

WIDYA

Majalah Ilmiah

MENGEMBANGKAN KREATIFITAS & MENINGKATKAN KUALITAS

TERBIT SEJAK 1984



ISSN : 0251 - 2800

WIDYA Tahun 26 Nomor 281 Pebruari 2009



Kopertis Wilayah III

WIDYA Majalah Ilmiah

MENEMBANGKAN KREATIFITAS & MENINGKATKAN KUALITAS

TERBIT SEJAK 1984

DARI REDAKSI

Pembaca Widya yang Terhormat,

Puji syukur kita panjatkan kepada Tuhan yang Maha Kuasa karena berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya kita bertemu lagi dalam edisi bulan Februari 2009 ini. Pada bulan ini sebagian penduduk bumi memperingati hari kasih sayang yang merupakan tradisi sebagian masyarakat dunia. Namun sebenarnya kasih sayang tidak harus muncul pada bulan-bulan tertentu saja, dia harus muncul setiap saat dan harus melandasi setiap aktivitas kita. Dengan kasih sayang akan muncul tepa selira yaitu dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain sehingga akan lebih hati-hati dalam bertindak. Untuk membantu orang yang sedang kesulitan ditimpa bencana alam dan kecelakaan maka harus mampu merasakan penderitaannya, ingin membantu orang miskin harus bisa meraba perasaan orang miskin, ingin membangun bangsa harus bisa meraba perasaan sebagian besar masyarakatnya, ingin menjalin hubungan antar negara harus bisa memahami kebutuhan rakyat masing-masing negara, dan seterusnya. Memahami orang lain bukan menilai orang lain dengan keinginan kita, tetapi bagaimana kita mampu menempatkan diri seandainya kita menjadi orang lain tersebut.

Dengan kasih sayang tindakan anarkis tidak akan terjadi, hal ini disebabkan satu kelompok tidak bersikap apriori negatif terhadap kelompok lain, sehingga yang muncul adalah saling menghargai, saling memahami, membuka ruang dialog dan mampu mengendalikan diri. Sikap saling menghargai bukan dituntut dari kelompok yang kebetulan posisi kemasyarakatannya menjadi rakyat, tetapi juga dituntut dari mereka yang kebetulan jadi pemimpin. Tugas pemimpin adalah menjalankan amanah yang sangat berat yang harus dipertanggungjawabkan pada Tuhan dan orang yang dipimpinnya. Oleh karena itu tepa selira dan kasih sayang sangat diperlukan dalam memimpin agar yang dipimpin dapat merasakan keberadaan pimpinan di masyarakatnya termasuk masyarakat suatu negara, sehingga setiap persoalan yang membutuhkan pemecahan bersama dapat terselesaikan dengan baik. Kemampuan untuk melaksanakan amanah dengan baik bukan saja menguntungkan bagi yang dipimpin, tetapi juga menguntungkan bagi yang memimpin dalam jangka panjang bahkan sampai dunia dan akhirat.

Pembaca Widya yang Budiman,

Dalam rangka menjaga amanah seperti yang diulas di atas Widya bulan ini terbit dengan topik-topik menarik yaitu pendidikan, psikologi, manajemen, ekonomi dan kesehatan. Sebagai pembuka disajikan wawasan dengan judul: "Kedudukan Perempuan dalam Islam," yang ditulis oleh Ninip Hanifah dari ABA Borobudur Jakarta.

Akhir kata semoga sajian-sajian dalam edisi bulan ini dapat memperluas pengetahuan kita bersama.

Pemimpin Redaksi,

Sjarkawi Tjes

DAFTAR ISI

WAWASAN

Kedudukan Perempuan dalam Islam

Ninip Hanifah
ABA Borobudur Jakarta

2 - 9

PENDIDIKAN

Pengaruh Pendidikan Agama terhadap Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Zakiah Darajat

Edriati
PGSD UHAMKA

10 - 18

PSIKOLOGI

Peranan Konseling Terhadap Emosi Subyektif

Fatchiah Kertamuda
Universitas Paramadina

19 - 23

MANAJEMEN

Penerapan *Customer Relationship Management (CRM)* pada Perguruan TinggiViany Utami
Program Studi Sistem Informasi, IBII Jakarta

24 - 31

EKONOMI

Potensi Pasar Minuman Ringan Kemasan di Wilayah Jabodetabek

Arys T. Sutarman
Fakultas Ekonomi Universitas Suryadarma

32 - 35

Ekonomi Mikro Islam

Josofiene Johan Marzoeki
STIE Gotong Royong

36 - 43

Penggunaan Teknologi Tepat Guna dalam Pengembangan Kluster Usaha Kecil Menengah

Tri Susanto
STIE Bisnis Indonesia

44 - 50

Reksadana Sebagai Alternatif Investasi dan Perkembangannya di Indonesia

Farida K. Ganiarto
IBII Jakarta

51 - 55

Perspektif IMF dan Bank Dunia

Nazwirman
Bina Sarana Informatika

56 - 60

KESEHATAN

Pendayagunaan Bidan Desa dalam Program Gerakan Sayang Ibu di Desa Cipeteuy, Kecamatan Darmaraja, Kabupaten Sumedang

Himmi Marsiaty¹, Myrnawati²
¹Fakultas Kedokteran,
Universitas YARSI
²Fakultas Pasca Sarjana,
Universitas Negeri Jakarta

61 - 66

Pendiri :

Prof DR. Ir Zoer'aini Djamil Irwan, MS;
Drs. Sjarkawi Tjes; Dra Yulmiliana Dasuki, MM,;
Drs. Djumhardjinis

Penasehat : Dirjen Dikti

Staf Ahli :

Prof DR. Ir. Zoer'aini Djamil Irwan, MS;
Prof. dr. H. Arjatno Tjokronegoro, PH. D.;
Prof. Ir. Soekisno Hadikoemoro,
Prof. Dr.S. Somadikarta,
Prof. DR. Maurits Simatupang;
Prof. DR.dr. H.H.B.Mailangkay;
Prof.Dr. Thomas Suyatno;
Prof. Ir.H. Darwis Gani, Ph.D, MA;
Drs. M. B. Tampubolon;
Drs. Erlangga Masdiana, M.Si;
Prof. DR. H. Yuhara Sukra;
Prof. E.S. Margianti, SE, MM.
Prof. Ir. Sambas Wirakusuma MSc
Prof. DR. Ronny Rahman Nitibaskara

Pembina :

Koordinator Kopertis Wilayah III
Prof. dr. Haryoto Kusnoprantoro, SKM, Dr.PH
Sekpel. Kopertis Wilayah III
Dra. Netty Herawaty, MM

Ketua Divisi Media & Informatika

Prof. DR. Eryus A.K., MSc

Pemimpin Umum / Penanggung Jawab:

Drs. H. Endi Djunaedi, M.Si

Pemimpin Redaksi :

Drs. Sjarkawi Tjes

Wakil Pemimpin Redaksi :

Drs. Arjuna Wiwaha MM

Redaktur Pelaksana :

Ir. Tukirin, MM

Dewan Redaksi :

Drs. Sjarkawi Tjes, Drs. Arjuna Wiwaha, MM.;
Ir. Tukirin, MM.; Dra. Yulmiliana Dasuki, MM.
Drs. H. Endi Djunaedi, M.Si, Prof. DR. Eryus, AK, MSc
Prof. DR. Koesmawan, MSc, MBA, DBA
dr.RM. Nugroho, Ph.D, Dian Sufiati, SH, MH
Dra. Siti Hamnah Rauf,

Pimpinan Usaha :

Dra. Yulmiliana Dasuki, MM

Tata Usaha :

Prihatin

Penerbit :

Kopertis Wilayah III

Izin, Terbit : No. 1079/SK/Dirjen PPG/STT/1986

Alamat Redaksi/Tata Usaha :

Jl. SMAN XIV Cililitan

(Sebelah BAKN) Jakarta Timur Telp./Fax (021) 8009947

Bank: BNI 1946 Cabang Jatinegara Jakarta Timur

Kantor Kas BKN No. Rek. 0008913003

Percetakan :

Zaiyan Putra
(isi di diluar tanggung jawab percetakan)

KETERANGAN COVER

Cover I : Maraknya Pemasangan Atribut Partai-Partai Politik pada Kampanye Menjelang Pemilu 2009 di Sepanjang Jalan Strategis**Cover IV** : Danau Laut Tawar di Propinsi Nanggru Aceh Darussalam (NAD)

PERANAN KONSELING TERHADAP EMOSI SUBYEKTIF

Fatchiah Kertamuda
Universitas Paramadina

ABSTRACT

Emotion consists of feeling and ratio which influence the pchycological and biological condition that lead human being to do an action. The objective of this research is to investigate the different between the affective positive and affective negative before and after the counseling process. This research used One-Group Pretest-Posttest design. Respondent of the research (N=39) completed a scale of affective positive and affective negative before the counseling process and after the counseling process. It is found that affective positive after the counseling process higher than before the counseling process and affective negative before the counseling process lower than after the process of counseling.

PENDAHULUAN

Proses konseling merupakan suatu proses yang dilakukan oleh konselor dan klien dalam rangka mencapai tujuan konseling. Tujuan konseling menurut Hackney (Kertamuda, 2006) yaitu untuk membawa klien agar terjadi perubahan perilaku terutama pada afektivitasnya, yang memungkinkan klien mampu hidup secara lebih produktif. Adapun perubahan perilaku yang dikehendaki harus jelas, perubahan seperti apa, bagaimana melakukan perubahan serta siapA saja yang perlu dilibatkan untuk mendukung terjadinya perubahan perilaku tersebut agar klien mampu mengubahnya dalam rangka mengembangkan dirinya.

Perubahan perilaku merupakan inti dari konseling (McLeod, 2006). Melalui perubahan pada klien baik itu pada afektivitas maupun perilakunya diharapkan klien dapat mengatasi masalah yang dihadapinya di masa yang akan datang dan dapat mengoptimalkan perkembangan dirinya.

Dalam merubah perilaku klien dibutuhkan usaha dan kerjasama antara konselor dan klien. Hal ini dikarenakan efektivitas bantuan yang diberikan oleh konselor pada klien didasarkan pada keinginan kedua belah pihak, konselor dan klien. McLeod (2006:365) mengemukakan bahwa konseling memperhatikan perubahan, dan dalam beberapa level perubahan ini diciptakan oleh tindakan dan niatan kerja kolaboratif klien dan konselor.

Masalah yang dihadapi seseorang, dalam hal ini klien, sangat beragam diantaranya dapat berupa masalah pribadi, masalah karir, masalah sosial dan masalah belajar.

Masalah tersebut dapat disebabkan baik itu faktor eksternal maupun internal. Menurut Surya (2003) terdapat tiga macam faktor-faktor internal yang menyebabkan konflik dalam diri individu, yaitu: penilaian negatif terhadap diri sendiri, keharusan psikologis, konflik kebutuhan. Seorang klien adalah seorang yang secara psikologis mengalami beberapa hal yang menyebabkan ketidakseimbangan antara pikiran, emosi dan perilakunya. Ketidakseimbangan ini sangat mempengaruhi emosi klien terutama pada emosi negatif pada saat klien menghadapi masalah. Rogers (Latipun, 2003) menyebutkan bahwa klien adalah orang yang hadir ke konselor dan kondisinya dalam keadaan cemas atau tidak kongruensi.

Pengertian Emosi

Setiap orang seringkali dihadapkan pada suatu masalah dalam kehidupannya. Masalah tersebut diantaranya adalah masalah yang terkait dengan pribadi, sosial, pendidikan dan karir. Masalah yang dihadapi seseorang akan mempengaruhi emosinya. Emosi yang lazim terdapat pada manusia adalah emosi positif dan emosi negatif. Kedua emosi tersebut akan datang silih berganti dalam kehidupan manusia. Namun, dalam menghadapi perubahan emosi tersebut, setiap orang berbeda satu dengan yang lain. Ada orang yang dapat segera mengatasi dan mengontrol emosinya namun banyak juga yang kehilangan kendali sehingga menyebabkan gangguan dalam dirinya. Gangguan emosi secara tidak langsung akan mempengaruhi dirinya baik

secara psikologis maupun fisiologis. Secara psikologis, emosi negatif yang sering ditimbulkan adalah rasa kecewa, rasa cemas dan rasa takut. Secara fisik, emosi negatif menimbulkan suatu kesakitan seperti sakit kepala, gangguan pada pencernaan. (Lightsey et all, 2008).

Oleh karena seseorang akan mencari bantuan agar dapat mengatasi masalahnya, salah satunya adalah melakukan konseling. Konseling diberikan oleh konselor, yaitu orang yang memang secara profesional memiliki kemampuan dan ketrampilan dalam konseling. Konselor diharapkan dapat membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi klien.

Sebelum melakukan konseling, emosi yang seringkali muncul pada diri seseorang cenderung emosi yang negatif, seperti antara lain marah, sedih, kecewa, sakit hati dan takut. Semua emosi negatif tersebut sangat mempengaruhinya dalam bersikap menghadapi masalah, diantaranya sikap yang dapat menimbulkan perilaku-perilaku negatif untuk melepaskan tanggung jawab, sikap menyerah, sikap dan siap melawan. Emosi adalah rasa dan atau perasaan yang membuat kecenderungan yang mengarah terhadap sesuatu yang secara intuitif dinilai sebagai hal yang baik atau bermanfaat, atau menjauhi dari sesuatu yang secara intuitif dinilai buruk atau berbahaya. (Arnold dalam Surya 2003). Menurut Salovey dan Mayers (dalam Passer & Smith, 2007) bahwa emosi adalah respon terorganisasi, termasuk sistem fisiologis, yang melewati berbagai batas sub-sistem psikologis, misalnya kognisi, motivasi dan pengalaman.

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas tentang pengertian emosi maka dapat disimpulkan bahwa emosi adalah berisi perasaan dan pikiran yang mempengaruhi keadaan psikologis dan biologis yang mengarahkan setiap individu untuk melakukan suatu tindakan.

Konseling dan Proses Konseling

American Psychological Association (APA) pada Divisi 17 tentang *Counseling Psychology* dan *American Association for Counseling and Development* (AACD) merumuskan konseling sebagai suatu profesi menolong yang meliputi pada pribadi, social, karir dan pendidikan. Selanjutnya menurut Gladding (Kertamuda, 2006) konseling adalah hubungan pribadi, dimana terapis/konselor melalui hubungan itu menyediakan situasi belajar dimana konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaan sekarang, dan kemungkinan keadaan masa depannya yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi-potensi yang dimilikinya, demi untuk kesejahteraan baik pribadi maupun masyarakat, dan lebih jauh dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-

masalah & menemukan kebutuhan-kebutuhannya yang akan datang.

Dalam proses konseling dan menolong klien, istilah 'proses' memiliki dua arti. Pertama, proses adalah perubahan yang terjadi antara terapis/konselor dengan klien. Perubahan itu terkait dengan hubungan keduanya yang terjadi selama proses konseling berlangsung. Selanjutnya, proses adalah pergerakan dengan waktu, terutama yang berhubungan dengan tahap-tahapan dalam proses konseling. (Nelson-Jones, 2003).

Nelson-Jones (2003) dalam bukunya mengemukakan juga bahwa model-model dalam proses menolong menampilkan tahap-tahap yang memiliki tujuan dan aktivitas yang berbeda pada setiap tahapannya selama proses berlangsung. Terdapat 3 tahap dalam model menolong yaitu:

1. Tahap I: **Hubungan** (*Relating*)

Pada tahap awal ini terapis/konselor dan klien memulainya dengan menciptakan hubungan kerjasama. Hubungan ini dapat dimulai pada saat bertemu dengan klien atau sebelumnya, misalnya pada saat klien menghubungi dan memutuskan untuk melakukan proses konseling dengan terapis/konselor. Bagaimana memulai sesi dalam proses menolong merupakan faktor penting dalam meningkatkan kepercayaan dan harapan klien. Konselor dapat menciptakan hubungan dan memberikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan apa yang sedang menjadi permasalahannya. Pada kesempatan ini ketrampilan dasar konseling di antaranya aktif mendengarkan merupakan hal yang pokok untuk melangkah ke tahap berikutnya.

2. Tahap II : **Pemahaman** (*Understanding*)

Pada tahap ini, perkembangan utama yang dialami oleh konselor dan klien adalah meningkatkan pemahaman antara keduanya di dalam menghadapi permasalahan tertentu. Memberikan kesempatan keduanya untuk lebih memahami suasana emosional yang mendukung pemikiran, meningkatkan bagaimana agar dapat menjadi lebih baik.

3. Tahap III: **Perubahan** (*Changing*)

Pada tahap ini, perkembangan utama yang terjadi pada klien adalah perubahan untuk mengatasi situasi-situasi yang menjadi masalahnya secara lebih efektif dibanding sebelumnya. Terapis/konselor dan klien membuat tujuan, mengkomunikasikan, menentukan dan melaksanakan strategi-strategi dalam menghadapi masalahnya. Dengan demikian diharapkan klien dapat mempertahankan perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya dengan lebih baik.

Emosi dan Hubungan Konseling

Emosi merupakan warna afektif yang menyertai setiap perilaku individu, yang berupa perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi situasi tertentu. Interaksi antara kognisi, emosi dan tindakan mencerminkan satu sistem hubungan sebab akibat (Surya, 2003).

Dalam pelaksanaan konseling, emosi yang sering dijumpai adalah emosi yang negatif seperti sakit hati, takut, marah dan rasa bersalah. Keempat hal tersebut merupakan sumber masalah atau gejala sebagai kombinasi perilaku yang dapat menimbulkan emosi lain seperti rasa cemburu, rasa malu, rendah diri dan masih ada lagi emosi yang cenderung menunjukkan emosi yang negatif. Emosi-emosi negatif ini membuat seseorang akan mengambil sikap siap melawan dan dapat menimbulkan perilaku-perilaku negatif untuk melepaskan tanggung jawab, menyerah. Padahal dalam hubungan konseling tidak hanya terbatas pada emosi yang negatif saja akan tetapi timbul juga emosi positif.

Sebagian orang memiliki banyak emosi positif dan keadaan ini cukup kuat bertahan sepanjang hidup. Orang-orang dengan emosi positif yang tinggi merasa nyaman pada sebagian besar waktu. Namun, banyak orang memiliki sedikit sekali emosi positif dimana pada sebagian besar waktunya mereka tidak merasa nyaman atau bahkan tidak merasa baik-baik saja. (Seligman, 2005:410)

Emosi positif merupakan emosi yang dapat menyebabkan seseorang merasakan kepuasan hidup walaupun hanya sesaat. Hal ini berlaku hampir pada setiap orang. Terdapat beberapa emosi yang positif yaitu: kegembiraan, kenikmatan, kepuasan, ketenangan, harapan, semangat. (Seligman, 2002:41).

Berdasarkan beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa emosi positif memiliki tujuan yang mendalam, jauh melebihi sekadar membuat kita memiliki perasaan-perasaan yang menyenangkan. Selain itu juga, emosi positif memiliki tujuan mulia dalam evolusi. Emosi memperlus sumber-sumber intelektual, fisik, dan sosial yang kita miliki. Emosi juga membangun cadangan yang bisa kita manfaatkan saat datang ancaman atau kesempatan. Sejalan dengan pandangan Fredrickson yang menyatakan bahwa emosi positif memiliki pengaruh yang bersifat meluas, membangun kemampuan intelektual, sosial dan fisik. (Seligman, 2005:39)

Hubungan terapeutik sangat berarti dalam konseling. Kualitas hubungan tersebut menunjukkan kontribusi signifikan terhadap hasil akhir konseling dan kemampuan untuk membuat klien tetap mengikuti konseling. Oleh

karena itu konselor harus menyadari seberapa besar kekuatannya dalam membuat dan mempertahankan cara bermanfaat dalam berhubungan dengan klien, dan juga untuk terus berusaha untuk lebih responsif terhadap begitu banyaknya variasi pola hubungan yang mungkin ditunjukkan oleh klien. (McLeod, 2006)

Selanjutnya agar tujuan tersebut dapat tercapai, maka perlu diperhatikan nilai-nilai yang dapat menunjang keberhasilan konseling. Keberhasilan suatu proses konseling tidak lepas dari peran baik konselor maupun klien yang dapat bekerja sama di dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi klien. Oleh karena itu konselor dan klien diharapkan dapat memiliki nilai-nilai yang terkandung dalam psikologi positif diantaranya emosi yang sebaiknya dimiliki tidak hanya untuk klien akan tetapi konselor/terapis juga hendaknya memiliki emosi positif dalam setiap proses yang dilakukannya.

Albert Ellis (dalam Surya, 2003) mengemukakan bahwa kognisi juga berperan penting dalam memberikan kontribusi terhadap emosi dan tindakan, emosi juga berperan penting berkontribusi atau menjadi sebab terhadap kognisi dan tindakan, serta tindakan berkontribusi atau menjadi penyebab kognisi dan emosi. Ketiga ranah (kognisi, emosi, tindakan) saling terkait satu sama lain. Reaksi emosi dapat secara akurat dan terkadang tidak akurat untuk diinterpretasikan apabila tidak memahami perkembangan individu, karena antara kognisi, emosi dan motorik/tindakan merupakan suatu sistem yang berpengaruh secara timbal balik.

Berdasarkan hal diatas, peneliti akan melihat bagaimana emosi klien sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan emosi positif dan emosi negatif pada klien sebelum dan sesudah pelaksanaan proses konseling. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan emosi positif dan emosi negatif sebelum dan sesudah pelaksanaan proses konseling.

Desain dan Alat Ukur Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *One-Group Pre-test-Posttest*. Menurut Christensen (Liche, Aries & Bernadette, 2005) desain ini disebut juga *before-after design*. Variabel dalam penelitian ini adalah emosi (positif dan negatif) yang diukur melalui. Pada penelitian ini sebelum pelaksanaan konseling, responden penelitian diberikan Skala Afektifitas Positif dan Afektivitas Negatif. Setelah diberikan konseling, responden penelitian diberikan kembali skala untuk mengukur emosi dengan menggunakan skala yang sama. Responden penelitian

ini mahasiswa semester 2 (dua) berusia antara 18-22 tahun berjumlah 39 orang.

PEMBAHASAN

Temuan

Pengolahan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan *Independent-Samples T-Test*. Hasil dari penghitungan *Independent-Samples T Test* untuk melihat apakah emosi positif dan emosi negatif responden sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling berbeda berbeda secara signifikan atau tidak.

Tabel : Skor Emosi Negatif dan Emosi Positif

Skor	an	Stand. Deviation	t	p
Emosi Negatif				
Sebelum Konseling	21.15	6.076	4.766	0.000
Setelah Konseling	17.92	5.792		
Emosi Positif				
Sebelum konseling	29.87	7.360	-2.894	0.006
Setelah konseling	31.82	7.462		

Pada tabel di atas, rata-rata atau *mean* skor emosi positif pretest adalah 29.87, sedangkan posttest adalah 31.82. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa rata-rata atau *mean* skor emosi positif sebelum konseling lebih rendah daripada emosi positif setelah konseling. Hal ini berarti emosi positif sebelum lebih rendah daripada emosi positif setelah konseling. Selanjutnya, rata-rata atau *mean* skor emosi negatif sebelum konseling adalah 21.15, sedangkan setelah konseling adalah 17.92. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa rata-rata atau *mean* skor emosi negatif sebelum konseling lebih besar daripada emosi negatif setelah konseling. Hal tersebut artinya emosi negatif sebelum konseling lebih tinggi daripada emosi negatif setelah konseling.

Tabel di atas juga memperlihatkan bahwa nilai t pada emosi negatif adalah 4.766 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,000. Nilai probabilitas atau signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara emosi negatif sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan emosi negatif sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling terbukti dan dapat diterima. Selanjutnya nilai t pada emosi positif adalah -2.894 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,006. Nilai probabilitas atau signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat

perbedaan yang signifikan antara emosi positif sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada perbedaan terdapat perbedaan emosi positif sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling terbukti dan dapat diterima.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan ditemukan bahwa emosi negatif sebelum konseling lebih tinggi daripada sesudah diberikan konseling. Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa, setelah diberikan konseling emosi negatif antara lain adalah sakit hati, takut, marah, dan rasa bersalah lebih rendah. Jadi, konseling yang diberikan dapat mengurangi emosi negatif yang dirasakan seseorang. Selanjutnya, emosi positif yang antara lain terdiri dari kegembiraan, kenikmatan, kepuasan, ketenangan, harapan dan semangat, meningkat. Sebelum pelaksanaan konseling, emosi positifnya rendah dan setelah pelaksanaan konseling emosi positif menjadi lebih tinggi.

Terdapat kekurangan dalam penelitian ini yaitu terkait dengan emosi yang diukur terbatas pada apa yang tersedia pada alat ukur yang digunakan saja. Sehingga emosi yang ada dalam diri klien belum sepenuhnya dapat digali lebih mendalam. Oleh karena itu dalam penelitian yang dilakukan ada kemungkinan perubahan emosi yang terjadi pada klien tidak sepenuhnya karena pemberian konseling yang diberikan kepada klien. Hal ini dikarenakan, pada saat konseling berlangsung ada kemungkinan terdapat faktor-faktor lain yang membuat emosi seseorang berubah. Namun, peran konselor dalam proses konseling merupakan salah satu faktor yang penting agar dapat terjadi perubahan pada diri klien yang sedang dilanda ketidakstabilan dan ketidakmampuan dalam mengontrol emosi.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Terdapat perbedaan yang signifikan antara emosi negatif sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling. Emosi negatif setelah pelaksanaan konseling lebih rendah daripada sebelum pelaksanaan konseling.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan antara emosi positif sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling. Emosi positif setelah pelaksanaan konseling lebih tinggi daripada sebelum pelaksanaan konseling.

Saran-saran

1. Bagi individu atau klien yang kesulitan untuk mengatasi masalahnya diharapkan dapat mengatasi masalah yang dihadapinya melalui konseling yang diberikan oleh konselor.

PSIKOLOGI

2. Bagi konselor, diharapkan dapat membantu mengatasi masalah yang terkait dengan emosi yang dialami klien saat konseling berlangsung sehingga klien dapat bersikap positif dan dapat mengendalikan emosinya, terutama emosi negatifnya.

3. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian secara kualitatif untuk memperoleh gambaran secara detail dan mendalam terhadap emosi positif dan emosi negatif yang ada pada seseorang pada saat menghadapi masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Kertamuda, Fatchiah. *Pendekatan Client Centered Counseling dalam Perspektif Konseling Islam*. Widya Oktober 2006, NO.253 Tahun XXII, Jakarta, 2006.
- Liche, Aries, & Bernadette. *Psikologi Eksperimen*. Indeks, Jakarta. 2005.
- Lightsey, Owen Richard et al. *Emotion-Oriented Coping, Avoidance Coping and Fear of Pains as Mediator of the Relationship between Positive Affect, Negative Affect and Pain Related Distress Among African American and Caucasian College Women*. *The Counseling Psychologist.*, Vol.20, no 10. University of Memphis. USA.,2008
- Lopez, Shane J. & Snyder, C.R. *Positive Psychology Assessment*, 1st edition, APA, Washington DC., 2003.

- McLeod, John. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Open University Press, 3rd, Prenada Media Group, Jakarta., 2006.
- Nelson-Jones, Richard. *Basic Counselling Skills*, SAGE Publications Inc.London., 2003.
- Passer, Michael., Smith, Ronald. *Psychology The Science of Mind and Behavior*. 3rd edition. McGraw-Hill. New York., 2007.
- Rosjidan. *Modul Pengantar Wawancara Konseling*, UNM, Malang., 1994.
- Schutter, Dennis J.L.G & Honk, Jack van. *Increased Positive Emotion Memory after Repetitive Transcranial Magnetic Stimulation Over the Orbitofrontal cortex*. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*. vol. 31, 2, March 2006
- Seligman, Martin. E.P. *Positive Psychology, positive prevention, and positive therapy*. In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds), *Handbook of positive psychology*, New York:Oxford University Press, 2002.
- Seligman, Martin. E.P., Csikszentmihalyi, Mihaly, *Positive Psychology, An Introduction.*, vol.55, No.1., 2000.
- Seligman, Martin. E.P. *Authentic Happiness* (terjemahan), Penerbit Mizan, Bandung., 2005.
- Shaw, Benjamin., Krause, Neal and Chatters, Linda.M.). *Emotional Support From Parents Early in Life, Aging, and Health*, *Journal Psychology and Aging*, Vo.19, No.1, 2004.
- Surya, Mohamad. *Psikologi Konseling*. Pustaka Banj Quraisy, Bandung.2003.

www.Google.com. di akses bulan Agustus 2008

KECERDASAN EMOSIONAL

SANGAT DIBUTUHKAN

DALAM KARIR PRIBADI

DAN KEHIDUPAN BERSAMA