dan variabel Y (*coping stress*), serta untuk mengetahui besar dan arah hubungan tersebut. Dengan demikian, penelitian ini bukanlah untuk menguji tentang hubungan sebab-akibat dari dua variabel itu, sehingga tidak dapat disimpulkan secara sederhana tentang kausalitas hubungan dari dua variabel tersebut.

Saran yang dapat diajukan mempertimbangkan hasil penelitian ini di antaranya

berkenaan dengan kepentingan ilmiah. Para peneliti lain yang tertarik dengan masalah ini disarankan untuk mengkaji kembali masalah ini dengan jangkauan yang lebih luas, sehingga hasilnya dapat digeneralisasikan secara lebih luas lagi dengan melibatkan faktor-faktor yang lain, seperti tipe kepribadian, jenis kelamin, dan sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Doelhadi, E.M.A.S. (1997). Strategi dalam Pengendalian dan Pengelolaan Stres. *Anima, Vol. XII, No. 48, Juli-September, h. 378-391.*
- Edwards, J.R. (1990). *Causes, Coping and Consequences of Stress at Work: The Determinants and Consequences of Coping with Stress.* New York: John Wiley and Sons.
- Feldman, R.S. (1993). *Understanding Psychology.* Thrid Edition. New York: McGraw Hill.
- Hawari, D. (1996). *Zikir, Sarana Meraih Pahala dan Kemenangan Jiwa.* Majalah Femina No. 5/XXIV 1-7 Februari, h. 43-45.
- Mangunwijaya, Y.B. (1990). *Sastra dan Religiusitas.* Jakarta: Sinar Harapan.
- Rahayu, H.P. (1997). Korelasi Tingkat Religiusitas dengan Perilaku Coping Stres. *Jurnal Psikologika. No. 4/Tahun II, h. 61-68.*
- Sarafino, E.P. (1990). *Health Psychology: Biopsychosocial, Interaction.* Second Edition. New York: John Willey and Sons, Inc.
- Surabaya Post. (3 April 1998). *Keresahan Masyarakat Hendaknya Bisa Dikurangi.* hlm. 6.

STUDI KASUS DINAMIKA EMOSI PADA ANAK AUTIS

Riza Noviana Khoirunnisa dan Mochammad Nursalim

Universitas Negeri Surabaya
e-mail: rizanoviana.icha@yahoo.co.id

Abstract: *This study aimed at exploring the emotional dynamics of children with autistic. A qualitative approach with case study method was employed. Two autistic children with average autism severity in Cita Hati Bunda School and Therapy Center for autistic children Sidoarjo were recruited as participants. Data were collected from interviews, observation, and relevant documents. The Plutchik's concept of emotion components, namely stimulus event, inferred cognition, physiological arousal, feeling state, impulse to action, and overt behaviour and effect was used to invoke some psychological insight in the analysis. The study found that the dynamic of emotions that occurs in autistic children was influenced mainly by situational factors. The result suggested that autistic children need more times to perceive the contexts of stimuli. However, this study was not able to explain how these children make meanings of those stimuli.*

Key words: *emotional dynamics, autistic children*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika emosional pada anak-anak autis. Pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus digunakan. Dua anak autis dengan tingkat keparahan autisme rata-rata di Cita Hati Bunda Sekolah dan Terapi Pusat autis anak Sidoarjo direkrut sebagai partisipan. Data dikumpulkan dari wawancara, observasi, dan dokumen yang relevan. Konsep Plutchik tentang komponen emosi, yaitu stimulus event, inferred cognition, physiological arousal, feeling state, impulse to action, overt behaviour dan effect digunakan untuk memberikan wawasan psikologis dalam menganalisis data. Studi ini menemukan bahwa meskipun ketika emosi itu bangkit anak-anak autistik ini tidak mampu mengontrolnya, namun dinamika emosi yang terjadi pada anak autistik sesungguhnya dipengaruhi terutama oleh faktor situasional. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa anak-anak autis perlu waktu yang lebih banyak untuk memahami konteks rangsangan. Namun, penelitian ini tidak dapat menjelaskan bagaimana anak-anak ini memaknai berbagai rangsangan yang mereka terima.

Kata kunci: Dinamika emosi, anak autistik

Semua individu merasakan emosi dalam hidupnya. Emosi merupakan reaksi dari individu terhadap individu lain, objek maupun situasi di sekitarnya. Pengungkapan emosi muncul dalam berbagai bentuk, seperti ekspresi wajah, cara perilaku, maupun ucapan secara verbal. Individu normal pada umumnya mampu mengontrol emosi yang muncul dalam dirinya, karena tidak memiliki kelainan dalam struktur otak yang mengatur emosi. Anak autistik dilahirkan dengan keadaan yang “kurang” dari individu normal. Bauman dan Courchense (dalam Cristina M, 2009) menemukan kelainan Susunan Saraf Pusat (SSP) pada beberapa tempat dari anak autistik. Salah satu kelainan itu adalah pengecilan Cerebellum (otak kecil) terutama Lobus VI-VII. Lobus VI-VII berisi sel-sel

Purkinje, yang memproduksi neurotransmitter serotonin. Pada anak autisme, jumlah sel purkinje sangat kurang, akibatnya produksi serotonin berkurang yang menyebabkan penyaluran rangsang/informasi antar sel otak terganggu. Bentuk kelainan lainnya adalah kelainan pada struktur pusat emosi dalam otak (sistem limbik), yang bisa menerangkan kenapa emosi anak autis sering terganggu.

Anak autistik adalah seorang laki-laki atau perempuan yang berusia dua sampai dua belas tahun yang memiliki sindrom autisme yaitu penarikan diri yang ekstrem dari lingkungan sosialnya, gangguan dalam berkomunikasi, serta tingkah laku yang terbatas dan berulang (stereotipik) yang muncul sebelum usia 3 tahun. Anak autistik kesulitan untuk memahami emosi yang ada di

lingkungannya. Mereka juga memiliki gangguan sensoris, persepsi dan komunikasi yang menyebabkan mereka tidak dapat menyampaikan maupun mengenali emosi yang ada di lingkungannya sehingga perilakunya berbeda dengan individu normal.

Hasil pengamatan awal yang dilakukan di sekolah dan pusat terapi Cita Hati Bunda Sidoarjo pada tanggal 4 Februari 2011 menunjukkan bahwa anak-anak autistik dapat secara tiba-tiba memunculkan emosinya tetapi ia kesulitan dalam mengontrol. Terlebih lagi ia juga kesulitan dalam memahami emosi yang ada di lingkungannya. Selain itu, keadaan emosi anak autistik tidak stabil. Mereka dapat marah tidak terkendali apabila keinginan tidak dipenuhi. Mereka dapat tiba-tiba tertawa terbahak-bahak atau menangis bahkan menyerang orang lain tanpa diduga-duga.

Dinamika emosi tersebut merupakan kaitan antara komponen-komponen emosi yaitu reaksi fisiologis, faktor kognitif dan situasional, perasaan serta perilaku (Haber & Runyon, 1994). "komponen-komponen emosi tersebut saling berkaitan erat tanpa dapat ditentukan secara pasti urutan kemunculannya" (Davidoff, 2001). Bahon-Cohen et al (dalam Castelli, 2005) menemukan kelemahan yang spesifik pada pengenalan ekspresi terkejut (*belief-based expression*) dibanding emosi senang dan sedih (*reality-based expression*). Castelli (2005) juga menemukan bahwa anak dengan autistik dapat mengenali emosi dasar (*happines, anger, sadness, surprise, fear, disgust*) melalui ekspresi wajah, tidak hanya pada saat mencocokkan gambar ekspresi wajah, tetapi juga saat memberikan nama pada masing-masing ekspresi wajah tersebut. Plutchik (2003) menyebutkan ada enam emosi dasar/basic emotion yaitu meliputi penerimaan (*acceptance*), jijik/ muak (*disgust*), gembira (*joy*), takut (*fear*), kesedihan (*sadness*), dan terkejut (*surprise*).

Dalam beberapa penelitian mengenai emosi pada anak autis didapatkan beberapa

stimulus yang menimbulkan respon emosi adalah benda-benda yang ada di dalam kehidupan mereka sehari-hari (Greenspan dan Wieder, 2006). Ditemukan bahwa benda-benda lebih banyak direspon daripada orang-orang yang ada di dalam kehidupannya (Peeters, 2004). Pada saat anak autistik mengalami suatu emosi, penyebab yang mendasari emosi mereka biasanya adalah situasi, benda kesayangan, maupun orang di sekitar. Dengan demikian dinamika emosi pada anak autistik, bukanlah sesuatu yang sederhana namun merupakan suatu proses yang saling berhubungan. Emosi yang muncul pada mereka merupakan rangkaian kejadian dimulai dari faktor pencetus kemudian dilanjutkan dengan kondisi emosi dan fisiologis yang muncul dan akhirnya perilaku yang tampak sebagai akibatnya.

Plutchik (2003, dalam Pradiwanti, 2006) menjelaskan mengenai proses terjadinya dinamika emosi yang mengikuti alur *feedback loops* antara lain: 1) stimulus event yang merupakan sesuatu yang tidak diharapkan atau kejadian yang tidak biasa baik datangnya dari eksternal maupun internal; 2) *inferred cognition* adalah proses penginterpretasian secara kognitif agar individu dapat menangkap makna; 3) *psychological arousal* merupakan reaksi mekanisme pengaktifan dari sistem saraf simpatetik yang terlibat dalam emosi; 4) *feeling state* ialah kondisi yang dirasakan saat mengalami suatu emosi dimana; 5) *impulse to action* merupakan dorongan untuk bertindak yang tampak melalui otot-otot yang menegang, ekspresi wajah, mengepalkan tangan atau tampak seperti bersiap lari, menyerang, berteriak dan lain sebagainya; 6) *overt behavior* merupakan tindakan yang dilakukan seseorang karena adanya dorongan; dan 7) *effect* yang berfungsi untuk mengembalikan kita pada kondisi seimbang ketika emosi yang menyebabkan suatu tindakan menurun intensitasnya.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dinamika emosi pada anak dengan

gangguan autisme menggunakan panduan dari teori emosi *feedback loops*-nya Plutchik. Teori ini dipilih karena dapat memandu peneliti untuk mendeskripsikan apa saja jenis emosi yang muncul pada anak autis dan bagaimana dinamikanya.

METODE

Penelitian dilaksanakan dengan pendekatan kualitatif dan rancangan studi kasus. Metode studi kasus ini dipilih karena penelitian ini bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah (Moelong, 2006). Unit analisis dalam penelitian ini adalah dinamika emosi. Peneliti ingin mempelajari gambaran dinamika emosi pada anak autis dan faktor-faktor apa yang mempengaruhi dinamika emosi tersebut serta penanganan emosi anak autistik. Untuk dapat mengenali dinamika emosi pada anak autistik, dalam hal ini penulis menggunakan jenis studi kasus intrinsik. Penelitian dilakukan untuk memahami secara utuh kasus tersebut, tanpa harus dimaksudkan untuk menghasilkan konsep-konsep atau teori ataupun tanpa upaya menggeneralisir (Poerwandari, 2005).

Partisipan

Pemilihan partisipan dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan kriteria tertentu (purposif), yakni dengan memilih individu-individu yang memenuhi kriteria berikut: memiliki karakteristik gangguan autism yang diperkuat dengan diagnosis ahli; diijinkan oleh orang tua dan guru ahli untuk diteliti; dan merupakan siswa di Sekolah dan Pusat Terapi Anak Berkebutuhan Khusus Cita Hati Bunda Sidoarjo. Dua anak autistik laki-laki yang berusia 9 dan 10 tahun berhasil direkrut menjadi partisipan utama penelitian.

Partisipan pendukung adalah *significant others* dari dua subjek tersebut, yaitu orang tua mereka, terapis mereka, dan penanggung jawab terapis.

Teknik pengumpulan data

Data penelitian ini dikumpulkan dengan teknik wawancara, observasi dan dokumen. Wawancara yang dilakukan adalah wawancara mendalam (*depth interview*) dengan petunjuk umum. Jenis wawancara ini mengharuskan pewawancara membuat kerangka dan garis besar pokok-pokok yang ditanyakan namun tidak perlu ditanyakan secara berurutan. Wawancara terutama dilakukan terhadap *significant others*, yaitu orang tua, penanggung jawab terapis dan terapis dari kedua subjek utama.

Teknik observasi menjadi alat pengumpul data utama untuk meneliti dua anak autistik yang menjadi subjek inti penelitian ini. Jenis observasi dalam penelitian ini adalah observasi partisipan, di mana peneliti turut ambil bagian dalam kegiatan anak autistik yang diteliti. Observasi partisipan ini memungkinkan peneliti dapat berinteraksi dan berkomunikasi secara akrab dan leluasa dengan subjek, sehingga memungkinkan adanya pengamatan yang lebih rinci dan detail. Alat observasi yang digunakan adalah catatan berkala dan check list. Dengan catatan berkala, peneliti berinteraksi dengan subjek penelitian dalam jangkawaktu tertentu, kemudian menuliskan kesan-kesan umumnya, setelah itu peneliti menghentikan penyelidikannya dan mengadakan penyelidikan lagi pada saat lain dengan cara yang sama seperti sebelumnya. Sementara check list yang digunakan adalah sebuah daftar yang berisi nama-nama subjek dan faktor-faktor emosi yang hendak diselidiki. Sumber data lain yang digunakan adalah dokumen. Dokumen didapatkan dari hasil pemeriksaan dan hasil terapi yang dilakukan oleh terapis pada kedua subjek penelitian.

Teknik analisis data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis tematik dengan melakukan koding hasil transkrip wawancara yang telah di verbatim. Koding adalah dua aktivitas yang dilakukan secara simultan: reduksi data secara mekanis dan kategorisasi data secara analitis ke dalam tema-tema (Neuman, 2000).

Penelitian ini menggunakan teknik-teknik pemeriksaan keabsahan dengan teknik ketekunan pengamatan, triangulasi serta uraian rinci. Moleong (2006) mengatakan bahwa ketekunan pengamatan bermaksud menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut (Moleong, 2006). Sedangkan uraian rinci merupakan teknik

yang menuntut peneliti agar melaporkan hasil penelitiannya setelah dan secermat mungkin hingga dapat menggambarkan proses dan tempat penelitian diselenggarakan (Moleong, 2006).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini memperlihatkan bahwa kedua subjek penelitian yang telah didiagnosa sebagai anak autistik memang mempunyai karakteristik yang berbeda dengan anak-anak lain dalam mengalami dan mengekspresikan emosi-emosi positif dan negatif. Gangguan yang dimiliki kedua subjek membuat emosi mereka mudah sekali bergejolak ditambah lagi dengan adanya stimulus yang kedatangannya tidak terduga dan subjek tidak dapat mengontrol keberadaan pencetus tersebut, sehingga mereka pun melampiaskan emosinya dengan cara yang bisa mereka lakukan. Secara umum dinamika emosi pada kedua subjek anak autistik yang menjadi partisipan dalam penelitian ini dapat digambarkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Dinamika emosi subjek 1 dan 2

Subjek penelitian I	Subjek penelitian II
Dinamika emosi	Dinamika emosi
<p><i>Stimulus event:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Subjek berada di dekat individu yang dianggapnya nyaman dan telah dikenal sebelumnya 2. Keinginan subjek terpenuhi, dipuji, melihat kereta api 3. Subjek menginginkan sesuatu tetapi ditunda dan dilarang untuk berlari-lari. (paling sering) 4. Individu lain yang memberikan nada berintonasai tinggi padanya, melihat tempat yang memiliki pengalaman negatif seperti rumah sakit. 5. Keinginan subjek tidak terpenuhi, seperti tidak dibelikan mainan. 6. Subjek tidak dapat melakukan suatu hal sesuai keinginannya seperti ingin bermain puzzle tetapi tidak dapat melengkapi 	<p><i>Stimulus event</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Subjek berada di dekat individu yang dianggapnya nyaman dan telah dikenal sebelumnya 2. Keinginan subjek terpenuhi, melihat teletubis & boneka yang berwujud <i>gemuk</i> baik gambar maupun asli (paling sering). 3. Subjek melakukan sesuatu tetapi kegiatannya diganggu. 4. Subjek melihat karet gelang tempat baru 5. Keinginan subjek tidak terpenuhi dan dihukum 6. Laptop subjek diambil
<p><i>Inferred cognition:</i></p> <p>Subjek membutuhkan waktu untuk memahami keberadaan mengenai <i>stimulus event</i> yang ada disekitarnya.</p>	<p><i>Inferred cognition:</i></p> <p>Subjek membutuhkan waktu untuk memahami keberadaan mengenai <i>stimulus event</i> yang ada disekitarnya.</p>
<p><i>Psychological arousal:</i></p> <p>Ketika emosi subjek bergejolak terlihat dari otot-otot ekspresi wajah yang berubah ketika ia menyadari keberadaan <i>stimulus event</i></p>	<p><i>Psychological arousal:</i></p> <p>Ketika emosi subjek bergejolak terlihat dari otot-otot ekspresi wajah yang berubah ketika ia menyadari keberadaan <i>stimulus event</i></p>

<p>Feeling state:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sayang 2. Senang 3. Jengkel (paling sering) 4. Takut 5. Sedih 6. Marah 	<p>Feeling state:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sayang 2. Senang (paling sering) 3. Jengkel 4. Takut 5. Sedih 6. Marah
<p>Impulse to action:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Perilakunya yang akan mendekati, dan bersiap untuk mengajak orang tersebut bergandengan tangan bahkan ingin dipangku 2. Ekspresi wajahnya yang akan tersenyum serta tidak jarang subjek bersiap untuk mengajak tos 3. Ekspresi wajahnya dan perilakunya yang akan membanting barang yang ada disekitarnya (paling sering). 4. Ekspresi wajahnya yang akan teriak dan perilakunya yang akan menghindar dari situasi tersebut. 5. Ekspresi wajahnya yang akan menangis 6. Ekspresi wajah yang akan teriak dan perilakunya akan memukul, membanting maupun menyerang 	<p>Impulse to action:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Perilakunya yang akan mendekati, dan bersiap untuk memeluk dan mencium individu lain yang disayanginya tersebut 2. Ekspresi wajahnya yang akan tersenyum maupun tertawa (paling sering). 3. Perilakunya yang akan menggenggam tangan individu yang membuatnya jengkel. 4. Perilakunya yang akan menghindar dan bersiap-siap lari dari situasi tersebut 5. Ekspresi subjek akan menangis 6. Ekspresi wajah yang akan teriak dan perilakunya akan memukul, membanting maupun menyerang
<p>Overt behavior:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mendekati orang yang dianggapnya nyaman dan ia meminta untuk bergandengan tangan maupun dipangku ketika duduk. 2. Tersenyum dan tertawa, bahkan subjek mengajak tos orang yang yang membuatnya senang 3. Membanting barang yang ada disekitarnya dan berteriak. (paling sering) 4. Menghindari situasi maupun individu yang membuatnya takut. Subjek juga dapat berteriak ketika hal itu dirasakannya. 5. Menangis 6. Membanting barang yang ada disekitarnya, memukul, bahkan berteriak 	<p>Overt behavior:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencium dan memeluk individu yang disayangi. 2. Tersenyum dan tertawa. (paling sering) 3. Menggenggam tangan individu yang membuatnya menjadi jengkel dengan gemas 4. Menghindari situasi maupun individu yang membuatnya takut bahkan subjek juga berlari untuk menghindari stimulus tersebut. 5. Menangis 6. Memukul, menggigit, maupun mencubit, berteriak bahkan memukul kepalanya sendiri
<p>Personal Effect:</p> <p><input type="checkbox"/> Verbal</p> <p><input type="checkbox"/> Perlakuan</p>	<p>Personal effect:</p> <p><input type="checkbox"/> Verbal</p> <p><input type="checkbox"/> Perlakuan</p>

Stimulus Event

Stimulus event merupakan sesuatu yang tidak diharapkan atau kejadian yang tidak biasa baik eksternal maupun internal, dapat mengubah level afeksi dan perilaku seseorang (Weisman dalam Plutchik, 2003). Pada anak autistik, banyak stimulus yang menjadi pencetus emosi mereka. Terlebih lagi terkait dengan karakteristik yang dimiliki anak autistik yaitu gangguan pada sensori, persepsi, komunikasi dan interaksi yang membuat mereka kebingungan dengan adanya stimulus tersebut.

Subjek I

Pada subjek satu (I), ada beberapa *stimulus event* yang membuat subjek

memunculkan emosinya. Penyebab emosi subjek berkaitan dengan individu lain, situasi maupun benda.

Stimulus event berasal dari individu lain. Subjek dapat merasa nyaman dengan individu yang telah dikenalnya. Namun, tidak semua individu yang telah dikenalnya dapat membuat nyaman. Nyaman yang dimaksud disini, subjek tidak merasa asing dengan individu tersebut dan subjek merasa akrab terlebih lagi jika individu tersebut menuruti keinginan subjek. Subjek merasakan ini dimanapun dia berada. Subjek mengerti mana individu yang menyukainya dan yang tidak menyukainya.

Stimulus event berasal dari situasi. Stimulus ini berkaitan dengan keinginan

subjek yang terpenuhi. Keinginan ini bermacam-macam. Keinginan subjek yang sering di minta adalah hal yang sederhana, yaitu menanyakan keberadaan ibunya dan ingin bertemu dengannya. Stimulus dari situasi juga ada yang berbentuk pujian. Subjek menyukai suatu pujian yang ditujukan padanya. Biasanya hal ini diberikan sebagai *reward* karena subjek berhasil melakukan sesuatu sesuai perintah. Baik itu perintah dalam proses terapi maupun perintah lain seperti ketika memainkan *game playstation*.

Nada tinggi yang ditujukan untuk subjek juga situasi yang menjadi stimulus emosi. Subjek sensitif dengan nada tinggi. Hal ini tidak memandang siapa yang memberikan nada dengan intonasi tinggi baik itu orang terdekatnya maupun orang yang belum dikenalnya maka ia akan tetap mengekspresikan emosinya. Ketika subjek diberi nada dengan intonasi tinggi, membuatnya kaget sehingga membutuhkan pelampiasan atas kegundahan perasaannya. Situasi lain yang memicu emosi adalah tempat yang menjadi konteks pengalaman kurang menyenangkan subjek seperti rumah sakit. Subjek hafal bagaimana ciri-ciri rumah sakit yang pernah dikunjunginya, jika mirip subjek langsung mengekspresikan emosi negatifnya, berupa menghindar dan berteriak-teriak.

Stimulus event berasal dari benda. Benda yang dimaksud disini adalah kereta api. Kereta api yang memancing emosi subjek dapat berupa kereta api yang berwujud asli maupun kereta api yang berbentuk mainan dan gambar.

Subjek 2

Pertama, *stimulus event* berasal dari individu lain. Yang dimaksud individu lain disini adalah individu yang dirasa nyaman bagi subjek. tidak berbeda dengan subjek I yang juga merasakan ini. Subjek II juga merasa nyaman dengan orang yang telah dikenalnya tetapi tidak semua orang yang telah dikenalnya membuat ia merasa nyaman. Hal ini dilakukan kapanpun dan dimanapun

dia berada ketika ia bertemu dengan orang tersebut. Individu lain disini dalam kehidupan subjek adalah keluarga subjek dan salah satu terapis. *Stimulus event* ini membuat emosi subjek bergejolak, terlebih lagi jika orang tersebut menuruti keinginannya.

Kedua, *stimulus event* berasal dari situasi. Situasi yang dimaksud adalah keinginan subjek terpenuhi. Keinginan ini beragam, antara lain ketika ia ingin menangkap lalat dan berhasil menangkap lalat yang dilihatnya. Situasi yang lain adalah ketika subjek melakukan sesuatu tetapi kegiatannya diganggu. Hal ini berlangsung bagi setiap aktivitas yang dilakukannya. Ketika terapis membenarkan posisinya yang awalnya tiduran menjadi duduk juga dapat menjadi pencetus. ketika kegiatannya terhambat seperti ketika subjek diperintah terapis untuk pindah tempat duduk maupun mengambil suatu barang ketika ia sedang melakukan sesuatu juga menjadi pencetus emosinya seperti ketika subjek sedang melihat *teletubbies* di laptopnya, tetapi diperintah oleh terapis untuk mengambil sesuatu seperti gelas, piring di dapur maupun yang lainnya. Subjek juga tidak dapat jauh dari laptopnya karena ia sangat menyukai *teletubbies* yang dapat dilihatnya dari laptop tersebut. Hal ini berkaitan dengan kemampuan subjek II dalam mempersepsi sesuatu dan keadaan *mood* dalam dirinya. Terlebih lagi ia memiliki kesulitan dalam berkomunikasi dengan lingkungannya sehingga ia tidak dapat menyampaikan maksud yang diinginkannya.

Subjek II memiliki lantai favorit yang digunakan sebagai tempat duduknya ketika ia mengikuti kelas klasikal. Jika subjek duduk di tempat itu, biasanya diperintah oleh terapis untuk pindah tempat duduk ke tengah ruangan karena badan subjek yang besar dapat menghalangi orang lain yang akan masuk. Ketika subjek di perintah pindah oleh terapis, hal ini lah yang menjadi pencetus emosi subjek bergejolak. Emosi subjek juga bergejolak adalah ketika ia menemui tempat

baru yang dianggapnya asing. Subjek memiliki karakteristik kesulitan untuk beradaptasi dengan suatu lingkungan yang baru.

Ketiga, *stimulus event* berasal dari benda. Benda yang dimaksud adalah laptop. Subjek II selalu membawa kemana-mana laptopnya. Hal ini dilakukan karena dengan adanya laptop subjek dapat membuka *file teletubbies* setiap saat. Subjek menyukai *teletubbies*, baik berwujud boneka maupun hanya gambar sehingga benda yang paling diminati oleh subjek adalah laptop. Mulai subjek kecil, ia menyukai *teletubbies*. Selain *teletubbies*, subjek juga menyukai boneka yang wujudnya gemuk. Hal ini dapat berupa boneka asli maupun hanya berupa gambar. Benda lain yang memicu emosi adalah karet gelang. Subjek II pernah mengalami pengalaman yang kurang menyenangkan dengan karet gelang. Ia pernah terkena jepretan karet gelang sehingga ia menghindari ketika ada karet gelang dihadapannya.

Pada subjek penelitian I stimulus yang paling sering dirasakan adalah ketika ia dilarang untuk berlari-lari. Hal ini merupakan kegiatan yang disukai dan seringkali dilakukan subjek. Pada subjek penelitian II stimulus yang paling sering dirasakan adalah ketika ia melihat *teletubbies* baik yang berwujud asli maupun gambar. *Teletubbies* adalah kesukaan subjek. hal ini seringkali dilihat oleh subjek dari laptopnya. Peneliti juga menemukan ternyata tidak hanya *stimulus event* saja yang membuatnya memunculkan emosi, tetapi hal ini berkaitan dengan karakteristiknya sebagai anak autistik sehingga membuatnya kurang dapat menyampaikan dan menyalurkan emosinya dengan tepat pada lingkungannya. Dengan begitu kejadian-kejadian yang dialami oleh kedua subjek seperti diatas tersebut merupakan hal yang mengawali munculnya dinamika emosi pada anak autistik.

Inferred Cognition

Menurut Plutchik, kejadian yang tidak

diharapkan individu tidak akan bermakna jika tidak ada interpretasi kognitif. Diasumsikan stimulus kejadian baik internal maupun eksternal tidak bertindak sebagai pencetus utama yang mengawali jalannya proses emosi, tetapi peristiwa butuh diinterpretasikan agar individu dapat menangkap maknanya (Plutchik, 2003).

Pada subjek satu (I) dalam menginterpretasikan stimulus yang ada, ia membutuhkan waktu untuk memahami keberadaan mengenai *stimulus event* yang ada disekitarnya tersebut. Subjek menyadari adanya *stimulus event* tersebut, tetapi subjek membutuhkan waktu untuk memahami apa makna dari adanya *stimulus event* tersebut.

Anak autistik memiliki karakteristik tersendiri yang berbeda dari anak normal lainnya. Mereka memiliki gangguan pada bagian sensori dan persepsi sehingga ini juga yang menyebabkan subjek lebih lama dan membutuhkan waktu untuk berpikir mengenai *stimulus event* yang hadir dibandingkan dengan anak-anak lain.

Pada subjek dua (II) juga terjadi hal yang sama. Subjek tidak dapat merespon secara langsung keberadaan stimulus tersebut, tetapi ia membutuhkan waktu paling lama 30 detik untuk memahaminya. Hal ini terjadi karena subjek II juga memiliki gangguan dalam sensori dan persepsi. Dalam diri subjek sendiri terjadi kebingungan, ia tidak mengetahui apa yang harus ia lakukan sehingga tindakannya tepat karena subjek hanya dapat melakukan perilaku yang dapat dilakukannya karena ia tidak mengetahui tindakan itu tepat atau tidak.

Pada subjek satu (I) dan subjek dua (II), keduanya membutuhkan waktu untuk memahami keberadaan stimulus yang ada. Mereka tidak dapat merespon secara reflek keberadaan stimulus tersebut, hal ini terkait dengan gangguan yang dimiliki kedua subjek yaitu pada bagian sensori dan persepsi. Namun demikian waktu yang dibutuhkan untuk memahami stimulus tersebut tidaklah terlalu lama. Pada subjek dua (II) dalam waktu

tidak lebih dari 30 detik, sudah dapat memahami.

Lamanya subjek dalam memahami stimulus selain dipengaruhi oleh gangguan yang dimiliki juga terkait dengan kebiasaan. Semakin terbiasa subjek dengan stimulus maka makin cepat subjek dalam memahami keberadaan stimulus tersebut.

Feeling State

Plutchik membagi emosi menjadi delapan emosi dasar, yaitu: *fear* (takut), *anger* (marah), *sadness* (sedih), *joy* (gembira), *acceptance* (antisipasi), *surprise* (terkejut) (Plutchik, 2003). Kedelapan emosi dasar yang dikatakan Plutchik tersebut beberapa dirasakan oleh subjek. Perasaan takut, jengkel, marah, sedih, senang dan sayang dirasakan oleh kedua subjek. Subjek juga merasa takut ketika ia mengunjungi tempat yang memiliki pengalaman kurang menyenangkan untuknya, seperti rumah sakit. Subjek pernah sakit dan di rawat di rumah sakit, sehingga membuat subjek takut dengan tempat itu. Subjek juga merasakan hal yang sama ketika ia akan dihukum. Ketika subjek diberi tahu bahwa ia akan dihukum di ruang gelap atau tidak mengikuti outing, ia merasa ketakutan, subjek merasa tidak nyaman dengan ruangan kosong gelap. Subjek menyukai outing, sehingga ketika ia tidak diijinkan untuk mengikuti outing yang diadakan tiap minggu, ia merasa takut. Kemudian, subjek juga merasa takut ketika ia bertemu maupun harus berinteraksi dengan orang yang tidak menyukainya. Terlebih lagi jika orang tersebut memberikan pengalaman kurang menyenangkan pada subjek.

Pada subjek satu (I) ketika berada di dekat individu yang membuatnya nyaman membuatnya merasa sayang. Individu ini adalah individu yang telah dikenal sebelumnya. Subjek mengetahui individu yang menyukainya maupun tidak menyukainya. Tidak semua individu yang dikenalnya dapat membuatnya nyaman. Subjek biasanya menunjukkan rasa sayang pada Ibu dan salah satu terapis yang telah mengenalnya lama.

Pada subjek dua (II) ketika subjek menemui karet gelang ia merasa ketakutan. Hal ini dirasakan subjek karena ia memiliki pengalaman yang kurang menyenangkan terhadap karet gelang yaitu terkena jepretan karet gelang sehingga menyebabkan ia merasa takut setiap kali melihat karet gelang walaupun itu tidak dijepretkan padanya. Dengan takutnya subjek pada karet gelang, terapis biasanya menggunakan benda ini sebagai hukuman ketika subjek tidak mau menjalankan perintah dalam terapi tetapi karet gelang tersebut tidak dijepretkan pada subjek, terapis hanya membawa karet gelang saja subjek sudah merasa takut. Subjek dua (II) merasakan takut juga ketika ia mengunjungi tempat yang baru. Subjek merasa asing dengan tempat yang baru ditemuinya. Subjek sebagai anak *autistic* memiliki karakteristik yang tidak menyukai adanya perubahan. Hal ini dilakukannya karena subjek kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru ia temui.

Ada tiga hal yang membuat subjek dua (II) merasa marah. Pertama, ketika laptop subjek diambil. Laptop adalah benda kesayangan subjek karena dengan laptopnya, ia dapat melihat *teletubbies*. Subjek menyukai *teletubbies* sejak ia kecil. Kedua, ketika apa yang subjek pegang diambil ketika ia melakukan aktivitas. Hal ini terjadi ketika subjek diperintah pindah tempat duduk oleh terapis pada saat itu subjek sedang mencorat-coret kertas, kemudian kertas subjek diambil oleh terapis agar ia pindah tempat duduk. Ketiga, ketika subjek menunggu loading laptopnya juga ia mengekspresikan perasaan yang sama. *Loading* laptop ini ketika sedang membuka *file teletubbies*-nya. Perasaan subjek mengenai hal-hal ini lebih bertahan lama dibanding perasaan yang lain.

Subjek dua (II) dapat merasa jengkel ketika subjek melakukan sesuatu tetapi aktivitasnya diganggu. Subjek merasakan hal tersebut ketika diperintah terapis untuk membenarkan posisi tempat duduknya yang awalnya tiduran menjadi posisi duduk yang

benar sehingga badan terapis seringkali disandarkan pada badan subjek untuk mencegah subjek kembali tiduran. Kedua, ketika subjek sedang melihat *teletubbies* dilaptopnya tetapi disuruh oleh terapis mengambil sesuatu seperti gelas atau piring di dapur. Hal ini membuat subjek merasa jengkel.

Subjek dua (II) merasa sedih ketika keinginannya tidak dipenuhi seperti subjek tidak diijinkan terapis untuk duduk di lantai depan kelas klasikal ketika kelas klasikal berlangsung maupun ketika makan siang di kelas klasikal. Subjek memiliki tempat favorit di lantai depan pintu kelas klasikal. Hal lain yang membuatnya mengekspresikan sama adalah ketika subjek dihukum karena subjek melakukan suatu kesalahan. Subjek mulai mengetahui jika ia melakukan kesalahan. Hal ini biasanya diberi tahu oleh orang-orang disekitarnya. Subjek mengetahui ini karena proses pembiasaan yang telah dilakukan sehingga ketika ia melakukan kesalahan sudah mengetahui.

Ada tiga hal yang membuat subjek merasa senang. Pertama, ketika subjek melihat *teletubbies*, baik itu berwujud boneka asli maupun hanya berupa gambar. Subjek sangat menyukai boneka *teletubbies* sejak ia kecil. Kedua, tidak hanya *teletubbies* saja yang membuatnya senang, boneka lain yang wujudnya gemuk juga dapat membuatnya senang. Ketiga, ketika subjek melihat temannya berhasil menangkap bola dan melihat temannya bernyanyi.

Subjek dua (II) juga dapat merasa sayang ketika ia berada di dekat individu yang membuatnya nyaman. Individu ini adalah individu yang telah dikenal sebelumnya. Tidak semua orang yang dikenalnya dapat membuatnya nyaman. Subjek seringkali menunjukkan rasa sayang pada keluarga dan salah satu terapis. Kedua subjek dapat merasakan takut, jengkel, marah, sedih, senang dan sayang dengan stimulus yang berbeda walaupun ada beberapa stimulus yang sama. Rasa sayang dengan stimulus

yang sama muncul pada kedua subjek yakni berasal dari individu lain yang dianggap nyaman. Keduanya tidak mudah menanggapi individu lain sebagai orang yang nyaman karena tidak semua individu yang telah dikenalnya dapat menjadi nyaman di mata kedua subjek.

Emosi jengkel pada subjek I menjadi emosi yang paling sering dirasakan. Hal ini disebabkan karena subjek sangat menyukai lari-lari dalam segala aktivitasnya. Aktivitas tersebut seringkali dilarang oleh orang-orang disekitar subjek sehingga membuatnya merasakan emosi jengkel lebih sering daripada emosi yang lain. Emosi senang pada subjek II menjadi emosi yang paling sering dirasakan. Hal ini disebabkan karena subjek sangat menyukai *teletubbies* yang dilihatnya dari laptop. Subjek tidak dapat dipisahkan dari laptopnya. Ia melihat *teletubbies* dari laptopnya setiap saat sehingga ketika ia melihat *teletubbies*, menjadi sering merasakan emosi senang daripada emosi yang lain.

Psychological arousal

Psychological arousal akan tampil bersamaan dengan pengalaman emosional yang dialami oleh seseorang (Canon, 1929 dalam Haber & Runyon, 1984: 110). *Psychological arousal* yang tampil akan sangat tergantung pada jenis emosi yang muncul serta intensitasnya. Emosi negatif yang kuat seperti marah dan takut menyebabkan perubahan besar yang melibatkan setiap sistem kekebalan tubuh (Haber & Runyon, 1984:109). Setiap individu akan menunjukkan reaksi fisiologis yang berbeda-beda terhadap sebuah emosi (Davidoff, 1991: 53). Oleh karena itu ketika subjek mengalami kondisi emosional tertentu juga berpengaruh pada kondisi fisiknya, pada kedua subjek semuanya mengalami respon fisiologis yang sama ketika mendapatkan stimulus yakni terlihat dari ekspresi wajahnya yang berubah.

Kedua subjek merupakan anak autistik yang memiliki karakteristik berbeda dari anak

normal lainnya, sehingga perubahan fisiologis yang terlihat dari kedua subjek juga minim. Anak autistik cenderung dengan lemahnya respon terhadap sesuatu. Pada kedua subjek reaksi fisiologi terlihat dari ekspresi wajahnya ketika mendapatkan stimulus baik positif maupun negatif selalu ada perubahan dari ekspresi wajahnya.

Kontrol pikiran sangat penting dilakukan oleh individu untuk selalu menjaga kondisi tubuhnya begitu juga pada anak autistik walaupun mereka memiliki gangguan dalam bidang ini, pengaruh lingkungan sangat dibutuhkan agar mereka mampu mengendalikan pikirannya ketika menghadapi suatu stimulus.

Pada akhirnya anak autistik tidak akan dapat menjadi normal seperti anak-anak lain, tetapi anak autistik tetap dapat mengendalikan pikirannya jika itu dilatih secara terus-menerus. Emosi positif yang dihasilkan dapat mengembalikan kondisi tubuh pada keadaan seimbang.

Impulse to action

Dorongan untuk bertindak (*impulse to action*) ini biasanya tampak pada menegangnya otot-otot ekspresi wajah, mengepalkan tangan atau bersiap (kondisi fisik) untuk lari, menyerang, berteriak dan lain-lain (Plutchik, 2003). Dari penjelasan ini terlihat bahwa yang dimaksud dengan dorongan untuk bertindak itu bersifat "tampak" secara fisik. Oleh karena itu tidak dapat dijelaskan secara deksriptif. Sehingga, dorongan pada kedua subjek untuk melakukan perilaku tampak dari mereka.

Pada subjek satu (I) ketika merasa takut terlihat dari ekspresi wajahnya yang akan teriak dan perilakunya yang akan menghindari dari situasi tersebut. Hal yang sama juga terjadi pada subjek dua (II), dorongan untuk bertindak terlihat perilakunya yang akan menghindari dan bersiap-siap lari dari situasi tersebut.

Dorongan untuk bertindak ketika kedua subjek merasakan emosi marah, tampak dari ekspresi wajah yang akan teriak dan

perilakunya akan memukul, membanting maupun menyerang individu yang ada disekitarnya. Bahkan pada subjek dua (II) ia juga tidak ragu akan memukul kepalanya sendiri.

Pada subjek satu (I) dorongan untuk bertindak ketika emosi jengkel tampak dari ekspresi wajahnya dan perilakunya yang akan membanting barang yang ada disekitarnya. Sedangkan pada subjek dua (II) terlihat dari perilakunya yang akan menggenggam tangan individu yang membuatnya jengkel. Terjadi kesamaan pada kedua subjek ketika merasa sedih, dorongan untuk bertindak terlihat pada ekspresi wajahnya yang akan menangis. Dorongan untuk bertindak yang sama juga terjadi pada kedua subjek ketika merasa senang yang dapat terlihat dari ekspresi wajahnya yang akan tersenyum maupun tertawa.

Pada subjek satu (I) dan subjek dua (II) ketika merasa sayang terlihat pada perilakunya yang akan mendekati. Pada subjek satu (I) dilanjutkan dengan bersiap untuk mengajak individu tersebut bergandengan tangan serta bersiap untuk dipangku oleh individu tersebut. Pada subjek dua (II) dilanjutkan dengan bersiap untuk memeluk dan mencium individu lain yang disayanginya tersebut.

Pada subjek penelitian I karena emosi yang paling sering muncul adalah emosi jengkel, maka setiap kali ia merasa jengkel subjek terlihat akan membanting barang yang ada disekitarnya dan terlihat dari ekspresinya wajahnya akan berteriak. Pada subjek penelitian II emosi yang paling sering muncul adalah senang sehingga terlihat subjek akan tertawa dan tersenyum dari ekspresi wajahnya.

Overt behavior

Overt behavior merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu karena adanya *impulse to action* yang terjadi sebelumnya. Langkah ini dilakukan agar subjek kembali pada keadaan semula (homeostatis). Menurut

Weisman (dalam Plutchik, 2003) mengatakan bahwa fungsi afek adalah untuk mengembalikan kita pada kondisi seimbang atau dengan kata lain tindakan yang berhubungan dengan emosi dapat mengurangi emosi yang menyebabkannya.

Dalam menunjukkan rasa takutnya kedua subjek menghindari situasi maupun individu yang membuatnya takut. Pada subjek satu (I) perilakunya disertai dengan berteriak ketika hal itu dirasakannya. Pada subjek dua (II) disertai dengan berlari ketika menghindari stimulus tersebut.

Pada subjek satu (I) ketika dirinya merasa marah, subjek membanting barang yang ada disekitarnya, memukul. Hal yang tidak jauh berbeda juga dilakukan subjek dua (II). Ia memukul, menggigit, maupun mencubit, bahkan memukul kepalanya sendiri ketika ia sedang merasakan marah. Keduanya sama-sama berteriak ketika merasakan emosi ini.

Hal yang berbeda dilakukan ketika mereka merasa jengkel. Pada subjek satu (I), ia membanting barang yang ada disekitarnya dan berteriak. Sedangkan pada subjek dua (II) ia menggenggam tangan individu yang membuatnya menjadi jengkel dengan gemas. Hal-hal ini dilakukan ketika mereka merasa jengkel dengan siapapun.

Kedua subjek melakukan perilaku yang sama ketika ia merasa sedih yaitu dengan menangis. Ketika merasa senang, kedua subjek juga melakukan perilaku yang sama yaitu tersenyum dan tertawa. Tetapi pada subjek satu (I) disertai dengan mengajak individu lain yang diajak berinteraksi dengannya untuk tos.

Ketika kedua subjek merasa sayang, perilaku yang dilakukan adalah mendekati individu yang dianggapnya sayang. Pada subjek satu (I), ia meminta untuk bergandengan tangan maupun dipangku ketika duduk. Pada subjek dua (II), selain mendekat ia juga mencium serta memeluk individu lain yang disayanginya tersebut.

Pada subjek penelitian I, emosi yang paling sering muncul adalah jengkel sehingga perilakunya membanting barang yang ada di sekitarnya dan berteriak. Pada subjek penelitian II emosi yang paling sering muncul adalah emosi senang sehingga perilakunya tersenyum dan tertawa.

Effect

Efek merupakan kondisi yang ingin dicapai oleh subjek untuk menetralkan stimulus yang dialami oleh subjek terutama stimulus yang tidak menyenangkan. Untuk mengembalikan pada kondisi homeostatis, dilakukan proses *feedback loops*. Karena *feedback loops* dapat mempengaruhi dorongan untuk bertindak, kondisi perasaan, dan kognisi, sesuai stimulus yang diberikan. Perasaan dan perilaku dapat mempengaruhi sama seperti kognisi mempengaruhi perasaan (Plutchik, 2003). Efek yang diberikan pada kedua subjek adalah *effect personal* yaitu dengan memberikan hikmah pada individu.

Pada anak autistik tidak dapat dilakukan hal seperti meditasi karena mereka sendiri kesulitan untuk fokus pada satu hal, sehingga mereka diberikan terapi perilaku. Terapi perilaku ini berupa verbal maupun perlakuan. Pemberian secara perlakuan dilakukan jika secara verbal tidak mengatasi perilaku subjek akibat emosinya. perlakuan ini dapat berupa punishment. *Punishment* ini berupa *timeout* yang diberikan pada subjek. Subjek dibiarkan dalam suatu ruangan kosong sendiri dengan hal inilah ia dapat mengendalikan emosinya.

Dalam memberi pengajaran pada subjek untuk dapat mengontrol emosinya adalah dengan pembiasaan. Pembiasaan yang dimaksud ini adalah dengan cara berulang-ulang dengan maksud, kedua subjek lebih mudah dalam memahami. Faktor penyebab emosi pada kedua subjek terdiri dari benda, situasi dan individu lain. Ketiganya sangat berpengaruh bagi munculnya emosi kedua subjek. Dengan rincian pada subjek satu (I) situasi sebanyak 8, benda sebanyak 1, dan

individu lain sebanyak 2. Pada subjek dua (II), situasi sebanyak 6, benda 2 dan individu lain 1. Dengan rincian tersebut terlihat bahwa factor situasi cenderung mendominasi dalam memunculkan emosi pada kedua subjek.

Ketika subjek mengekspresikan emosi tidak terpaut pada tempat tertentu walaupun pada subjek satu (I) memiliki tempat yang dapat memunculkan emosi yaitu tempat yang memiliki pengalaman negatif pagi subjek. pada subjek dua (II) tempat yang baru ditemuinya juga dapat memunculkan emosinya. hal ini bukan berarti kedua subjek hanya memunculkan emosi pada tempat tersebut, tetapi setiap mereka merasakan adanya stimulus, ia akan mengekspresikan tanpa melihat dimana tempat saat itu.

Untuk waktu yang dibutuhkan kedua subjek dalam mengekspresikan emosi juga tidaklah berlangsung lama. Hal ini sama dengan anak-anak lain. Namun yang berbeda terlihat ketika mereka mengekspresikan emosi marah yang berlangsung lebih lama dari emosi lain. Pada subjek satu (I) emosi ini dapat berlangsung hingga sehari penuh terutama jika pencetusnya adalah nada dengan intonasi tinggi. Dalam memunculkan emosi kedua subjek tidak memperhatikan waktu (jam-jam) tertentu tetapi sehingga tidak ada waktu pasti kapan mereka memunculkan emosi. Hal ini bergantung pada kehadiran stimulus.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, ditemukan sesuatu yang berlaku sama pada kedua subjek antara lain ialah adanya stimulus berupa individu lain yang dianggapnya nyaman dan ketika kegiatan mereka diganggu. Proses interpretasi dan pemaknaan stimulus juga berlaku sama pada kedua subjek. Mereka membutuhkan waktu untuk memahami keberadaan stimulus

tersebut. Kemudian pada reaksi fisiologis juga ditemukan sesuatu yang berlaku sama yakni keduanya memberikan perubahan pada ekspresi wajahnya ketika merasakan stimulus yang ada.

Selain itu munculnya emosi takut, marah, jengkel, sedih, senang, sayang pada kedua subjek, dimana emosi sedih, takut, marah merupakan beberapa dari delapan emosi dasar yang kemukakan Plutchik (2003). Pada rasa sedih, senang, takut, dan sayang memunculkan perilaku yang nampak sama, sedangkan rasa marah dan jengkel ditunjukkan dengan perilaku yang berbeda-beda pada kedua subjek. Selanjutnya pada bagian *effect* juga terjadi hal yang sama pada kedua subjek yaitu dengan pemberian terapi perilaku baik secara verbal maupun perlakuan.

Dinamika emosi yang dialami oleh anak autistik disebabkan oleh tiga faktor penyebab. Faktor penyebab tersebut antara lain benda, situasi dan individu lain. Pada kedua subjek penelitian yang menjadi faktor penyebab terbanyak ialah situasi. Dinamika emosi yang terjadi pada anak autistik merupakan rangkaian dari beberapa komponen-komponen emosi yakni *stimulus event, inferred cognition, psychological arousal, feeling state, impulse to action, overt behavior* dan *effect personal*.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti menyadari terdapat kelemahan dalam teori yang digunakan. Teori emosi *feedback loops evolutionary* dari Plutchik lebih melihat pada perilaku yang tampak (*overt behavior*), sehingga apa yang tidak tampak yakni proses pemaknaan tidak dapat dijelaskan oleh teori tersebut. Pada kedua subjek ditemukan bahwa mereka membutuhkan waktu dalam memahami keberadaan stimulus yang ada. Tetapi bagaimana proses pemaknaan dari stimulus tersebut tidak dapat dijelaskan.

DAFTAR PUSTAKA

- Castelli, F. (2005). *Understanding Emotions from Standardized Facial Expression in Autism and Normal Development*. dalam situs: Sage Publication and National Autistic Society, www.sagepublication.com. diakses tanggal 20 Desember 2010
- Davidoff. (1991). *Psikologi Suatu Pengantar* (Edisi kedua Jilid 2). Jakarta: Erlangga
- Greenspan, S.T & Wieder, S. (2006). *The Child with Special Needs (Anak Berkebutuhan Khusus)*. (Terjemahan). Jakarta: Yayasan Ayo Main
- Haber & Runyon. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press
- Maria, Cristina. (2009). http://melaticeria.or.id/index.php?option=com_content&task=view&id=20&Itemid=51. diakses 7 September 2010
- Moloeng, J, Lexy. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Neuman, W. L. (2000). *Social Research Methods, Qualitative and Quantitative Approaches. Third Edition*. Boston: Pearson Education Inc.
- Ornstein, R, & Cartensen, L. (1991). *Psychology: The Study of Human Experience (3th edition)*. Sandiego: Harcourt Brace Jovonich Publishers
- Peeters, T. (2004). *Autisme*. (Terjemahan) Jakarta: Dian Rakyat
- Plutchik, R. (2003). *Emotions and Life*. Washington DC: American Psychological Association
- Poerwandari, K. (2005). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Lembaga Pengembangan sarana Pengukuran dan pendidikan psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Wijayakusuma, Hembing. (2009). *Autisme, Hiperaktif dan Solusinya*. <http://autishembingcenter.com>, diakses 6 Agustus 2010

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS LAYANAN DAN MINAT MEMBELI PADA KONSUMEN MINI MARKET MINA USWAH SURABAYA

Umi Anugerah Izzati

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya
e-mail: umianugerah@gmail.com

Abstract: *This study examined the relationship between consumers' perception of the customer service quality and their interests to buy in a small retail shop in Surabaya. Sixty consumers in "Mina Uswah" retail shop were recruited as participants. This shop was chosen because the owner has been promoting for years that buying in this place means giving charity as well. Data were analyzed using regression analysis. The result revealed that $R^2 = 0.715$ which means that the service quality variable have 71.5% of effective contribution to the participants' intention to buy compared to other variables. This study concluded that the customer service quality correlated with the tendency to buy among its consumers.*

Key words: *perception of customer service quality, intention to buy, consumer*

Abstrak: Penelitian ini menguji hubungan antara persepsi konsumen terhadap kualitas layanan pelanggan di toko ritel di Surabaya dan minat mereka untuk membeli. Enam puluh konsumen di toko ritel "Mina Uswah" direkrut sebagai partisipan. Toko swalayan ini dipilih karena pemiliknya telah mempromosikan bahwa membeli di tempat itu berarti juga beramal. Data dianalisis menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $R^2 = 0,715$ yang berarti bahwa variabel kualitas pelayanan memiliki 71,5% kontribusi niat peserta untuk membeli dibandingkan dengan variabel lainnya. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kualitas layanan yang ditawarkan oleh penjual berkorelasi dengan kecenderungan untuk membeli pada konsumennya.

Kata kunci: Persepsi kualitas layanan, minat membeli, konsumen

Dewasa ini perkembangan mini market di Indonesia semakin pesat hingga membuat persaingan di bidang usaha ini menjadi semakin ketat. Dampaknya adalah para konsumen akan semakin kritis dalam memilih tempat berbelanja. Hal inilah yang mendorong setiap mini market untuk bersaing dalam memberikan kepuasan kepada konsumennya.

Salah satu dari sekian banyak mini market tersebut adalah Mini Market Mina. Mini market Mina adalah toko (ritel) yang menyediakan beraneka macam barang-barang kebutuhan sehari-hari. Mini market ini menarik untuk diteliti karena merupakan lini ekonomi dari sebuah panti asuhan yang berada di bawah naungan Yayasan Wachid Hasyim Surabaya. Tujuan didirikannya mini market ini adalah untuk mendapatkan pemasukan penghasilan yang bisa membantu

kegiatan di panti asuhan dan sebagai sarana pembelajaran bagi anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Anak-anak di Panti Asuhan Khoiriyah Hasyim sejak dini sudah diberikan pembelajaran agar memiliki kemandirian. Salah satu, cara yang diterapkan adalah dengan memberdayakan mereka untuk menjadi bagian di Mini Market Mina. Mereka membantu menjadi kasir atau pramuniaga secara bergantian agar mereka terbiasa untuk mandiri. Oleh karena itu, slogan yang disampaikan di mini market mina adalah "beramal sambil berbelanja". Artinya, bagi konsumen yang ingin beramal dapat dilakukan di Mini Market Mina sambil berbelanja.

Namun, konsumen tentunya akan memilih mini market yang dapat memberikan layanan yang lebih memuaskan, seperti layanan yang diberikan oleh para pegawai

yang murah senyum, ramah, bersahabat, sopan, sigap atau tanggap, handal, profesional, responsif dan mampu melayani dengan cepat. Kualitas layanan merupakan salah satu unsur penilaian konsumen terhadap perusahaan yang bergerak dalam bidang jasa. Kualitas layanan juga merupakan faktor yang sangat penting yang harus menjadi prioritas utama dalam menyusun strategi pemasaran.

Layanan bertujuan untuk memfasilitasi pembeli saat berbelanja di toko atau gerai atau mini market. Layanan merupakan suatu hal yang harus dilakukan untuk mempermudah konsumen dalam mencari dan memilih produk. Menurut Kasmir (2004) ciri-ciri pelayanan yang baik adalah memiliki karyawan yang baik, adanya sarana dan prasarana yang baik, bertanggung jawab kepada setiap pelanggan sejak awal hingga selesai, memberikan pelayanan yang baik, mampu berkomunikasi, memberikan jaminan kerahasiaan setiap transaksi, memiliki pengetahuan dan kemampuan yang baik, memahami kebutuhan pelanggan, dan memberikan kepercayaan kepada pelanggan.

Pada model kualitas pelayanan (*service quality*), kualitas jasa didefinisikan sebagai penilaian atau sikap global berkenaan dengan superioritas suatu jasa. Definisi didasarkan pada tiga landasan konseptual utama menurut Martin (2004) yaitu : (1) kualitas jasa lebih sukar dievaluasi konsumen daripada kualitas barang (2) persepsi terhadap kualitas jasa merupakan hasil dari perbandingan antara harapan pelanggan dengan kinerja aktual jasa (3) evaluasi kualitas tidak hanya dilakukan atas hasil jasa, namun juga mencakup evaluasi terhadap proses penjualan barang. Model kualitas pelayanan (*service quality*) menganalisis gap antara dua variabel yakni layanan yang diharapkan dan layanan yang dipersepsikan/dirasakan. Sebagai pihak yang membeli dan mengkonsumsi layanan, konsumen lah yang menilai tingkat kualitas layanan yang diberikan suatu perusahaan.

Menurut Syah (2004), minat (*interest*) berarti kecenderungan atau kegairahan yang

tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Minat pembelian ulang adalah perilaku yang muncul sebagai respon terhadap objek. Minat pembelian ulang menunjukkan keinginan pelanggan untuk melakukan pembelian ulang untuk waktu yang akan datang.

Persepsi konsumen terhadap kualitas layanan sebuah toko eceran atau mini market akan dapat memberikan kepuasan bagi konsumen yang kemudian akan menciptakan minat bagi konsumen untuk membeli di mini market tersebut. Menurut Walgito (2004), persepsi merupakan proses pengorganisasian dan penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh individu, sehingga merupakan sesuatu yang berarti. Menurut Stanton (2002) persepsi dapat didefinisikan sebagai makna yang kita pertalikan berdasarkan pengalaman masa lalu, stimuli (rangsangan-rangsangan) yang kita terima melalui lima indera. Persepsi kita dibentuk oleh tiga pasang pengaruh yaitu (1) karakteristik dari stimuli (2) hubungan stimuli dengan sekelilingnya (3) kondisi-kondisi di dalam diri kita sendiri.

Persepsi setiap orang terhadap suatu objek akan berbeda-beda. Oleh karena itu, persepsi memiliki sifat subjektif. Persepsi yang dibentuk oleh seseorang dipengaruhi oleh pikiran dan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, penilaian konsumen terhadap mini market pun dipengaruhi bagaimana mereka memaknai pelayanan yang diterima. Kualitas layanan merupakan pengalaman sadar yang sifatnya subjektif bagi setiap konsumen. Sejalan dengan pendapat Irwanto (2002) bahwa persepsi adalah proses diterimanya rangsang (objek, kualitas, hubungan antargejala, maupun peristiwa) sampai rangsang itu disadari dan dimengerti. Artinya bahwa kualitas merupakan hasil persepsi konsumen terhadap layanan yang diberikan pihak mini market.

Kepuasan konsumen adalah keseluruhan sikap yang ditunjukkan konsumen atas barang atau jasa setelah mereka memperoleh

dan menggunakannya (Mowen, 2002). Apabila kualitas jauh di bawah harapan, maka mereka akan mengalami ketidakpuasan. Menurut Kotler dan Armstrong (2001) kepuasan pelanggan adalah tingkat perasaan seseorang setelah membandingkan kinerja (hasil) yang dia rasakan dibandingkan dengan persepsi harapannya. Jadi, tingkat kepuasan adalah fungsi dari perbedaan antara kinerja yang dirasakan dengan harapan. Kalau kinerja dibawah harapan, pelanggan kecewa. Kalau kinerja sesuai harapan, pelanggan puas. Kalau kinerja melebihi harapan, pelanggan sangat puas, senang dan gembira.

Menurut Lupiyoadi (2001) dalam menentukan tingkat kepuasan pelanggan, terdapat lima faktor utama yang harus diperhatikan oleh perusahaan yaitu: kualitas produk dan jasa, kualitas pelayanan, emosional, harga, dan biaya. Persepsi konsumen terhadap kualitas layanan inilah yang merupakan penilaian menyeluruh atas keunggulan suatu jasa. Layanan yang berkualitas dapat diwujudkan melalui kinerja aspek-aspek *reliability*, *emphaty*, *assurance*, *responsiveness*, dan *tangibles* untuk membangun kepuasan konsumen. Kelima aspek kualitas ini bila diterapkan secara bersama dapat membangun layanan yang berkualitas prima dan memuaskan (Utami, 2004). Persoalannya, apakah ada kaitan antara kualitas layanan terhadap minat membeli pada mini market Mina Surabaya mengingat mini market ini juga mempromosikan dirinya sebagai tempat 'beramal' karena pegawai-pegawainya sebagian besar adalah remaja-remaja yang tinggal di panti asuhan.

METODE

Penelitian ini menggunakan studi korelasi untuk mengungkap hubungan antara kualitas layanan dan minat membeli konsumen.

Sampel

Penelitian ini melibatkan 60 konsumen Mini Market Mina USWAH Surabaya berusia

antara 20 sampai 50 tahun dan pernah membeli atau berbelanja di mini market tersebut minimal tiga kali. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah incidental sampling.

Teknik pengumpulan data

Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan dua buah skala psikologi, yaitu Skala Minat Membeli dan Skala Kualitas Layanan. Skala Minat Membeli terdiri atas 35 aitem, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,900. Adapun Skala Kualitas Layanan terdiri atas 27 item dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,874.

Teknik analisis data

Data dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana. Semua perhitungan statistik dalam analisis tersebut menggunakan komputasi Statistical Packages for Social Science (SPSS) versi 14.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis regresi sederhana menghasilkan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,846 dengan tingkat signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kualitas layanan dengan minat membeli konsumen pada mini market mina Surabaya. Hasil analisis regresi penelitian menunjukkan R Square sebesar 0,715 artinya kualitas layanan memiliki sumbangan efektif sebesar 71,5 % terhadap minat membeli konsumen di mini market mina Surabaya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsistensi variabel minat membeli konsumen dapat diprediksi oleh variabel kualitas layanan sebesar 71,5 % dan sisanya sebesar 28,5 % ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap oleh penelitian ini, antara lain area operasional mini market mina, hadiah, biaya administrasi, teknologi yang dimiliki, dan besarnya pendapatan konsumen. Sedangkan variabel yang dikontrol adalah

usia, dan seberapa sering membeli di mini market Mina Uswah Surabaya.

Pembahasan

Sugiarto (1999) mengatakan bahwa baik maupun buruk penilaian terhadap kualitas layanan tergantung pada penyedia jasa dalam memenuhi kebutuhan, keinginan, dan harapan pelanggan secara konsisten. Artinya, apabila layanan yang diterima sesuai dengan layanan yang diharapkan, maka kualitas layanan dipersepsikan positif. Sebaliknya, layanan yang diterima dinilai tidak sesuai dengan harapan, maka pelanggan akan mempersepsikan negatif kualitas layanan tersebut.

Kualitas layanan dikatakan baik apabila penyedia jasa memberikan layanan yang lebih tinggi dari yang diharapkannya. Semakin baik kualitas, maka semakin tinggi pula kepuasan pelanggan. Sebaliknya, bila semakin buruk kualitas maka semakin rendah kepuasan pelanggan. Keith Hunt (Mowen, 2002,) mendefinisikan kepuasan konsumen sebagai “evaluasi yang dilakukan bahwa pengalaman setidaknya-tidaknya sama baiknya sebagaimana yang seharusnya”.

Mardalis (2005) menyimpulkan bahwa kepuasan pelanggan adalah faktor utama yang dapat menarik loyalitas pelanggan. Loyalitas pelanggan perlu diupayakan karena pelanggan yang setia akan aktif berpromosi, memberi rekomendasi kepada keluarga dan sahabatnya, menjadikan produk sebagai pilihan utama, dan tidak mudah pindah pada merek lain. Kepercayaan dan harapan akan membuat pelanggan seolah-olah menggantungkan diri pada pihak penyedia jasa, sehingga dapat menimbulkan komitmen yang kuat dan pembelian secara berulang terhadap penjual yang sama sebagai tanda munculnya minat untuk membeli.

Loyalitas memerlukan minat agar dapat diwujudkan secara riil. Minat mengarahkan perhatian, rasa tertarik, keinginan, dan motif konsumen untuk merealisasikan loyalitas. Loyalitas konsu-

men kemudian dapat diwujudkan dengan adanya minat dalam berbagai bentuk, misalnya dengan mulai memperhatikan produk lain yang ditawarkan Mini Market Mina Uswah Surabaya, ketertarikan untuk memberi rekomendasi kepada keluarga dan rekan kerja, dan keinginan untuk menjadikan produk di Mini Market Mina Uswah Surabaya sebagai pilihan utama, serta tidak mudah berpindah pada mini market lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa saat dilakukan penelitian, konsumen Mini Market Mina Uswah Surabaya memiliki minat membeli yang sangat tinggi. Hal tersebut berarti konsumen memiliki perhatian lebih, ketertarikan, dan keinginan untuk mengetahui lebih dalam lagi tentang mini market mina uswah surabaya baik produk maupun layanannya. Hal ini didukung oleh hasil jawaban pada skala minat membeli konsumen. Hal lain yang terungkap adalah konsumen membeli di mini market mina uswah karena keluarga dan teman juga membeli di sana.

Hasil ini didukung oleh Kristianto (2003) melalui penelitiannya terhadap sikap dan minat membeli masyarakat yang menyimpulkan bahwa sikap mempunyai pengaruh yang signifikan positif terhadap minat untuk membeli. Sikap dibentuk dari hasil evaluasi terhadap suatu objek, stimulus, atau gagasan, yang dalam hal ini adalah evaluasi terhadap stimulus pelayanan yang berkualitas.

Saat penelitian ini dilaksanakan, penilaian konsumen terhadap kualitas layanan mini market mina Uswah Surabaya berada dalam kategori sangat positif dan positif. Perbedaan penilaian ini menunjukkan bahwa persepsi setiap konsumen berbeda-beda, meskipun seluruh konsumen mendapatkan layanan yang sama. Hal tersebut membuktikan pernyataan bahwa persepsi bersifat individual.

Tjiptono (2006) menyatakan bahwa kemampuan memberikan layanan yang memuaskan merupakan ciri kehandalan

penjual. Keandalan juga merupakan komponen yang penting untuk membangun sebuah pelayanan yang berkualitas dimata konsumen. Menurut Sugiarto (1999) kemampuan memberikan layanan yang cepat mampu menciptakan layanan yang berkualitas. Pernyataan yang mendukung juga dikemukakan oleh Utami (2004) yang menyimpulkan bahwa *reliability, empathy, assurance, responsiveness*, dan *tangibles* secara bersama-sama sangat berpengaruh terhadap kepuasan konsumen. Kepuasan konsumen dapat meningkatkan loyalitas konsumen.

Besarnya sumbangan kualitas layanan terhadap minat membeli konsumen cukup beralasan, karena manusia tidak hanya mengutamakan unsur kuantitas melainkan juga unsur kualitas dari suatu produk. Unsur kuantitas seperti hadiah sifatnya mudah ditiru, sedangkan kualitas dapat menjadi ciri pembeda dengan produk mini market lain. Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Kotler dan Armstrong (2001) bahwa jika konsumen merasa amat puas terhadap kinerja

atau hasil suatu produk atau jasa, maka konsumen tersebut akan melakukan pembelian ulang, bahkan lebih jauh lagi akan melakukan promosi kepada kerabat, teman, atau orang terdekatnya agar menggunakan produk atau jasa yang sama.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kualitas layanan dengan minat membeli di mini market mina surabaya. Semakin baik kualitas layanan, maka semakin tinggi minat membeli konsumen. Sebaliknya, semakin buruk kualitas layanan, maka semakin rendah pula minat membeli konsumen. Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa meskipun suatu mini market mempromosikan dirinya dengan menggunakan alasan-alasan non-ekonomi seperti 'tempat beramal', namun kualitas layanan yang ditawarkan tetaplah menjadi alasan utama bagi konsumen untuk membeli di tempat tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Irwanto. (2002). *Psikologi Umum*. Jakarta : PT.Prenhallindo.
- Kasmir. (2004). *Etika Customer Service*. Jakarta : PT. Grafindo.
- Kotler, P., dan Armstrong. 2001. *Prinsip-Prinsip Pemasaran Jilid 1*. Jakarta : Erlangga.
- Kristianto, P.L. (2003). Analisis Sikap dan Minat Masyarakat Membeli produk Kerajinan Orang-orang Cacat Fisik di DIY. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis (Dian Ekonomi)*, IX (2), 169-181.
- Lupiyoadi, Rambat. (2001). *Manajemen Pemasaran Jasa, Teori dan Praktek*. Edisi Pertama. Jakarta : Salemba Empat.
- Mardalis, A. (2005). Meraih Loyalitas Pelanggan. *Benefit*, IX (2), 111-119.
- Martin, William B. 2004. *Quality Customer Service*. Jakarta : PPM.
- Mowen, J.C. & Michael M. (2002). *Consumer Behavior*. 4th Edition. London : Prentice Hall International Inc.
- Stanton, William J. (2002). *Prinsip Pemasaran*. Jakarta : Erlangga.
- Sugiarto, E. (1999). *Psikologi Pelayanan dalam Industri Jasa*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Syah, M. (2004). *Psikologi Pendidikan dengan pendekatan baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya offset.
- Tjiptono, Fandy. (2005). *Pemasaran Jasa*. Edisi Pertama. Jawa Timur: Bayumedia Publishing.
- Utami, A. (2004). Pengaruh Faktor-faktor Kualitas Jasa terhadap Kepuasan Nasabah, Study Kasus di Bank Syariah Mandiri Cabang Surakarta. *Jurnal Akuntansi dan Bisnis*, IV (1), 48-60.
- Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Edisi Keempat. Yogyakarta : Andi Offset.

HUBUNGAN ANTARA STRES DAN MOTIVASI KERJA PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU

Ni Wayan Sukmawati Puspitadewi
Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya
e-mail: cupid_kiky@yahoo.com

Abstract: *The purpose of this study was to examine the relationship between stress and work motivation among students who have part-time jobs. The subjects of this study were 122 students whose ages ranged from 18 to 26 years old consisting of 68 men and 54 women from different universities in Surabaya and have part-time jobs for at least 6 (six) months in various fields. Sampling was conducted using quota sampling, while data collection is carried out by using a questionnaire. Data were analysed using Pearson's product moment. The results of data analysis shows that the correlation coefficient is -0.518 with $p = 0.00$ ($p < 0.05$) which means that there is a significant negative relationship between the level of stress and the level of work motivation among students who have part-time jobs. Thus, the lower the level of stress the students have the higher their work motivation and vice versa.*

Key words: *Stress, work motivation, students, part-time jobs*

Abstrak: Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan motivasi bekerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Subjek penelitian ini adalah 122 mahasiswa dengan rentang usia 18-26 tahun yang terdiri dari 68 laki-laki dan 54 perempuan yang berasal dari berbagai perguruan tinggi di Surabaya dan bekerja paruh waktu selama minimal 6 (enam) bulan dalam pelbagai bidang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik quota sampling sedangkan pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket. Data dianalisis secara statistik menggunakan metode Pearson correlation, yaitu product moment. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,518 dengan $p=0,00$ ($p<0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat motivasi bekerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Makin rendah tingkat stres maka makin tinggi motivasi kerja seorang mahasiswa yang bekerja paruh waktu, begitu pula sebaliknya.

Kata kunci: Stres, motivasi kerja, mahasiswa, kerja paruh waktu

Manusia selalu mengadakan bermacam-macam aktivitas dalam kehidupannya, salah satunya diwujudkan dalam kegiatan yang dinamakan kerja. Bekerja mengandung arti melaksanakan suatu tugas yang diakhiri dengan buah karya yang dapat dinikmati oleh manusia yang bersangkutan. Aktivitas dalam kerja mengandung unsur kegiatan sosial, menghasilkan sesuatu dan pada akhirnya bertujuan untuk memenuhi kebutuhannya.

Mahasiswa sebagai penerus bangsa diharapkan mampu melalui kehidupan masa kini dan masa datang dengan baik, yaitu dengan belajar dengan giat dan memperoleh hasil yang maksimal dengan tepat waktu serta segera mendapatkan pekerjaan yang

diinginkan dan hidup dengan layak. Mendapatkan pekerjaan yang baik merupakan harapan setiap mahasiswa, terutama mahasiswa yang baru saja lulus studinya. Semua akan terwujud bila-mana setiap mahasiswa berusaha sesuai dengan kemampuannya. Bagi seorang mahasiswa sangatlah penting bila didalam benaknya mempunyai rencana untuk mengembangkan kemampuan dan keahliannya. Hal itu bisa menjadi dasar untuk mencari pekerjaan yang akan digelutinya.

Pada kenyataannya, seseorang mencari pekerjaan tidak mudah, karena membutuhkan berbagai macam keahlian dan pengalaman untuk mendapatkan pekerjaan yang layak. Atas dasar alasan itu pula, maka banyak

mahasiswa yang mulai berpikir tentang masa depannya sehingga memutuskan untuk bekerja di sela-sela waktu kuliah.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik Kota Surabaya tahun 2003, jumlah mahasiswa yang tersebar di PTS dan PTN di Surabaya sebanyak 28.236 orang. Sebuah survey dari Tim Deteksi Jawa Pos (2003:33) dari 1556 jumlah responden diketahui bahwa sebesar 65,4% (1018 mahasiswa) menyatakan bahwa tidak pernah bekerja sambil kuliah, dan 34,6% (538 mahasiswa) menyatakan bahwa pernah bekerja sambil kuliah. Terdapat 3 (tiga) bidang kerja tertinggi yang dijadikan pilihan pekerjaan paruh waktu mereka antara lain sebagai *freelance* (karyawan kontrak), bekerja di bidang dagang, dan mengajar.

Jenis pekerjaan di perusahaan sangatlah beragam, terutama di bidang pemasaran produk dan jasa pelayanan. Sales Promotion Girl atau Sales Promotion Boy, model, pelayan toko, pelayan restoran, pelayan hotel, receptionist, les privat, penyiar radio, wartawan *freelancer*, event organizer dan sebagainya merupakan beberapa pekerjaan paruh waktu yang banyak di pilih mahasiswa. Mahasiswa atau anak muda, menurut Buhler (1962), senang dengan pekerjaan paruh waktu mungkin karena mereka menyukai gaya hidup yang lentur. Pada usia 24-44 tahun merupakan masa penentuan bagi diri individu termasuk dalam hal pekerjaan, sehingga mereka melakukan *trial and error* sebelum menetapkan akan tetap dalam pekerjaannya.

Kerja paruh waktu adalah pekerjaan secara teratur dan sukarela pada jam-jam yang pada dasarnya lebih pendek daripada jam kerja standar/baku (Sumber ; Buku Glosarium Ketenagakerjaan Pusdatinaker). Berdasarkan UU No. 13 Tahun 2003 (Bab IX, pasal 56) tentang Ketenagakerjaan, jenis perjanjian (kontrak) kerja dapat dibagi 2 (dua) yaitu : (1) perjanjian/ kontrak kerja waktu tertentu; (2) perjanjian/ kontrak kerja waktu tidak tertentu. Pekerjaan-pekerjaan yang telah disebutkan diatas termasuk dalam jenis perjanjian/ kontrak kerja waktu tertentu, karena dibuat

untuk pekerjaan yang menurut jenis, sifat dan kegiatan pekerjaannya akan selesai dalam waktu tertentu.

Kuliah sambil bekerja belum umum dilakukan di Indonesia, karena waktu efektif kuliah yang padat dan jenis pekerjaan yang ditawarkan secara paruh waktu tidak begitu banyak. Beberapa perusahaan di Indonesia, baik perusahaan besar maupun kecil memberikan kesempatan bekerja pada mahasiswa dengan beban kerja yang lebih ringan di banding karyawan biasa. Bekerja paruh waktu pada perusahaan besar, selain untuk mencari pengalaman, juga untuk menambah referensi mahasiswa dalam daftar riwayat hidup. Pekerjaan pada perusahaan tipe ini biasanya sudah terspesialisasi yang di dukung dengan prosedur kerja.

Motivasi mahasiswa untuk memilih bekerja paruh waktu disebabkan oleh banyak faktor. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dr. Claire Carney dari University of Glasgow pada tahun 2000, motivasi kerja pada mahasiswa bisa karena pemenuhan kebutuhan keuangan yang mendesak, atau sekedar mengisi waktu luang, ingin mendapatkan pengalaman bekerja, ingin bertemu dengan banyak orang (meningkatkan ketrampilan komunikasi), ingin meningkatkan ketrampilan dan keahlian dalam bekerja sehingga dapat meningkatkan karier di masa datang. Pengaruh faktor-faktor pendorong itu tampaknya berbeda kekuatannya antara mahasiswa yang satu dengan yang lainnya. Namun, menurut beberapa penelitian, faktor-faktor tersebut hampir seluruhnya memberikan pengaruh pada kebanyakan orang (Anoraga, 2001: 1-2). Kebanyakan dari mahasiswa yang memutuskan untuk bekerja paruh waktu, memilih tipe pekerjaan yang sangat beragam, mulai dari tipe pekerjaan yang paling melelahkan sampai ke tipe pekerjaan yang paling rileks, dari yang sederhana sampai modern.

Motivasi bekerja tidak hanya berwujud kebutuhan ekonomis saja (bentuk uang), tetapi juga dalam bentuk kebutuhan psikis

untuk aktif berbuat yang terbaik bagi pekerjaan. Kuat lemahnya motivasi kerja seseorang ikut menentukan besar kecilnya prestasi (Wexley & Yukl, 1977). Motivasi bersifat dinamik, dapat naik turun dengan cepat, dan manusia di dalam lingkungan pekerjaan tidak secara pasif menerima nasib dan kodratnya tapi juga dengan sadar berusaha untuk berprestasi dan mengaktualisasikan dirinya.

Setiap pekerjaan memiliki kesulitan, tantangan, ancaman dan beban kerja berbeda-beda untuk memenuhi kebutuhan. Salah satunya adalah faktor kejenuhan dan ketegangan yang dapat menghinggapi siapa saja (termasuk juga mahasiswa) dan merupakan hal yang wajar. Kejenuhan dan ketegangan yang terjadi berlarut-larut dapat menimbulkan stres. Banyak hal dalam kehidupan ini yang dapat menyebabkan stres. Hal-hal yang menjadi sumber atau penyebab stres pada diri seseorang disebut stresor.

Proses pencapaian tujuan sering ada penghalang, kesukaran, dan kebimbangan yang menuntut seseorang untuk menyesuaikan diri yang dapat menimbulkan stres pada dirinya. Bila seseorang tidak dapat mengatasi segala halangan dan kendala tersebut dengan baik, maka akan muncul gangguan badan ataupun gangguan jiwa. Masalah penyesuaian diri atau keadaan stres dapat bersumber pada frustrasi, konflik atau krisis (Maramis, 1990:65).

Sebuah hasil survey dari Student Affairs Universitas Buffalo (2005) menyatakan bahwa stres sering juga dialami oleh mahasiswa yang bekerja. Mereka kadang merasakan tekanan akademis, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, atau mengembangkan persahabatan dengan individu lain. Tekanan-tekanan yang bersifat pengalaman tidak terlalu membahayakan. Tekanan yang bersifat lunak dapat dijadikan sebagai motivator dan energizer. Bila tekanan yang terjadi pada mahasiswa terlalu tinggi maka dapat mengakibatkan permasalahan sosial dan kesehatan.

Beberapa jenis stres yang dialami oleh mahasiswa dibagi 4 (empat) kategori, yaitu : (1) perasaan (perasaan bersemangat, perasaan takut, emosi, dan sedih); (2) pemikiran (rendah diri, takut gagal, ketidakmampuan berkonsentrasi, cemas akan masa depan, dan sibuk dengan tugas-tugas); (3) perilaku (berbicara gagap, menangis, tertawa, merokok, menggunakan alcohol/narkotika, suka mencari tantangan/bahaya, dan banyak makan/hilang selera makan); (4) fisiologis (sering berkeringat, sering gelisah, detak jantung meningkat, mudah lelah, sering buang air kecil, sulit tidur, sakit kepala, sering muntah dan rentan terhadap penyakit). Stres yang berasal dari lingkungan antara lain adanya tekanan waktu, kompetisi, permasalahan keuangan dan rasa kecewa.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa setiap orang yang bekerja pasti memiliki motivasi dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai. Kadangkala dalam mencapai suatu tujuan selalu ada penghalang dan kesukaran yang menuntut seseorang untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan stresor tersebut. Mahasiswa yang bekerja harus benar-benar dapat membagi waktu untuk kuliah dan bekerja, sebab tidak jarang mahasiswa mengalami berbagai macam gangguan yang berkaitan dengan kuliah dan pekerjaan. Konsentrasi terbelah, waktu yang terbatas dan terbagi, tuntutan tugas akademik, disiplin dalam bekerja, dituntut kinerja yang baik dalam pekerjaan dan lain-lain dapat menurunkan motivasi.

Motivasi kerja yang menurun dapat mengakibatkan menurunnya prestasi kerja yang tentunya sangat merugikan diri mahasiswa dan perusahaan tempat ia bekerja. Demikian pula hal ini akan dialami oleh mahasiswa sendiri yang bekerja paruh waktu secara mandiri, seperti les privat, stres yang dialaminya dapat mempengaruhi motivasi kerjanya.

Stres dapat menghasilkan suatu akibat yang negatif, seperti mangkir bekerja, pekerjaan tidak selesai tepat waktu, *performance*

kurang baik, dan sebagainya, melainkan juga dapat menghasilkan sesuatu yang positif, misalnya produktivitas meningkat dan performance baik. Individu dapat melakukan yang terbaik ketika terantang oleh suatu masalah, bukan ketika individu merasa bosan dan terpuruk. (William, 1997:16).

METODE

Sampel

Sampel penelitian adalah 122 mahasiswa berusia 18-26 tahun terdiri atas 86 laki-laki dan 54 perempuan, berasal dari perguruan tinggi di Surabaya yang masih aktif kuliah dan bekerja paruh waktu dipelbagai bidang pekerjaan dengan kurun waktu bekerja minimal 6 (enam) bulan. Waktu 6 (enam) bulan merupakan waktu yang cukup bagi mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan pekerjaannya dan mengenal tugas-tugasnya dengan baik.

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *non-random sampling*, yaitu dimana tidak semua individu dalam populasi diberi kesempatan yang sama untuk menjadi anggota sampel (Hadi, 2004:89). Pemilihan *non-random sampling* karena peneliti tidak mengetahui secara pasti jumlah mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Surabaya, sehingga ditetapkanlah ciri-ciri yang mewakili populasi yang telah ditetapkan. Jenis *non-random sampling* yang digunakan adalah *quota sampling* yaitu pengambilan sampel dengan sejumlah subyek yang akan diteliti ditetapkan terlebih dahulu (Hadi,2004:89), kemudian disebariskan angket siapa saja yang memenuhi kriteria dan bisa dihubungi.

Teknik pengumpulan data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode angket langsung dan berstruktur. Angket

langsung yaitu angket yang disampaikan secara langsung pada individu yang dimintai informasi tentang dirinya sendiri. Angket berstruktur berarti responden tinggal memberi tanda dan mengisi skala yang sudah ditentukan (Marzuki, 1983:65). Bentuk pertanyaan/ Pernyataan bersifat tertutup yaitu pertanyaan/ pernyataan berbentuk kategoris (Kartono, 1986:207-208).

Angket dikonstruksikan berdasar model skala Likert, dimana seseorang diminta memberikan respon terhadap beberapa statement terdiri dari 2 (dua) kelompok item, yaitu item-item yang mendukung (*favorable*), dan aitem-aitem yang tidak mendukung (*unfavorable*). Dalam penelitian ini alternative jawaban dalam skala Likert di modifikasi dengan penilaian antara lain, pernyataan *favorable* jawaban SS (sangat setuju) diberi nilai 4, jawaban S (setuju) diberi nilai 3, jawaban TS (tidak setuju) diberi nilai 2 dan jawaban SS (sangat tidak setuju) diberi nilai 1. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* jawaban SS (sangat setuju) diberi nilai 1, jawaban S (setuju) diberi nilai 2, jawaban TS (tidak setuju) diberi nilai 3, dan jawaban STS (sangat tidak setuju) diberi nilai 4. Dalam penelitian ini peneliti tidak mencantumkan jawaban netral karena jawaban netral memiliki arti ganda sehingga dapat diartikan belum dapat memutuskan atau memberikan jawaban atas suatu pernyataan. Penelitian ini menggunakan dua angket yaitu angket stres dan angket motivasi kerja. Kedua angket ini dikembangkan sendiri oleh peneliti dengan mengikuti langkah-langkah dalam pengembangan alat ukur psikologi (Suryabrata, 2005; Azwar, 2002).

Teknik analisis data

Data dianalisis secara statistik menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson untuk mengungkap hubungan antara stress dan motivasi kerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari hasil uji korelasi diperoleh nilai koefisien Pearson Product Moment untuk skor stres dan motivasi kerja sebesar $-0,581$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) maka hipotesis nihil ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Maka ada hubungan negatif yang signifikan antara variabel stres dengan variabel motivasi kerja pada taraf kepercayaan $0,05$. Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi stres maka semakin rendah motivasi kerja, begitu pula sebaliknya. Sumbangan efektif ($r^2 \times 100\%$) dari variabel stres terhadap motivasi kerja adalah sebesar $11,42\%$, dengan demikian masih ada $88,58\%$ variabel lain yang mempengaruhi motivasi kerja dan stres.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil (H_0) penelitian ini ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara stres terhadap motivasi kerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu dengan koefisien korelasi (r) sebesar $-0,581^{**}$ dengan nilai $p = 0,000$ pada taraf kepercayaan ($\alpha = 0,05$).

Pembahasan

William (1997:13) menyatakan bahwa sebenarnya banyak karyawan yang mengabaikan masalah stres yang mereka hadapi di tempat kerja, sehingga karyawan sendirilah yang dapat menentukan apakah akan menerima stres atau menolak stres itu sendiri. William (1997:15) juga menyatakan bahwa stres bisa membantu meningkatkan kinerja seorang karyawan agar dapat berkembang.

Stres dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor baik internal maupun eksternal. Berdasarkan hasil penelitian ini, subyek penelitian memiliki tingkat stress yang cukup tinggi dan motivasi kerja yang tinggi. Hal ini diduga dapat disebabkan beberapa faktor, yaitu situasi kerja yang nyaman dan menye-

ngangkan, hubungan antar rekan kerja yang harmonis, hubungan antara karyawan dan atasan baik, atasan memperhatikan kebutuhan karyawannya, adanya rewards yang sesuai dengan pekerjaan, dan beban kerja yang tidak berat dapat mereduksi stress yang timbul. Individu tidak berlarut-larut dalam keadaan yang tertekan dan segera berusaha mencari solusi yang tepat. Kondisi tersebut sangat menguntungkan bagi individu dan perusahaan sehingga individu segera termotivasi kembali untuk meningkatkan performance kerja dalam perusahaan. Hasil penelitian selengkapnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Stres (N=122)

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi	Prosentase (%)
Sangat Tinggi	$X > 112,2$	0	0
Tinggi	$92,4 < X \leq 112,2$	0	0
Cukup	$72,6 < X \leq 92,4$	87	71,31
Rendah	$52,8 < X \leq 72,6$	30	24,60
Sangat Rendah	$X \leq 52,8$	5	4,10
Total		122	100

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Motivasi Kerja (N=122)

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi	Prosentase (%)
Sangat Tinggi	$X > 112,2$	9	7,38
Tinggi	$92,4 < X \leq 112,2$	63	51,64
Cukup	$72,6 < X \leq 92,4$	49	40,16
Rendah	$52,8 < X \leq 72,6$	1	0,82
Sangat Rendah	$X \leq 52,8$	0	0
Total		122	100

Dalam kondisi stres yang sedang, individu dapat mempertahankan keseimbangan hidup dan menghasilkan sesuatu yang memuaskan. Tentu saja tetap ada kemungkinan bahkan kadangkala individu merasa stres, namun stres tersebut tidak membuat individu cemas dan cepat kembali ke keadaan normal, sehingga pekerjaan dapat terselesaikan dengan baik.

Hal ini dapat dibuktikan dengan teori yang menyatakan hidup manusia tergantung pada kemampuan menghadapi bahaya secara tepat dan kuat. Tubuh kita menemukan cara untuk mengatasi stres. Stres bisa menjadi pemicu untuk memperkuat motivasi kerja karena fungsi-fungsi tubuh manusia pada saat normal tidak menyediakan energi atau sumber daya yang dibutuhkan untuk mengatasi

ancaman fisik secara normal. Mekanisme untuk memperkuat daya kerja (*fight response*) mempersepsikan adanya suatu ancaman, sistem saraf manusia yang memicu perubahan-perubahan kimiawi yang kompleks di dalam tubuh manusia dan menyalurkan sumber-sumber kekuatan menjadi suatu sentakan energi yang tiba-tiba dan menghasilkan kinerja puncak (William,1997:17).

Namun pada kenyataannya, ada juga kondisi yang tidak menguntungkan seperti stres dapat menjadi motivator bagi seseorang untuk bekerja lebih baik. Stres bisa membantu individu meningkatkan kinerjanya dengan cara bereaksi dan menyesuaikan diri terhadap stres tersebut. (William,1997:14). Motivasi kerja individu makin meningkat bila banyak tekanan atau stres yang dihadapinya. Adanya niat yang kuat dari individu untuk mengendalikan dan melawan stres menjadi suatu kekuatan positif agar dapat menghasilkan sesuatu yang memuaskan.

Sebenarnya motivasi individu yang bekerja paruh waktu adalah untuk mengisi waktu luangnya selama liburan semester sambil mendapatkan pengalaman berharga yang berbeda sebelumnya selain juga karena faktor keuangan. Di samping itu jenis pekerjaan dan prosedur pelaksanaan pekerjaan yang fleksibel dan mudah diadaptasi dapat meningkatkan motivasi kerja seseorang apalagi bila disertai dengan *rewards* yang sesuai.

Hal ini sependapat dengan Rice (1999:5) yang menyatakan bahwa stres dapat mempertinggi kesadaran, meningkatkan kesiapsiagaan mental, dan sering juga menuju kearah *cognitive superior* dan pencapaian tingkah laku individu yang positif. Stres dapat membangkitkan motivasi seseorang untuk menciptakan suatu karya seni yang baik, yang secara teori ilmiah diperlukan oleh individu. Dengan kata lain, *challenge-stress* digunakan sebagai suatu sarana pertumbuhan dan perkembangan individu secara pribadi dan professional. Dibawah ini adalah hasil penelitian berdasarkan deskripsi tempat kerja.

Tabel 3. Deskripsi posisi/bagian di tempat kerja (N=122)

No.	Bagian	Jumlah	Prosentase (%)
1	Service care	28	22,95
2	Survryor	17	13,93
3	Sales Promotion Boy/Girl	9	7,38
4	Penulis	9	7,38
5	Konselor	8	6,56
6	Pemandu	6	4,91
7	Design Grafis	6	4,91
8	Kasir	4	3,28
9	Bartender	3	2,46
10	Mengajar	3	2,46
11	Tele Marketing	3	2,46
12	Editor	2	1,64
13	Fasilitator	2	1,64
14	Koordinator Penulis	2	1,64
15	Kitchen	2	1,64
16	Ekspedisi	2	1,64
17	Fotografer	2	1,64
18	Layout	1	0,82
19	Administrasi	1	0,82
20	Research & Development	1	0,82
21	Front Office	1	0,82
22	IT Litbang	1	0,82
23	Entry Data	1	0,82
24	Pembuat kuisisioner	1	0,82
25	Reporter	1	0,82
26	Supervisor Senior	1	0,82
27	Skippy	1	0,82
28	Ship EDC	1	0,82
29	Broker	1	0,82
30	Agen Asuransi	1	0,82
31	Akuntan	1	0,82
	Total	122	100

Generasi muda di Indonesia sampai tahun 2003 mencapai 14.774 orang yang bekerja. Sebagian besar atau sebanyak 9.165 otang yang bekerja adalah laki-laki (Sumber BPS, Sakernas 2003). Gambaran ini terlihat dari hasil penelitian bahwa sebagian besar subyek penelitian yang bekerja paruh waktu adalah laki-laki yaitu sebanyak 68 orang (55,73 %) dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 orang (44,26%). Berikut ini adalah hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin subyek penelitian.

Tabel 4. Deskripsi Jenis Kelamin Subyek Penelitian (N=122)

Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase (%)
Laki-laki	68	55,73
Perempuan	54	44,26
Total	122	100

Melihat prosentase antara jumlah laki-laki dan perempuan yang bekerja paruh waktu tidak jauh berbeda menandakan bahwa perempuan masa kini ingin mengekspresikan dirinya dengan memberikan kemampuan yang dimilikinya melalui bekerja. Perempuan berusaha untuk menyingkirkan marginalisasi dan subordinasi yang banyak terjadi pada masyarakat umum, di tempat kerja, rumah-tangga, bahkan Negara (Fakih, 2000:14-15). Keinginan untuk mandiri secara financial, memiliki kemampuan untuk memimpin dan berada di posisi yang sejajar dengan laki-laki adalah harapan perempuan masa kini serta tetap tidak melupakan kodratnya sebagai seorang ibu dan istri dalam keluarga. Di bawah ini adalah hasil penelitian berdasarkan usia subyek penelitian.

Tabel 5. Deskripsi Usia Subyek Penelitian (N=122)

Usia	Jumlah	Prosentase (%)
24-26	13	10,65
21-23	75	61,47
18-20	34	27,86
Total	122	100

Berdasarkan tabel 3.5 diatas terlihat bahwa sebagian subyek penelitian yang bekerja berusia 21-23 tahun sebanyak 75 orang (61,47%). Kondisi tersebut terjadi karena diduga mahasiswa dengan usia 21-23 tahun adalah mahasiswa semester lima sampai semester tujuh. Pada semester itu jadwal kuliah sudah tidak terlalu padat lagi sehingga banyak waktu luang yang tersisa digunakan untuk bekerja paruh waktu serta mulai memasuki persiapan memasuki dunia kerja yang sesungguhnya.

Tabel 6. Frekuensi Tingkat Stres (Cukup) ditinjau dari Masa Kerja Subyek Penelitian (N=87)

Masa Kerja(bulan)	Jumlah	Prosentase (%)
49-60	1	1,15
37-48	4	4,6
25-36	7	8,05
13-24	14	16,09
6-12	61	70,11
Total	87	100

Tabel 7. Frekuensi Motivasi Kerja Tinggi ditinjau dari Masa Kerja Subyek Penelitian (N=63)

Masa Kerja(bulan)	Jumlah	Prosentase (%)
49-60	0	0
37-48	3	4,76
25-36	5	7,94
13-24	10	15,87
6-12	45	71,43
Total	63	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar subyek penelitian yang mengalami stress cukup adalah subyek yang memiliki masa kerja 6-12 bulan sebesar 70,11% (N=61) dan motivasi kerja tinggi sebesar 71,43% (N=45). Hal ini dapat terjadi karena dimasa kerja 6-12 bulan individu mengalami berbagai tantangan dan pengalaman baru dalam pekerjaannya serta merupakan masa adaptasi individu dalam lingkungan pekerjaan. stress yang cukup dapat memotivasi individu untuk belajar dan berkarya lebih baik serta ingin menunjukkan bahwa dirinya mampu melaksanakan pekerjaan yang diberikan perusahaan dengan baik.

Tabel 8. Frekuensi Tingkat Stres (Cukup) ditinjau dari Jenis kelamin Subyek Penelitian (N=87)

Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase (%)
Laki-laki	50	57,47
Perempuan	37	42,53
Total	87	100

Melihat data diatas, maka dapat disimpulkan bahwa laki-laki lebih banyak mengalami stres cukup sebanyak 50 orang (57,47%) sedangkan perempuan sebanyak 37 orang (42,53%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Farber (1991) yang menyatakan bahwa laki-laki lebih rentan terhadap stres jika dibandingkan dengan perempuan. Banyak yang membandingkan jika wanita lebih lentur jika dibandingkan laki-laki karena perempuan dipersiapkan oleh masyarakat dengan lebih baik atau secara emosional lebih mampu untuk menangani tekanan yang lebih besar. Namun, ada beberapa variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi kerja pada mahasiswa yang bekerja

paruh waktu selain stres, antara lain: kepribadian, *locus of control*, proses internalisasi, hubungan interpersonal, dan kepemimpinan.

Berkaitan dengan kepribadian, perbedaan kepribadian individu dapat menyebabkan sebagian mahasiswa relatif tidak mengalami penderitaan atau kerentanan terhadap stres dibanding karyawan lainnya. Sementara *locus of control* menentukan apakah seseorang mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengontrol lingkungannya ataukah justru dikontrol oleh lingkungannya. Kontrol internal terjadi ketika mahasiswa sendirilah yang menentukan segala sesuatunya, baik dalam membuat keputusan, mengatur lingkungan kerjanya, atau bagaimana memanfaatkan tekanan untuk melakukan sesuatu. Kecenderungan stres meningkat ketika *locus of control* mahasiswa bersifat internal namun lingkungan pekerjaan terlalu membatasi keleluasaannya untuk berkreasi.

Pada proses internalisasi, konsep diri secara internal dapat memotivasi kerja mahasiswa. Mahasiswa merasa bahwa konsep diri yang ideal adalah diperoleh dan mengadopsi dari harapan dan peranan seseorang dalam kelompoknya. Dengan usaha mahasiswa untuk dapat bertindak sesuai dengan harapan dan peranannya dalam kelompok, maka ia akan mendapatkan umpan balik yang konsisten dengan persepsi dirinya. Sementara itu pada isu tentang hubungan interpersonal, mahasiswa akan terstimulasi ketika diberi suatu tanggungjawab yang

mengimplikasikan adanya suatu otoritas untuk membuat perubahan atau mengambil keputusan. Mahasiswa yang diberi tanggungjawab dengan otoritas yang proporsional cenderung memiliki motivasi kerja yang tinggi. Meskipun demikian, cara kepemimpinan, terutama kepemimpinan demokratis, adalah faktor yang juga berperan penting dalam menciptakan kondisi yang kondusif bagi mahasiswa untuk bekerja dengan tenang dan harmonis dalam tim sehingga kecenderungan stres akan menurun dan, sebagai implikasinya, motivasi bekerja akan meningkat.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan motivasi kerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Namun, sumbangan efektif variabel stres terhadap motivasi kerja hanya sebesar 11,42%, sehingga dapat disimpulkan bahwa selain stres ada faktor-faktor lain sebesar 88,58% yang mempengaruhi motivasi kerja pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Faktor-faktor lain itu dapat diidentifikasi di antaranya adalah faktor kepribadian, *locus of control*, proses internalisasi, hubungan interpersonal, dan kepemimpinan. Saran yang dapat diberikan untuk peneliti selanjutnya adalah menguji bagaimana kelima faktor tersebut memberi pengaruh terhadap stres khususnya pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anoraga, P. (2001). *Psikologi Kerja*, Cetakan ke-III, Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2002). *Tes Prestasi*, Cetakan Ke-V, Yogyakarta : Penerbit Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*, Yogyakarta : Penerbit Pustaka Pelajar.
- Fakih, M. (2000). *Mengeser Konsepsi Gender dan Transformasi Sosial*, Bandung : Penerbit Pustaka Belajar.
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research Edisi 1*, Yogyakarta : Penerbit Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

- Kartono, K. (2002). *Psikologi Sosial Untuk Manajemen Perusahaan dan Industri*, Jakarta : Penerbit PT.Raja Grafindo Persada.
- Maramis, W.F. (1990). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, Surabaya : Airlangga University Press.
- Rice, P.L. (1999). *Stres and Health (3th Ed)*, California : An International Thomson Publishing Company.
- Student Affairs University at Buffalo. (2005). *Stress Management*. [Http://Ub-Counseling.Buffalo.Edu/Stressmanagement.Shtml](http://Ub-Counseling.Buffalo.Edu/Stressmanagement.Shtml). Diakses pada tanggal 6 Juli 2005.
- Suryabrata, S. (2005). *Metodologi Penelitian*, Jakarta : Penerbit CV. Rajawali.
- Jawa Pos. (14 Agustus, 2003). *Uang Bukan Yang Utama Pandangan untuk Mahasiswa yang Bekerja*. Rubrik Deteksi, hlm.33.
- Wexley, K.N. and Yukl, G.A. (1997). *Reading in Organizational and Industrial Psychology*, New York: Oxford University Press.

PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PEER GROUP* UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN REMAJA DALAM MENJALIN PERSAHABATAN

Retno Tri Hariastuti

Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Negeri Surabaya
e-mail: teetoet@yahoo.com.

Abstract: *This study was conducted to examine the effectiveness of group guidance with peer group technique to improve friendship-making ability among adolescents who live in an orphanage institution. An experimental method with one group pre-test and post-test design was used. Forty young female teenagers who lived in Khoiriyah Hasyim orphanage institution in Surabaya were involved in the experiment. The subjects were chosen based on the pre-survey data collected using a questionnaire that shows the lack of their abilities in making friendship. Data were analysed using t-test. The result suggested that group guidance with peer group technique can improve adolescents' friendship-making ability in the context of orphanage environments.*

Key words: *friendship, group counseling, peer-group technique, teenagers, orphanage.*

Abstrak: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* untuk meningkatkan kemampuan menjalin persahabatan di kalangan remaja yang tinggal di sebuah yayasan panti asuhan. Metode eksperimen dengan desain *pre-test* dan *post-test* digunakan. Empat puluh remaja perempuan di panti asuhan Khoiriyah Hasyim Surabaya dilibatkan dalam eksperimen tersebut. Partisipan penelitian dipilih berdasarkan data pra-survei yang dikumpulkan melalui angket yang menunjukkan kurangnya kemampuan mereka dalam menjalin persahabatan dalam kelompok sebaya. Data dianalisis menggunakan t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok bimbingan dengan teknik *peer group* dapat meningkatkan persahabatan kemampuan membuat remaja di lingkungan panti asuhan.

Kata kunci: Persahabatan, bimbingan kelompok, teknik *peer group*, remaja, panti asuhan.

Salah satu kegiatan yang dikembangkan individu pada masa remaja adalah menjalin interaksi dengan teman yang sebaya (Gander & Gardiner, 1981). Remaja cenderung membentuk kelompok-kelompok sebaya yang mereka sebut dengan sahabat. Istilah persahabatan atau pertemanan menggambarkan perilaku kerjasama dan saling mendukung antara dua atau lebih entitas sosial. Ikatan persahabatan akan ditunjukkan oleh perilaku saling menolong di antara mereka, saling percaya, dan juga saling setia. Haber dan Runyon (1984) menyatakan bahwa persahabatan adalah hubungan interpersonal antar individu. Hubungan interpersonal yang efektif memerlukan individu-individu dengan karakteristik pribadi yang sehat dan seimbang. Perkembangan pribadi seseorang

sebagian besar tergantung pada interaksi individu dengan individu lain melalui hubungan yang baik dan jujur, penuh rasa percaya, cita-cita dan komitmen bersama (Hurlock, 1992).

Tidak semua remaja tinggal di rumah bersama orang tuanya. Ada remaja yang tinggal dipanti asuhan dikarenakan tidak memiliki keluarga yang utuh. Salah satu panti asuhan yang menaungi para remaja yaitu Panti Asuhan Khoiriyah Hasyim Surabaya. Beragam sebab yang membuat mereka tinggal di panti asuhan tersebut, antara lain, karena disorganisasi keluarga seperti perceraian kedua orang tua, krisis ekonomi keluarga atau meninggalnya salah satu bahkan kedua orang tua. Kondisi-kondisi keluarga tersebut bisa mengakibatkan remaja sebagai anggota

keluarga kurang memiliki rasa percaya (*trust*) terhadap orang lain, kurang memiliki keterbukaan, serta kurang dapat mengembangkan rasa saling mendukung bersama orang lain dalam suatu interaksi sosial (Kahairuddin, 1985).

Panti asuhan Khoiriyah Hasyim Surabaya hanya memiliki seorang pengasuh untuk membina +50 anak. Sebagian besar anak yang diasuh di panti Khoiriyah Hasyim berusia remaja, yakni antara 13 sampai 18 tahun. Jumlah anak asuh yang tergolong remaja adalah 40 orang dari jumlah anak yang diasuh. Data awal yang diperoleh dari panti asuhan Khoiriyah Hasyim menunjukkan bahwa masih banyak remaja di panti asuhan tersebut yang menunjukkan perilaku individualistis. Kecenderungan mereka yang tampak menonjol yaitu melakukan kegiatan hanya didasarkan pada kebutuhannya sendiri. Para remaja tersebut tampaknya belum bisa saling percaya, mendukung atau terbuka satu sama lain. Hal ini terlihat dari aktivitas sehari-hari yang berhasil diamati, yaitu 20% anak tidak mengetahui jika ada temannya yang sedang sakit, 15% anak membiarkan temannya kesulitan dalam mengerjakan PR, 10% anak tak acuh bila temannya mengalami permasalahan di sekolah, dan 25% anak yang cenderung saling mengejek atau mengganggu temannya.

Selanjutnya usaha yang perlu dilakukan dalam rangka meningkatkan kemampuan remaja menjalin hubungan persahabatan tersebut adalah dengan mengoptimalkan berbagai layanan bimbingan kepada remaja. Salah satu bentuk kegiatannya dengan melakukan penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*. Dalam kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* tersebut memungkinkan terjadinya interaksi dan muncul dinamika dalam kelompok yang akan membantu remaja untuk lebih terbuka dan menerima apa yang telah disepakati oleh kelompok. Dalam bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* atau teman sebaya terdapat tahap-tahap yang

mengandung usaha peningkatan kemampuan menjalin persahabatan pada remaja. Hal itu sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Prayitno (1998) bahwa yang dimaksud dengan bimbingan teman sebaya ialah bimbingan yang diberikan oleh remaja tertentu untuk membantu teman-teman sebayanya. Menurut Santosa (1999) penggunaan *peer group* ini dapat efektif untuk membantu interaksi antar teman dalam kelompok.

METODE

Partisipan

Empat puluh remaja putri dengan rentang usia 13 hingga 18 tahun yang tinggal di panti asuhan Khoiriyah Hasyim Surabaya dilibatkan dalam penelitian ini. Semua partisipan tersebut adalah perempuan. Data awal yang diperoleh melalui angket menunjukkan kecenderungan yang rendah dalam perilaku sosial mereka dalam berinteraksi dengan sesama teman dalam panti asuhan tersebut. Teknik pemilihan partisipan penelitian menggunakan *purposive sampling*, yakni partisipan yang memiliki skor rendah dalam kemampuan menjalin persahabatan ditetapkan menjadi subjek penelitian.

Prosedur penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan eksperimental dengan menggunakan *pre-post test design*. Partisipan penelitian memperoleh perlakuan berupa pemberian bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*. Prosedur perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* dimulai dengan melakukan pre-test, yakni mengukur tingkat persahabatan dari subyek penelitian melalui angket persahabatan. Kemudian memberikan treatment (perlakuan) kepada subjek penelitian yang diawali dengan menentukan *leader* atau *co-leader* untuk masing-masing kelompok, yakni yang menunjukkan perilaku lebih bersahabat, baik berdasarkan pengamatan maupun hasil

pengukuran lewat angket. Mereka ini yang akan menjadi motivator bagi teman-teman atau anggota kelompok. Masing-masing kelompok melakukan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *peer group*, yakni teman sebaya yang menjadi pembimbing (*leader*). Setelah selesai perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*, lalu dilakukan *post-test*.

Teknik analisis data

Data penelitian dianalisis menggunakan t-test untuk sampel berpasangan. Teknik ini digunakan untuk melihat perbedaan skor antara *pre test* dan *post test* pada kelompok sampel penelitian yang sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tingkat kemampuan menjalin hubungan persahabatan dapat diketahui dengan menetapkan kriteria kategorisasi berdasarkan letak mean hipotetik dan mean empiris subjek penelitian. Subjek akan dikelompokkan dalam lima kategori yaitu Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, Sangat Rendah. Cara yang digunakan adalah menetapkan kriteria kategoris yang didasari oleh asumsi bahwa skor populasi subjek terdistribusi normal (Azwar, 2005).

Deskripsi data dalam penelitian ini adalah nilai minimal 40, nilai maksimal 160, rerata 100, dan standar deviasi 20. Skor rerata yang diperoleh sebelum konseling adalah 83,90 dengan deviasi standar (σ) sebesar 6,209, sedangkan rerata setelah bimbingan kelompok sebesar 101,45 dengan deviasi standar (σ) sebesar 6,072. Adapun rangkuman deskripsi data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Deskripsi data

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pre test	40	83,90	6,209	73	103
post test	40	101,45	6,072	85	112

Adapun kategorisasi skor subjek berdasarkan skor empirik dari data kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan disajikan pada tabel berikut :

Tabel 2. Kategorisasi kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan

Kategori	kemampuan menjalin persahabatan	Pre Test		Post Test	
		Jml	%	Jml	%
Sangat Rendah	..	0	0	0	0
Rendah	70 $x \leq 90$	34	85	0	0
Sedang	90 $x \leq 110$	6	15	37	92,5
Tinggi	110 $x \leq 130$	0	0	3	7,5
Sangat Tinggi	130 < x	0	0	0	0

Kategorisasi menggunakan skor empirik, didasarkan pada distribusi normal yang dimiliki subjek penelitian. Adapun tujuan dari kategorisasi ini untuk melihat seberapa besar perubahan skor sebelum dan sesudah perlakuan. Dari hasil kategori, persentase subjek yang masuk pada kategori rendah dan sedang adalah 85% dan 15% pada pre test dan pada post test, persentase subjek yang masuk kategori rendah, sedang, dan tinggi adalah 0%, 92,5%, dan 7,5%. Hal ini menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan pada saat *pre* dan *post test*, yaitu adanya peningkatan prosentase subjek yang memiliki skor rendah pada kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan.

Hasil uji asumsi normalitas untuk *pre test* dan *post test* memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov Z 0,663 dan 0,703 dengan $p > 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa frekuensi dari semua kelompok memiliki sebaran normal. Berdasarkan analisis data melalui uji Levene's test, probabilitas $> 0,05$, maka data kemampuan remaja menjalin hubungan persahabatan baik *pre test* maupun *post test* memiliki varian yang homogen, atau data berasal dari populasi-populasi dengan varian yang sama. Hasil uji perbedaan antara *pre test* dan *post test* sebagaimana ditunjukkan oleh tabel. 4 diperoleh hasil $t = -23,081$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam kemampuan

remaja menjalin hubungan persahabatan antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*. Adapun sumbangan efektif perlakuan yaitu Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Peer group* mampu meningkatkan kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan 48% (R Square = 0,48), sedangkan 64% lainnya kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

Pembahasan

Hasil analisis ditemukan bahwa terdapat peningkatan kemampuan remaja menjalin hubungan persahabatan secara singkat signifikan antara sebelum diberi bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* dan sesudah bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*. Temuan diatas mendukung teori yang menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik konseling *peer group* menunjukkan keefektifan dalam meningkatkan kemampuan remaja menjalin hubungan persahabatan (McGinnis, 1997). Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Shechtman dkk (2002) yang menghasilkan penemuan bahwa konseling kelompok pada remaja dapat meningkatkan tingkat kelekatan pada teman sebaya.

Bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* efektif untuk meningkatkan kemampuan remaja menjalin hubungan persahabatan disebabkan oleh beberapa hal diantaranya; bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* tersebut mudah dilaksanakan oleh remaja yang memiliki motivasi yang tinggi untuk membina relasi sosial yang lebih mendalam sehingga ia berharap akan mampu menjalin hubungan persahabatan serta peneliti memberi perlakuan bimbingan kelompok yang terbaik sehingga klien dapat berubah secara optimal. Tingkat persahabatan remaja sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* (*pre-test*), masih tergolong pada kategori sedang (S) dan rendah (R), yang

berarti bahwa persahabatan remaja masih cenderung negatif. Setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*, tingkat persahabatan tergolong berada pada kategori Tinggi (T), yang berarti bahwa persahabatan remaja sudah menunjukkan dan mengarah pada persahabatan yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*, mampu meningkatkan kemampuan menjalin hubungan persahabatan yang negatif ke arah peningkatan dan pengembangan persahabatan positif. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa persahabatan remaja sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* dengan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* adalah berbeda dan mengalami peningkatan yang signifikan.

Setelah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* dilaksanakan remaja sudah tidak merasa malu-malu dalam berkomentar, bertanya ketika berdiskusi, dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mereka sudah bisa menjalankannya dengan baik walaupun belum begitu sempurna. Mereka sudah mulai menunjukkan rasa percaya terhadap dirinya, kejujuran, memberikan dukungan dan mengembangkan hubungan penuh arti pada orang lain. Melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*, anggota kelompok akan diajak untuk saling berinteraksi antar anggota kelompok dalam membahas, menyampaikan pertanyaan, pendapat, gagasan dan berdiskusi dalam kegiatan ini. Remaja juga dapat memanfaatkan dinamika kelompok dan interaksi interpersonal yang terjadi di dalam kelompok tersebut, yang dapat digunakan untuk memecahkan berbagai permasalahan remaja dan mereka akan berusaha belajar untuk meningkatkan kemampuan menjalin hubungan persahabatan.

Kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok yang dilaksanakan

dengan teknik *peer group* yang bertujuan untuk mengembangkan diri remaja secara utuh, karena kegiatan ini melibatkan pada semua aspek kemampuan remaja untuk bisa memunculkan potensi, keterampilan, pola pikir dan daya kreativitasnya, ketika mereka menjalankan peranannya dengan baik sebagai pemimpin maupun sebagai anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut. Selain itu, dengan adanya pemanfaatan *peer group* untuk menjalankan kegiatan bimbingan kelompok ini, akan mendapatkan keleluasaan dalam berinteraksi dan memunculkan kehidupan kelompok yang interaktif dan dinamis serta menjalin hubungan yang lebih akrab dengan teman-teman sebayanya.

Hal itu sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Santosa (1999) yang menyebutkan bahwa *peer group* adalah kelompok teman anak sebaya yang sukses dimana ia dapat berinteraksi. Individu akan merasakan adanya kebersamaan didalam kelompok dan kesamaan satu dengan yang lainnya seperti dibidang usia, kebutuhan dan tujuan yang dapat memperkuat kelompok tersebut. Adanya unsur kesamaan tersebut remaja akan termotivasi oleh keberadaan teman yang lain dan berusaha menjadi sama atau setara dengan teman sebaya yang lain tersebut dengan melalui berbagai macam dukungan, saling berbagi pengalaman, berdiskusi dari hati ke hati (McGinnis, 1997). Dengan demikian mereka akan mendapatkan dukungan dan termotivasi melalui wadah *peer group* dan diskusi kelompok yang hangat, akrab, dinamis, interaktif dengan memberikan warna yang kompetitif secara positif dalam mencapai tujuan yang diinginkan, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri, kebutuhan untuk bertukar pikiran, dan berbagi perasaan, kebutuhan menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegangan dan kebutuhan

untuk menjadi lebih mandiri, mengembangkan diri dan juga dalam meningkatkan kemampuan menjalin persahabatan.

Oleh karena itu, akan lebih efektif dan dinamis ketika individu tersebut dieratkan dalam suatu wadah yaitu kegiatan bimbingan kelompok berdiskusi secara kelompok ini dimana yang menjalankan dan berperan secara aktif adalah *peer group* itu sendiri. Bimbingan kelompok itu sendiri adalah merupakan salah satu bantuan yang diberikan kepada remaja dalam bentuk kegiatan kelompok yang bertujuan untuk dapat memecahkan berbagai persoalan remaja dan mengembangkan pribadi remaja. Melalui layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan teknik *peer group* akan dapat memberikan pengenalan, pemahaman, dan pengembangan kepada remaja dalam menilai dirinya. Adanya bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*, remaja akan menemukan jawaban dari pertanyaan yang muncul tentang diri mereka yang pada akhirnya mereka akan tahu dan memahami tentang dirinya.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan secara sangat signifikan antara sebelum dan sesudah melakukan bimbingan kelompok dengan teknik *peer group*. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *peer group* dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam menjalin hubungan persahabatan. Dengan demikian hipotesis penelitian dapat dibuktikan bahwa remaja mengalami peningkatan kemampuan menjalin hubungan persahabatan diantara teman-temannya.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 1)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.

Gander, M.J & Gardiner, H.W. (1981). *Child and Adolescent Development*. Boston: Brown & Co.

- Haber A. & Runyon, R.P. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Hurlock, E.B. (1992). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kahairuddin, H. (1985). *Sosiologi Keluarga*. Yogyakarta: Nur Cahya.
- McGinnis, A.L. (1997). *Faktor Dalam Persahabatan* (Penerjemah Maria Irawati). Yayasan Media Buana Indonesia. Metanoia.
- Prayitno. (1998). *Konseling Pancawaskita*. Padang: FIPUPI
- Santosa, S. (1999). *Dinamika Kelompok*. Cet. ke II. Jakarta: Bumi Aksara
- Shechtman, Z., Freidman, Y., Kashti, Y., and Sharabany, R. (2002). Group Counseling to Enhance Adolescents' Close Friendships. *International Journal of Group Psychotherapy*, 52 (4): 537-553.

PERAN FILSAFAT EKSISTENSIALISME TERHADAP TERAPI EKSISTENSIAL-HUMANISTIK UNTUK MENGATASI FRUSTASI EKSISTENSIAL

Diana Rahmasari

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya

e-mail: direnavi@yahoo.com

Abstract: *Existential-humanistic therapy helps people to achieve personal meanings of their existence by raising self-awareness and changing the deficient mindset in looking values and meanings of life. Existential philosophy gives an important contribution not only in providing conceptual basis of this therapy but also in determining the therapeutic techniques. Existentialism is a philosophical school that is more adequate than other schools of philosophy, such as empiricism, to understand of human beings as an individual. Meanwhile, humanism is highly valuing of human dignity in a way that of an individual occupies a central position in the theoretical-philosophical reflections as well as in the explanation of daily life practices. This article discusses the basic concepts of existential-humanistic therapy and describes how this approach places the self as the central focus in scientific inquiry and clinical practices.*

Key words: *existential philosophy, existential-frustration, humanistic-existential therapy*

Abstrak: Terapi humanistik eksistensial membantu manusia untuk mengenal kembali keberadaan dan kesadaran dirinya. Terapi ini juga membantu manusia mengubah pola pikir yang salah dalam hal nilai-nilai dan makna hidup, yang merupakan sumber utama frustrasi eksistensial. Pendekatan terapi ini dilandasi oleh filsafat eksistensialisme dan humanisme tidak hanya dalam konsep-konsep dasarnya tapi juga dalam berbagai langkah terapi. Eksistensialisme berupaya untuk memahami hakikat manusia sebagai individu. Sedangkan humanisme menjunjung tinggi nilai dan martabat manusia sedemikian rupa sehingga manusia menempati posisi yang sentral dan penting baik dalam perenungan filsafati maupun dalam praktis hidup sehari-hari. Tulisan ini mengkaji konsep dasar terapi eksistensial humanistik dan mendeskripsikan bagaimana pendekatan humanistik eksistensial mengembalikan pribadi manusia sebagai fokus sentral dalam kegiatan ilmiah dan praktik terapi klinis.

Kata kunci: filsafat eksistensialisme, frustrasi eksistensial, terapi humanistik eksistensial

Kemajuan di segala bidang kehidupan yang terjadi begitu pesat pada masa ini membuat hidup yang dijalani manusia menjadi semakin mudah. Manusia zaman sekarang berpeluang lebih besar untuk mendapatkan kepuasan atau kesenangan dibanding manusia pada abad-abad sebelumnya. Kemajuan pesat di berbagai bidang kehidupan tersebut merupakan hasil kerja manusia sendiri selama berabad-abad. Kemajuan tersebut merupakan hasil kerja keras dan daya upaya akal budi manusia untuk selalu mencari terobosan dan pembaruan.

Namun kemajuan pesat itu tidak selalu membawa dampak positif bagi kehidupan manusia. Selain berbagai tawaran akan kemudahan, kepuasan dan kesenangan,

kemajuan saat ini yang berdampak pada berubahnya gaya hidup dan meningkatnya aktifitas atau rutinitas sehari-hari juga membuat manusia cenderung tidak sempat merenungkan makna keberadaan dirinya. Perkembangan dunia dengan kompleksitas sistemnya dewasa ini tidak begitu saja membiarkan manusia menarik diri dari kesibukan sehari-hari untuk merenungkan dirinya kembali. Dalam kondisi ini, manusia merasakan urgensi untuk menentukan nilai-nilai kemanusiaan agar mempunyai pedoman bagi arah hidupnya. Pada masa sekarang ketika waktu yang tersedia dirasakan sudah tidak banyak lagi, manusia terdesak untuk segera merumuskan jati diri atau eksistensi dirinya kembali (Lehay, 1989).

Eksistensi diri manusia ditentukan salah satunya oleh makna hidup yang ia temukan atau ciptakan. Makna hidup ini bermula dari adanya sebuah visi kehidupan, harapan dalam hidup, dan adanya alasan kenapa seseorang akan tangguh dalam menghadapi kesulitan hidup sebesar apapun. Kebermaknaan ini adalah sebuah kekuatan hidup manusia, yang selalu mendorong seseorang untuk memiliki sebuah komitmen kehidupan. Kebermaknaan hidup adalah bagian tertinggi dari hirarki kebutuhan yang dalam konsep Abraham Maslow disebut dengan aktualisasi diri, atau yang oleh Viktor Frankl disebut dengan eksistensi diri. Pada level inilah manusia benar-benar menemukan keikhlasan dan komitmen.

Kehidupan yang sehat adalah kehidupan yang penuh makna. Hanya dengan makna yang baik orang akan menjadi insan yang berguna tidak hanya untuk diri sendiri tetapi juga untuk orang lain. Kerusakan moral dan gangguan jiwa adalah karena orang tidak memiliki makna hidup yang baik. Sayangnya tidak semua orang atau manusia mampu mencapai atau bahkan menyadari akan makna hidupnya. Semua kebutuhan dan kemakmuran kehidupan yang telah dicapai dapat menyebabkan manusia modern jatuh pada kehampaan eksistensi dirinya. Kehampaan eksistensi inilah yang menghantarkan pada frustrasi akan eksistensi diri, akan makna dari hidup dan kehidupan itu sendiri.

Eksistensi diri telah menjadi topik kajian yang luas dalam filsafat. Dari berbagai hasil pemikiran filsafat tentang keberadaan manusia itulah para psikolog seperti Abraham Maslow dan Victor Frankl merumuskan konsep dan pendekatan psikologi mereka. Salah satu jenis terapi yang dikembangkan oleh para ahli psikologi berdasarkan konsep-konsep Maslow dan Frankl adalah terapi eksistensial-humanistik. Terapi eksistensial-humanistik adalah jenis terapi yang berfokus pada upaya untuk membantu individu mengenali kembali keberadaan dirinya, kesadaran akan dirinya, dan membantu

merubah pola pikir yang salah dalam memandang nilai-nilai dan makna hidup yang merupakan akar penyebab frustrasi eksistensial. Tulisan ini akan membahas filsafat eksistensialisme sebagai akar dari konsep tentang frustrasi eksistensial manusia, lalu mengkaji bagaimana landasan filosofis tersebut berpengaruh terhadap munculnya pendekatan eksistensial-humanistik dalam psikologi, kemudian mengkaji bagaimana terapi eksistensial-humanistik dapat digunakan untuk mengatasi frustrasi eksistensial manusia modern.

PEMBAHASAN

Filsafat eksistensialisme

Eksistensi manusia telah menjadi bahasan aktual dalam filsafat, dan pernah sangat populer pada kurun waktu tertentu yang kemudian melahirkan filsafat eksistensialisme. Filsafat eksistensialisme merupakan suatu reaksi terhadap sistem pemikiran filsafat sebelumnya yang bersifat dangkal, akademis, dan jauh dari kehidupan. Menurut filsafat eksistensialisme, eksistensi manusia harus menjadi titik pangkal pemikiran filsafat (Katsoff, 1986). Munculnya eksistensialisme dalam hal tertentu adalah suatu protes terhadap bentuk-bentuk rasionalisme yang mengutamakan intelektualitas untuk memahami realitas. Eksistensialisme juga merupakan reaksi terhadap kecenderungan yang lebih memandang manusia sebagai suatu benda (*a thing*) daripada sebagai seorang pribadi (*a person*), eksistensialisme juga menekankan ide bahwa terdapat unsur subjektif sebagaimana unsur objektif di dalam makna kebenaran (Patterson, 1971). Eksistensialisme sebagai suatu gerakan filsafat merupakan suatu usaha yang lebih memadai untuk memahami watak manusia sebagai individu.

Istilah eksistensi mengalami perluasan arti. Istilah eksistensi pada mulanya menunjuk pada pengalaman akan kenyataan. Segala

yang beresistensi dengan cara tertentu harus terdapat dalam ruang dan waktu, dan harus merupakan objek cerapan indera (Katsoff, 1986). Kemudian istilah eksistensi menunjuk pada kesadaran manusia, yang dalam moralitasnya, dapat mengekspresikan identitas dirinya. Istilah eksistensi dalam pengertian yang pertama maupun kedua selalu mengarah kepada manusia. Istilah eksistensi menjelaskan apa yang menentukan pengertian manusia terhadap dirinya sendiri yang independen. Eksistensi bukan hanya berarti keberadaan manusia yang bertolak dari kesadaran sebagai diri (Katsoff, 1986). Hakikat manusia terletak dalam eksistensinya. Pemahaman terhadap eksistensi manusia bertolak dari tiga aspek yang integral. Pertama, manusia merupakan keberadaan jasmani yang tersusun dari bahan material. Kedua, keberadaan manusia tampak sebagai sosok atau organisme hidup yang menyatu dalam tampilan individu jasmani. Ketiga, manusia mempunyai ciri kehidupan men-transendensi dan meneguhkan diri sebagai eksisten (Katsoff, 1986).

Eksistensi manusia

Eksistensi manusia terkandung juga kualitas-kualitas insani, yaitu semua kemampuan, sifat, sikap dan kondisi yang semata-mata terpatери, dan terpadu pada eksistensi manusia dan tidak dimiliki oleh hewan dan makhluk-makhluk lainnya. Yang termasuk kualitas-kualitas insani antara lain adalah integelegensi, kesadaran diri pengembangan diri, nilai-nilai, hasrat untuk hidup bermakna, humor, moralitas, transendensi diri, kreativitas, kebebasan dan tanggungjawab. Untuk memahami kualitas-kualitas insani ini lebih dahulu perlu dijelaskan karakteristik umum eksistensi manusia, dan atas dasar itu dibahas secara lebih mendalam kualitas-kualitas insani tersebut. Namun, berkaitan dengan masalah makna hidup dan hasrat untuk hidup bermakna, makna pembahasan ini dibatasi

hanya pada beberapa kualitas insani yang langsung berkaitan, yaitu transendensi diri, pengenalan dan pengembangan diri, humor dan tertawa.

Mengenai eksistensi manusia, Drijarkara (1989) menyatakan bahwa manusia itu adalah makhluk yang berhadapan dengan diri sendiri dalam dunianya. Dijelaskan olehnya bahwa "berhadapan" disini bukan saja dalam pengertian mampu mengambil jarak dengan diri sendiri, melainkan juga harus diartikan "menghadapi" diri sendiri, yakni menilai dan mengolah diri sendiri, mengangkat dan merendahkan diri sendiri, sadar dan terlibat langsung, baik secara rasional maupun emosional dengan dirinya sendiri. Ini berarti bahwa manusia menyatu sekaligus dengan dirinya sendiri. Lebih jauh, Drijarkara juga menjelaskan bahwa manusia itu menyatu dan berjarak dengan dunianya. Selain itu, dengan sesamanya, manusia juga selalu terpaut dalam suatu kebersamaan, tetapi di lain pihak mampu mengambil jarak terhadap lingkungannya (Drijarkara, 1989).

Keistimewaan eksistensi manusia dibandingkan makhluk-makhluk lain (dan benda, tumbuh-tumbuhan, dan hewan) adalah kesadarannya. "Ia sadar tentang dirinya sendiri" (Drijarkara, 1989). Ia sadar tentang apa, siapa, dan bagaimana dirinya. Ia dapat merumuskan dan mengambil sikap terhadap diri sendiri dan lingkungannya, mampu menentukan dan menganalisis serta mengubah pendiriannya. Jika seseorang melakukan aktifitas tertentu, aktifitas tertentu maka ia sendiri mengalami, memahami dan menyadari bahwa dirinya yang melakukan, dan dengan sadar pula ia dapat mengatakan, "akulah yang berbuat demikian". Dengan demikian manusia dapat dipandang sebagai pesona, pribadi atau subyek, yaitu "makhluk yang dapat berkata aku dengan sadar dan insaf" (Drijarkara, 1989). Namun di lain pihak juga merupakan obyek, karena ia dapat memandang dirinya sendiri secara obyektif seakan-akan yang dipandang itu bukan dirinya, sehingga ia dapat mencela dan

memuji dirinya sendiri. Perlu digaris bawahi, bahwa “pesona itu terbina dalam dan dengan hidup bersama-sama dengan orang lain” (Drijarkara, 1989).

Manusia juga senantiasa berkembang secara fisik, psikis, maupun secara sosial. Selama hidup ia tidak pernah mau berhenti berkembang. Perkembangannya itu sendiri berlangsung dalam dunianya. Perkembangan manusia dapat dipengaruhi dunianya, tetapi sebaliknya ia dapat mempengaruhi dunianya. Proses perkembangan ini dapat secara sengaja dan terarah, tetapi dapat juga secara alamiah dan tanpa disadari. Sedangkan tujuan perkembangan manusia adalah meraih taraf kesempurnaan, baik kesempurnaan diri sendiri, maupun sesamanya. Namun, karena dalam kenyataannya manusia itu tidak sempurna, maka, menurut Drijarkara, untuk benar-benar, mencapai kesempurnaan ia harus mengarahkan perkembangannya itu kepada (nilai-nilai) Yang Maha Sempurna, yaitu Tuhan (Bastaman, 1996).

Pandangan Drijarkara (1989) mengenai manusia, antara lain bahwa pada hakekatnya manusia bukanlah makhluk yang berada sendirian di dunia ini. Karena itu hakekat manusia hanya dapat diketahui dalam hubungannya dengan dunia jasmani, yakni alam dan dunia obyek sebagai hubungan vertikal ke bawah, hubungan dengan sesama manusia sebagai hubungan horizontal, dan hubungan dengan Tuhan yang merupakan hubungan transendental. Ketiganya merupakan kesatuan integratif yang hanya dapat dibedakan, tetapi tidak dapat dipisahkan. Hubungan dengan Tuhan merupakan dasar yang menjiwai dan terungkap dalam hubungan dengan dunia jasmani sesama manusia, sebaliknya hubungan dengan dunia jasmani dan sesama manusia mencapai puncak kesempurnaan dalam hubungannya dengan Tuhan. Selanjutnya cara manusia berada di dunia ini unik dan berbeda dengan cara makhluk-makhluk lain berada. Secara kerohanian manusia bersifat mandiri, sadar diri, berdaulat atas dan dalam dirinya sendiri.

Oleh karena sifat kerohaniannya itu manusia disebut sebagai persona atau pribadi. Tetapi di lain pihak manusia pun secara individu adalah jasmani, sehingga manusia adalah makhluk rohani-jasmani atau jasmani-rohani. Dan karena hakikat manusia adalah persona, maka personanya juga adalah persona-individu atau individu-persona.

Drijarkara (1989) menambahkan manusia hanya dapat berkembang mencapai kesempurnaan hanya dalam dan karena kesatuannya dengan alam jasmani (yang disebut kebudayaan), dengan dan dalam hubungan antar manusia dalam masyarakat, dan dalam kesatuan dan pengakuannya terhadap Maha Pencipta. Manusia senantiasa berkembang secara dinamis. Dinamika manusia terungkap secara nyata dalam bentuk cipta (pengertian), karsa (kehendak), dan rasa (perasaan), yang semuanya tidak boleh dipisahkan dari eksistensi manusia secara menyeluruh sebagai persona rohani-jasmani. Persona sendiri tidak dapat berkembang secara sempurna kecuali dengan ikut menyempurnakan sesama manusia dan tetap bersamanya. Ini berarti manusia perlu melibatkan diri dalam memperkembangkan berbagai ragam kebersamaan sosial, seperti keluarga, lingkungan masyarakat, bangsa dan negara. Sebaliknya perkembangan masyarakat tersebut harus terjadi tanpa merusak kepribadiannya.

Hasan (1974) mengungkapkan dua ciri khas yang terpadu pada eksistensi manusia, yakni sebagai partisipan kebersamaan, dan penghayatan diri sebagai ketunggalan. Ini berarti bahwa manusia di satu pihak senantiasa ada dalam suatu lingkungan kebersamaan, dan di pihak lain ia adalah satu-satunya makhluk yang mampu menyadari dan menghayati diri sebagai individu yang unik dan benar-benar berbeda dengan individu-individu lainnya. Dengan demikian, 'ada' sebagai manusia senantiasa berarti ada dalam suatu dunia (*in-der-welt-sein*), baik dalam lingkungan benda-benda maupun lingkungan sesama manusia. Dalam konteks inilah

terjadi dialog antara manusia dengan dunianya, dalam arti manusia tidak hanya mendapat pengaruh dan diberi corak serta terstruktur oleh dunianya, tetapi juga mampu memberi corak, mempengaruhi dan menstruktur dunianya. Menurut Hasan secara eksistensial yang primer pada manusia adalah kebersamaan, sedangkan penghayatan ketunggalan adalah hasil kebelakangan.

Kedua ciri khas eksistensial manusia tersebut menurut Hasan bersumber dari kemampuan khusus manusia, yakni menyadari diri. Dengan kemampuan ini manusia mampu mengadakan distansi dengan diri sendiri dan melakukan objektifikasi diri. Kemampuan-kemampuan ini antara lain memungkinkan manusia untuk mengadakan konfrontasi dengan dirinya sendiri (misalnya dalam kegiatan-kegiatan seperti meditasi, kontemplasi, dan retrospeksi), dan memungkinkan untuk akrab dan menerima dirinya sendiri (*self acceptance*). Selain itu, ia juga mampu merasa asing dengan dirinya sendiri (*self alienated*) dan menyangkal diri sendiri (*self denial*). Kemampuan-kemampuan inilah yang memungkinkan manusia menghayati aktualitas dan idealitasnya, yakni dapat meninggalkan kondisi aktual dan memproyeksikan dirinya pada keadaan mendatang sebagaimana diidealisasi-kan dirinya. Ini berarti bahwa manusia adalah satu-satunya makhluk yang menyadari dan menghayati dirinya sebagai subyek dan obyek sekaligus, serta secara sadar dapat mengembangkan diri ke arah gambaran seperti diidam-idamkannya. Selain itu, hal ini sekaligus juga menunjukkan bahwa manusia mampu melakukan transendensi diri dari keadaannya sekarang, dan mengadakan komitmen dengan hal-hal penting di luar dirinya seperti nilai-nilai yang baginya penting dan bermakna untuk dipenuhi (Bastaman, 1996).

Frustasi eksistensial

Frankl (dalam Koeswara, 1992) menandai adanya dua tahapan pada sindroma ketidakbermaknaan, yaitu frustrasi eksisten-

sial (*existential frustration*), dan neurosis noogenik (*noogenic neurosis*). Frustrasi eksistensial adalah satu fenomena umum yang berkaitan dengan keterhambatan dan atau kegagalan individu dalam memenuhi keinginan akan makna. Sedangkan neurosis noogenik adalah suatu manifestasi khusus dari frustrasi eksistensial yang ditandai oleh simptomatologi neurotik klinis tertentu atau tampak.

Bahwa sindroma ketidakbermaknaan mulai disadari sebagai masalah yang menonjol di masyarakat modern, ditunjukkan oleh pernyataan seorang psikiater psikoanalisis, yang melaporkan bahwa mereka berhadapan dengan berbagai kasus baru yang ditandai oleh hilangnya minat dan kurangnya inisiatif. Para psikoanalisis itu juga mengeluh bahwa dalam menangani kasus-kasus baru ini, psikoanalisis konvensional ternyata tidak efektif. Oleh Frankl (dalam Koeswara, 1992) kasus-kasus baru yang membingungkan para psikoanalisis itu diidentifikasi sebagai kasus frustrasi eksistensial (*existential vacuum*) yang merupakan tahap awal dari sindroma ketidakbermaknaan. Disamping oleh hilangnya minat dan kurangnya inisiatif, frustrasi eksistensial menurut pengamatan Frankl juga ditandai oleh perasaan-perasaan absurd dan hampa.

Menurut Frankl (2003) frustrasi eksistensial adalah suatu fenomena yang meluas dan menonjol di masyarakat modern dewasa ini. Frustrasi eksistensial menurut Frankl bukanlah sesuatu yang patologis, melainkan suatu tanda yang paling pasti dari adanya hasrat untuk menjadi manusia yang sesungguhnya. Bahkan jika pencarian kepada makna itu terhambat atau di frustrasikan, itu tidaklah bisa dipastikan merupakan awal kemunculan suatu penyakit. Pendek kata menurut Frankl (2003), frustrasi eksistensial itu bukanlah suatu penyakit dalam pengertian klinis, melainkan suatu penderitaan batin. Ia mengemukakan bahwa frustrasi eksistensial itu sendiri sebagai fenomena umum yang muncul berkaitan dengan kehilangan ganda

yang dialami manusia: kehilangan jaminan naluri dan kehilangan tradisi. Kehilangan jaminan naluri. Menunjuk kepada fakta pada bahwa sejak permulaan sejarahnya manusia kekurangan naluri hewani sehingga manusia untuk selanjutnya tidak memiliki kepastian mengenai apa yang harus diperbuatnya. Sedangkan kehilangan tradisi mengakibatkan manusia kehilangan dukungan dan bimbingan moral sehingga dia tidak lagi memiliki kepastian tentang apa yang sepatutnya diperbuat. Frankl (dalam Koeswara, 1992) menambahkan bahwa frustrasi eksistensial tidaklah tampak jelas. Ia bisa diketahui melalui pengamatan atas beberapa manifestasinya, antara lain neurosis kolektif, neurosis pengangguran dan pensiunan, neurosis hari minggu, dan penyakit eksekutif.

Pendekatan psikologi eksistensial-humansitik

Pendekatan psikologi eksistensial-humansitik menekankan renungan-renungan filosofis tentang apa artinya menjadi manusia yang utuh. Psikologi eksistensial berfokus pada kondisi manusia, yaitu suatu sikap yang menekankan pada pemahaman atas manusia yang digunakan untuk mempengaruhi klien. Konsep-konsep utama dari pendekatan eksistensial yang membentuk landasan bagi praktek teraupetik. Konsep-konsep pendekatan seperti Kesadaran diri bahwa manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, suatu kesanggupan yang unik dan nyata memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri itu pada seseorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang lain. Kesanggupan untuk memilih alternatif-alternatif yakni memutuskan secara bebas di dalam kerangka pembatasannya adalah suatu aspek yang esensial pada manusia. Kebebasan memilih dan bertindak itu disertai tanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya. Manusia bukanlah bidak dari kekuatan-kekuatan yang deterministik dari pengkondisian. Kebebasan, tanggung jawab, dan kecemasan. Kesadaran atas kebebasan

dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi atribut dasar pada manusia. Kecemasan eksistensial juga bisa diakibatkan oleh kesadaran atas keterbatasannya dan atas kemungkinan yang terhindarkan untuk mati (*nonbeing*). Kesadaran atas kematian memilih arti penting bagi kehidupan individu sekarang, sebab kesadaran tersebut, menghadapkan individu pada kenyataan bahwa dia memiliki waktu yang terbatas untuk mengaktualkan potensi-potensinya. Dosa eksistensial, yang juga merupakan bagian dari kondisi manusia, adalah akibat dari kegagalan individu untuk benar-benar menjadi sesuatu sesuai dengan kemampuannya. Penciptaan makna. Manusia itu unik, dalam arti bahwa dia berusaha untuk menemukan tujuan hidup dan menciptakan nilai-nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupan. Menjadi manusia juga berarti menghadapi kesendirian: manusia lahir ke dunia sendirian dan mati sendirian pula. Sungguhpun pada hakikatnya sendirian, manusia memiliki kebutuhan untuk berhubungan dengan sesamanya dalam suatu cara yang bermakna, sebab manusia adalah makhluk rasional. Kegagalan dalam menciptakan hubungan yang bermakna bisa menimbulkan kondisi-kondisi isolasi, depersonalisasi, alineasi, keterasingan, dan kesepian. Manusia juga berusaha untuk mengaktualkan diri yakni mengungkapkan potensi-potensi manusiawinya. Sampai taraf tertentu, jika tidak mampu mengaktualkan diri, ia bisa menjadi "sakit". Patologi dipandang sebagai kegagalan menggunakan kebebasan untuk mewujudkan potensi-potensi seseorang.

Pendekatan terapi eksistensial-humanistik

Tujuan dasar banyak pendekatan psikoterapi adalah membantu individu agar mampu bertindak, menerima kebebasan dan tanggung jawab untuk tindakan-tindakannya. Terapi eksistensial, terutama, berpijak pada premis bahwa manusia tidak bisa melarikan diri dari kebebasan dan bahwa kebebasan dan tanggung jawab itu saling berkaitan.

Terapi eksistensial memiliki beberapa tujuan yaitu agar klien mengalami keadaannya secara otentik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensi-potensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak berdasarkan kemampuannya. Klien neurotik adalah orang yang kehilangan rasa ada, dan tujuan terapi adalah membantunya agar ia memperoleh atau menemukan kembali kemanusiaannya yang hilang. Meluaskan kesadaran diri klien, dan karenanya meningkatkan kesanggupan pilihannya, yakni menjadi bebas dan bertanggung jawab atas arah hidupnya. Membantu klien agar mampu menghadapi kecemasan sehubungan dengan tindakan memilih diri, dan menerima kenyataan bahwa dirinya lebih dari sekedar korban kekuatan-kekuatan deterministik di luar dirinya. (Corey, 1988).

Tugas utama terapis adalah berusaha memahami klien sebagai ada-dalam dunia. Teknik yang digunakan mengikuti alih-alih mendahului pemahaman menunjukkan keluasan dalam menggunakan metode-metode, dan prosedur yang digunakan oleh mereka bisa bervariasi tidak hanya dari klien yang satu kepada klien yang lainnya, tetapi juga dari satu fase lain fase terapi yang dijalani oleh klien yang sama. Menurut Buhler dan Allen, para ahli psikologi humanistik memiliki orientasi bersama seperti mengakui pentingnya pendekatan dari pribadi ke pribadi, menyadari peran dari tanggung jawab terapis, mengakui sifat timbal balik dari hubungan terapeutik, berorientasi pada pertumbuhan, menekankan keharusan terapis terlibat dengan klien sebagai suatu pribadi yang menyeluruh, mengakui bahwa putusan-putusan dan pilihan-pilihan akhir terletak di tangan klien, memandang terapis sebagai model, dalam arti bahwa terapis dengan gaya hidup dan pandangan humanistiknya tentang manusia bisa secara implisit menunjukkan kepada klien potensi bagi tindakan kreatif dan positif, Mengakui kebebasan klien untuk mengungkapkan pandangan dan untuk mengembangkan tujuan-tujuan dan nilai-

nilainya sendiri, bekerja ke arah mengurangi ketergantungan klien serta meningkatkan kebebasan klien.

Frankl (2003) menjabarkan peran terapis untuk memperluas dan memperlebar lapangan visual pasien sehingga spektrum keseluruhan dari makna dan nilai-nilai menjadi disadari dan dapat diamati oleh klien. Selanjutnya menurut Frankl jika klien mengungkapkan perasaan-perasaannya kepada terapis pada pertemuan terapi, maka terapis akan bertindak untuk memberikan reaksi-reaksi pribadi dalam kaitan dengan apa yang dikatakan oleh klien. Selanjutnya terapis harus terlibat dalam sejumlah pernyataan pribadi yang relevan dan pantas tentang pengalaman-pengalaman yang mirip dengan yang dialami oleh klien. Meminta kepada klien untuk mengungkapkan ketakutannya terhadap keharusan memilih dalam dunia yang tidak pasti merupakan langkah selanjutnya. Menantang klien untuk melihat seluruh cara dia menghindari pembuatan putusan-putusan, dan memberikan penilaian terhadap penghindaran itu. Langkah selanjutnya mendorong klien untuk memeriksa jalan hidupnya pada periode sejak memulai terapi dengan bertanya: "Jika Anda bisa secara ajaib kembali kepada cara Anda ingat kepada diri Anda sendiri sebelum terapi, maukah Anda melakukannya sekarang? Beritahukan pada klien bahwa ia sedang mempelajari apa yang dialaminya se-sungguhnya adalah suatu sifat yang khas sebagai manusia: bahwa dia pada akhirnya sendirian, bahwa dia harus memutuskan untuk dirinya sendiri, bahwa dia akan mengalami kecemasan atas ketidakpastian putusan-putusan yang dibuat, dan bahwa dia akan berjuang untuk menetapkan makna kehidupannya di dunia yang sering tampak tak bermakna (Corey, 1988).

Pandangan eksistensialisme tentang psikopatologi

Para terapis eksistensial memandang neurosis sebagai kehilangan rasa ada, yang membawa serta pembatasan kesadaran dan

penutupan kemungkinan-kemungkinan yang merupakan manifestasi-manifestasi dari ada. Mereka juga menyebut “frustasi eksistensial” atau “kehampaan eksistensial” sebagai akibat kegagalan ketika mencari makna dalam hidup. Ketidakbermaknaan mengakibatkan kekosongan dan hampaan. Pria dan wanita dihantui oleh kekosongan dalam hidup mereka, oleh karena itu mereka menarik diri dari perjuangan mengembangkan dan mengaktualkan potensi-potensi mereka yang unik. Kesehatan psikologis adalah pemanfaatan segenap potensi. Sebaliknya, ketidakmampuan menggunakan potensi-potensi itu menyebabkan sakit. Patologi, yang dipandang sebagai sesuatu yang dipelajari, adalah akibat frustasi batin dari frustasi eksistensial atau kegagalan untuk menjadi yang sesuai dengan kemampuannya.

SIMPULAN

Filsafat manusia merupakan bagian integral dari filsafat sistematis yang selalu mempertanyakan kodrat manusia. Pengertian dan pemahaman atas manusia bisa ditelusuri berdasarkan pendapat dan keyakinan para filsuf yang mencoba menginterpretasikan kehidupan pada masanya. Di satu sisi, perkembangan dunia dengan sistemnya dewasa ini tidak begitu saja membiarkan manusia menarik diri dari kesibukan sehari-hari untuk

merenungkan dirinya kembali dengan tenang. Namun, di sisi lain, manusia merasakan urgensi tuntutan untuk menentukan nilai-nilai kemanusiaan agar mempunyai pedoman bagi arah yang ditujunya.

Pendekatan eksistensial mengembalikan pribadi kepada fokus sentral, memberikan gambaran tentang manusia pada tarafnya yang tertinggi. Ia menunjukkan bahwa manusia secara sinambung mengaktualkan dan memenuhi potensinya. Pendekatan eksistensial secara tajam berfokus pada fakta-fakta utama keberadaan manusia-kesadaran diri dan kebebasan yang konsisten. Menurut penulis, salah satu sumbangan utama dari pendekatan eksistensial-humanistik adalah penekanannya pada kualitas manusia-kepada-manusia dalam hubungan terapeutik. Hal ini sangatlah di dasari dan bersumber dari pandangan filosofis dalam filsafat yang penekannya pada kebebasan, tanggung jawab dan kesenangan individu untuk merancang ulang kehidupannya melalui tindakan yang memilih dengan kesadaran. Model ini menyajikan suatu landasan filosofi yang jelas untuk membangun suatu gaya yang bersifat pribadi dan unik dari praktek terapi karena menunjukkan dirinya kepada inti perjuangan manusia, perjuangan untuk mengatasi frustasi eksistensinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bastaman, H., J. (1996). *Meraih Hidup Bermakna. Kualitas Insan Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Belukar Paramadina.
- Corey, Gerald. (1988). *Teori dan Praktek : Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Eresco.
- Drijarkara, S.J. (1989). *Percikan Filsafat*. Jakarta: PT. Pembangunan.
- Frankl, V., E. (2003). *Logoterapi: Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Hasan, F. (1974). *Kita dan Kami: Suatu Analisa tentang Modus Dasar Kebersamaan*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Kattsoff, L., O. (1986). *Pengantar Filsafat*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi: Psikoterapi Victor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius.
- Leahy, L., S.J. (1989). *Manusia, Sebuah Misteri. Sintesa Filosofis Tentang Mahkluk Paradoksal*. Jakarta: Gramedia.
- Patterson, C., H. (1970). *Western Philosophy*, Nebraska: Cliff's Notes Inc.

Petunjuk Penulisan Naskah

1. Naskah merupakan karya asli yang belum pernah dimuat di media lain.
2. Naskah dapat ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris.
3. Naskah diketik 1,5 spasi, Times New Roman font 12, ukuran A4, dengan panjang naskah 10-19 halaman.
4. Sistematika penyusunan naskah hasil penelitian kuantitatif sebagai berikut:
 - a. Judul
 - b. Nama Penulis (tanpa gelar) disertai alamat e-mail dan lembaga asal penulis
 - c. Abstraksi, ditulis dengan spasi tunggal, font 11 Times New Roman, dengan panjang 75-150 kata (dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
 - d. Kata kunci (ditulis dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
 - e. Isi yang terdiri dari :
 - (1). Pendahuluan (boleh dengan subjudul)
 - (2). Metode penelitian
 - metode
 - sampel (dijelaskan teknik sampling-nya; pada eksperimen menggunakan istilah 'partisipan')
 - prosedur (hanya untuk eksperimen)
 - teknik pengumpulan data
 - teknik analisis data
 - (3). Hasil dan Pembahasan
 - hasil
 - pembahasan
 - (4). Simpulan dan Saran (jika tidak ada saran, maka hanya 'Simpulan')
 - f. Daftar Pustaka (mengikuti contoh di lembar terpisah)
5. Sistematika penyusunan naskah hasil penelitian kualitatif sebagai berikut :
 - a. Judul
 - b. Nama Penulis (tanpa gelar) disertai alamat e-mail dan lembaga asal penulis
 - c. Abstraksi ditulis dengan spasi tunggal, font 11 Times New Roman, dengan panjang 75-150 kata (dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
 - d. Kata kunci (ditulis dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
 - e. Isi yang terdiri dari :
 - (1). Pendahuluan (boleh dengan subjudul)
 - (2). Metode penelitian
 - metode
 - partisipan (dijelaskan kriteria pemilihan dan cara perekrutan subjek)
 - teknik pengumpulan data
 - teknik analisis data
 - (3). Hasil dan Pembahasan
 - (4). Simpulan dan Saran (jika tidak ada saran, maka hanya 'simpulan')
 - f. Daftar Pustaka (mengikuti contoh di lembar terpisah)

6. Naskah kajian pemikiran berisi tentang ulasan isu mutakhir yang belum/jarang dibahas secara teoritis atau mereviu konsep-konsep teoritis yang belum tuntas atau masih problematik. Naskah kajian pemikiran menggunakan sistematika sebagai berikut:
 - a. Judul
 - b. Nama Penulis (tanpa gelar) disertai alamat e-mail dan lembaga asal penulis
 - c. Abstraksi, ditulis dengan spasi tunggal, font 11 Times New Roman, dengan panjang 75-150 kata (dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
 - d. Kata kunci (ditulis dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
 - e. Isi yang terdiri dari :
 - (1). Pendahuluan (merumuskan permasalahan isu mutakhir/konsep teoritis yang belum tuntas dan menjelaskan strategi pembahasannya)
 - (2). Pembahasan (berisi beberapa sub-judul sesuai dengan kebutuhan)
 - (3). Simpulan dan Saran (kalau tidak ada saran berarti hanya 'simpulan')
 - f. Daftar Pustaka (mengikuti contoh di di lembaran terpisah)
7. Penulisan daftar pustaka sesuai dengan standar APA (diuraikan dalam lembar terpisah)
8. Penomoran tabel, grafik atau diagram dan gambar.

Semua tabel, grafik atau diagram, dan gambar yang terdapat pada artikel diberi nomor urut dengan angka Arab di bagian atasnya. Nomor-nomor tersebut harus berurutan. Nomor tabel diurutkan sesuai jumlah tabel, begitu juga nomor diagram diurutkan sebanyak diagram yang ada dalam artikel. Penomoran grafik dan gambar mengikuti aturan yang sama.

Contoh: Tabel 1.
 Gambar 1.
 Tabel 2.
 Gambar 2.
 dst.
9. Naskah dapat dikirim dalam bentuk soft copy (MS Word) atau print-out ke alamat redaksi: Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya, Kampus Lidah Wetan, Surabaya 60215 Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112. Atau melalui e-mail: syafiq_muh@yahoo.com. CP: Muhammad Syafiq, HP. 081330114338.

CARA PENULISAN DAFTAR PUSTAKA

- ◆ Sumber referensi dari jurnal yang terbit secara berkala
Howarth, Caroline (2002). Identity in Whose Eyes?: The Role of Representations in Identity Construction. *Journal for the theory of social behaviour*, 32(2), 145-162.
 - ◆ Sumber referensi dari jurnal (2 penulis):
McCoy, S.K., & Major, B. (2003). Group identification moderates emotional responses to perceived prejudice. *Personality and Social Psychological Bulletin*, 29, 1005-1017.
 - ◆ Sumber referensi dari jurnal (kurang dari 6 penulis):
Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coatsworth, D., Lengua, L., et al. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child program for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 843-856.
- Ket: Jika jumlah penulis lebih dari 6 dalam satu sumber, yang berikutnya gunakan et al.
- ◆ Sumber referensi dari jurnal di surat kabar:
Zukerman, M., & Kieffer, S. C. (in press). Race differences in face-ism: does facial prominence imply dominance? *Journal of Personality and Social Psychology*.
 - ◆ Sumber referensi dari majalah dan Koran yang ada penulisnya:
Kandel, E. R., & Squire, L. R. (2000, November 10). Neuroscience: Breaking down scientific barriers to the study of brain and mind. *Science*, 290, 1113-1120.
 - ◆ Sumber referensi dari Artikel Koran yang tidak ada penulisnya:
The new health-care lexicon. (1993, August/September). *Copy Editor*, 4, 1-2.
 - ◆ Sumber referensi dari berita online yang tidak ada penulisnya:
BBC Online. (2011). Indonesia 'suicide bomber' wounds 28 in mosque blast. Retrieved from <http://www.bbc.co.uk/news/world-asia-pacific-13090306>.
 - ◆ Sumber dari laman internet:
Bernstein, M. (2002). 10 tips on writing the living Web. A List Apart: For People Who Make Websites, 149. Retrieved from <http://www.alistapart.com/articles/writeliving>
 - ◆ Sumber Referensi yang memiliki no issue dan no seri:
Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coatsworth, D. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child program for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(1, Serial No. 231).
 - ◆ Sumber Referensi dari Jurnal Tambahan(Supplement):
Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coatsworth, D. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child program for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 24(Suppl. 2), 4-14
 - ◆ Sumber referensi dari Buku:
Horgan, John (2009). Walking Away From Terrorism: Accounts of Disengagement from Radical and Extremist Movements. *London: Routledge*.

- ◆ Sumber referensi dari buku yang diedit dan penulis tiap bab nya berbeda:
Smith, J. A. and Eatough, V. (2007). Interpretative Phenomenological Analysis. In E. Lyons And A. Coyle (Eds.). *Analysing Qualitative Data in Psychology* (pp. 35-50). London: Sage.
- ◆ Sumber referensi dari buku edisi ketiga dan nama penulis dengan tambahan Jr. (junior):
Mitchell, T. R. & Larson, J. R., Jr. (1987). *People in organizations: An introduction to organizational behavior* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- ◆ Sumber dari buku yang telah diedit:
Mitchell, T. R. & Larson, J. R. (Eds.). (1987). *People in organizations: An introduction to organizational behavior*. New York: McGraw-Hill.
- ◆ Sumber dari buku yang direvisi:
Beck, C. A. J., Sales, B. D. (2001). *Family mediation: Fact, myths, and future prospects* (Rev. ed.). Washington, DC: American Psychology Association.
- ◆ Sumber dari buku tidak disertai nama penulis dan editor:
Merriam-Webster's collegiate dictionary (10th ed.). (1993). Springfield, MA: Meriam-Webster.
- ◆ Sumber dari ensiklopedia atau kamus:
Sadie, S. (Ed.). (1980). *The new Grove dictionary of music and musicians* (6th ed., Vols. 1-20). London: Macmillan.
- ◆ Sumber dari Brosur:
Research and Training Centre on Independent Living. (1993). *Guidelines of reporting and writing about people with disabilities* (4th ed.) [brochure]. Lawrence, KS: Author.
- ◆ Sumber dari rekaman suara:
Costa, P. T., Jr. (Speaker). (1988). *Personality, continuity, and changes of adult life* (Cassette Recording No. 207-433-88A-B). Washington, DC: American Psychological Association.
- ◆ Sumber dari rekaman video:
Capra, F. (Director & Producer). (1999). *It happened one night* [videocassette].