BAB III

PENYAJIAN DATA PROSES PELATIHAN

A. Emosi Negatif Remaja dalam Berkomunikasi di Desa Krembangan Taman Sidoarjo.

1. Desa Krembangan Taman Sidoarjo

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Krembangan Dusun Krembangan RT 17 RW 04 Taman Sidoarjo. Desa Krembangan merupakan desa yang dihuni lebih dari 200 lebih kepala keluarga. Desa ini terdiri dari 5 dusun yakni, Dusun kedungduro, Dusun Penambangan, Dusun Krembangan, Dusun Jenek Wetan, dan Jenek Kulon. Luas keseluruhan Desa Krembangan yakni 115 Ha.[71] Menurut catatan terakhir di desa Krembangan, total jumlah penduduk desa ini adalah:

Tabel 3.1
Jumlah penduduk desa Krembangan

No	Perincian	Warga Negara RI		Jumlah		
		Pria	Wanita	Pria	Wanita	Total
1	Penduduk awal bulan ini	2.269	1.858	2.269	1.858	4.127
2	Kelahiran bulan ini	3	-	3	-	3
3	Kematian bulan ini	-	1	-	1	1
4	Pendatang bulan ini	1	-	1	-	1
5	Pindah bulan ini	10	4	10	4	14
6	Penduduk akhir bulain ini	2.263	1.853	2.263	1.853	4.118

Desa Krembangan memiliki beberapa institusi pendidikan yaitu: TK/PAUD Dharma Wanita Persa, SD Negeri 1 Krembangan, MIS

[71] Wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan sekertaris Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2016, pukul, 09.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tarbiyatul Akhlaq, SMP Nidho Mudhin, dan Pondok Pesantren MAS kedungduro.

Banyaknya institusi pendidikan yang dimiliki oleh desa Krembangan ini memberikkan banyak keuntungan bagi masyarakat sekitar, karena tidak perlu jauh-jauh untuk menyekolahkan anak-anaknya, selain itu lapangan pekerjaan juga terbuka untuk masyarakat sekitar, misalnya masyarakat yang memiliki usaha-usaha kecil akan sangat menguntungkan sekali.

Masyarakat sekitar, selain memiliki mata pencaharian sebagai seorang pedagang dan pengusaha, beberapa warga di Desa ini memiliki mata pencaharian sebagai seorang petani, baik petani yang memiliki laang sendiri ataupun petani buruh. Hal ini dapat terjadi karena letak geografis Desa ini yang masih dapat dibilang memiliki lingkungan yang masih asri dengan hamparan sawah yang luas . Tanaman yang paling berpotensi di Desa ini adalah padi.

Keasrian desa ini juga tercermin dari masyarakat yang ada di dalamnya, yang mana mereka memiliki tenggang rasa dan toleransi yang bisa dikatakan cukup baik, namun tidak jarang pula beberapa perselisihan terjadi di Desa ini. Dusun Penambangan didominasi oleh 10% remaja yang sudah menikah, 30% remaja yang belum menikah, dan 20% anak-anak maupun balita, dan 40% sisanya adalah pasangan suami istri yang sudah menikah lama.[72]

[72] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan ketua RT 17 di Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2016, pukul, 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Di Desa ini hampir sebagian besar penduduk merupakan penduduk asli dari desa tersebut, penduduk tersebut lahir, tumbuh, besar, dan berkembang, bahkan menikah di Desa itu. Di Desa ini pula sebagian besar penduduknya masih memiliki hubungan persaudaraan, mengingat tingginya angka melahirkan pada tahun 60 an.[73]

2. Emosi Negatif Remaja dalam Berkomunikasi

a. Identitas Konseli

Nama	:	Fatin (nama samaran)
Tempat, tanggal lahir	:	21 Mei 2000
Alamat	:	Krembangan Dsn Penambangan RT17/RW04 Taman Sidoarjo.
Usia	:	16 tahun
Agama	:	Islam
Hobi	:	Jalan-jalan, makan, dan belajar
Cita-cita	:	Dokter Gigi
Riwayat pendidikan	:	TK Muslimat NU 84 Tawang Sari SD Muhammadiyah 1-2 Taman SMP Muhammadiyah 2 Taman SMA Muhammadiyah 1 Taman

[73] Wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan sekertaris Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2016, pukul, 09.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Latar Belakang Subjek

Subjek merupakan seorang remaja berumur 16 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Subjek merupakan anak terakhir dari 2 bersaudara. Subjek memiliki satu orang saudara yang berjenis kelamin sama dengan subjek yakni perempuan. Ayah subjek merupakan anggota TNI dan dinas di Tanjung Perak Surabaya. Ibu Subjek merupakan ibu rumah tangga yang bertugas mengurus anak-anaknya dirumah. Sesekali ibu subjek yang menjemput subjek ketika pulang sekolah.[74]

Subjek duduk dibangku Sekolah Menengah Atas disalah satu SMA Swasta di kota Sidoarjo. Subjek tinggal bersama dengan kedua orang tuanya. Rumah subjek berada di dekat rumah nenek dan beberapa saudaranya yang lain. Kedua orang tua subjek merupakan orang yang cukup dihormati di desa tempat subjek tinggal. Kakek dan nenek subjek merupakan warga asli dari desa tersebut. Nenek subjek masih sangat berpegang teguh pada adat istiadat dan mitos-mitos dalam masyarakat.[75]

Keluarga yang dimiliki oleh subjek terbilang cukup sempurna karena subjek merupakan anak terakhir, hampir semua yang diinginkan oleh subjek selalu terpenuhi. Subjek bisa dikatakan sangat

[74] Observasi yang dilakukan peneliti di sekitar rumah subjek pada tanggal 8 Desember 2016, pada pukul 14.00 WIB.

[75] Observasi yang dilakukan peneliti di rumah subjek pada tanggal 10 Desember 2016, pada pukul 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

manja karena subjek terbiasa mendapatkan banyak kasih sayang dari seluruh anggota keluarga.

Ayah subjek yang berprofesi sebagai seorang TNI memiliki kebiasaan disiplin yang tinggi dalam keluarga, terutama bagi anak-anaknya. Subjek merupakan anak yang jarang bergaul dengan warga sekitar, bahkan subjek sangat jarang keluar dari rumah untuk berkumpul dengan teman-teman seusianya di daerah rumahnya. Subjek banyak menghabiskan waktu untuk belajar dan hanya main dengan saudara-saudaranya.[76]

Kedua orang tua subjek memiliki aturan yang ketat didalam rumah. Subjek tidak boleh pulang terlambat ketika pulang sekolah dan orang tua subjek lebih suka bila teman-teman subjek untuk main ke rumah subjek, dibanding harus melihat subjek main keluar rumah. Subjek merupakan pribadi yang manja, karena kedua orang tuanya selalu memberikan apa yang diinginkan oleh subjek.[77]

c. Latar Belakang Pendidikan Subjek

Subjek merupakan siswa yang berprestasi. Hal ini tercermin ketika memasuki rumah subjek maka akan terlihat berbagai piaala yang tertata rapi di bufet rumah subjek. Sekolah pertama subjek adalah TK Muslimat NU 84 Tawang Sari yang mana sekolah tersebut tidak

[76] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan orang tua subjek Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2016, pukul, 11.00 WIB.

[77] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan orang tua subjek Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2016, pukul, 11.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terlalu jauh dari rumah subjek. Subjek yang saat itu duduk dibangku TK merupakan siswa yang berprestasi dan berani dalam menjawab semua pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh guru. Hingga ia mendapatkan peringkat dikelas setiap tahunnya.

Setelah lulus dari TK Muslimat NU 84 subjek melanjutkan sekolahnya di SD Muhammadiyah 1-2 Taman Sidoarjo. Disana subjek juga menjadi seorang siswa yang berprestasi mulai dari awal ketika subjek duduk di kelas 1 sampai kelas 6 subjek selalu masuk 5 besar. subjek pernah mendapat juara 3 olimpiade matematika tingkat kabupaten. Subjek melanjutkan sekolahnya sesudah lulus dari SD Muhammadiyah 1-2 Taman Sidoarjo ke SMP Muhammadiyah 2 Taman Sidoarjo. Subjek selalu mendapat peringkat pertama di kelas sampai kelas 9.

Sekarang subjek bersekolah di SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo. Subjek mendapatkan peringkat 5 di kelas 10 dan sekarang subjek duduk di kelas 11.[78]

d. Kondisi Lingkungan Subjek

Subjek banyak menghabisakan waktu di rumah bila tidak sedang bersekolah. Subjek merupakan pribadi yang lebih senang di rumah dari pada harus pergi keluar rumah. Rumah subjek yang dekat dengan saudara-saudara sepupunya membuatnya dekat dengan saudara-

[78] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan subjek di rumah subjek, di Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2016, pukul, 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

saudaranya, walaupun terkadang subjek lebih senang menyendiri menikmati dunianya sendiri.[79]

Subjek yang tinggal dengan kedua orang tuanya dan satu orang kakak menjadi sangat manja dan hampir sering tidak mau membantu orang tua ketika di rumah. Konseling tidak memiliki teman dekat di sekitar rumahnya karena memang subjek merupakan pribadi yang senang dirumah. Subjek tinggal dilingkungan rumah yang para tetangganya sangat dekat dengan keluarganya. Rumah subjek dekat dengan beberapa kos-kosan.[80]

Subjek selalu menghabiskan waktu dirumahnya dengan menonton drama Korea, hal ini selalu subjek lakukan setiap hari ketika ada waktu luang. Kebiasaan subjek ketika pulang sekolah, subjek mengganti pakaiannya, kemuadian makan, setelah makan, subjek menyapu rumah bila tidak ada kakaknya di rumah, kemudian subjek sholat dan mandi, selesai sholat magrib dan mengaji subjek memiliki kesibukan untuk mengajar les di rumahnya. Subjek memiliki 2 orang murid tetap.[81]

e. Kondisi Ekonomi Subjek

Subjek dibesarkan oleh keluarga yang bisa dikatakan berkecukupan. Dikeluarga subjek, hanya ayah subjek yang bekerja,

[79] Observasi yang dilakukan peneliti di rumah subjek pada tanggal 10 Desember 2016, pada pukul 16.00 WIB.

[80] Observasi yang dilakukan peneliti di sekitar rumah subjek pada tanggal 8 Desember 2016, pada pukul 14.00 WIB.

[81] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan subjek di rumah subjek, di Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2016, pukul, 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sedangkan ibu subjek hanya ibu rumah tangga biasa, namun hal tersebut sudah sangat mencukupi kebutuhan keluarga subjek.

Ayah subjek berkerja sebagai Tentara Nasional Indonesia atau TNI. Ayah subjek memiliki pangkat yang bisa dibilang tinggi. Uang jajan yang diberikan ayah subjekpun juga lumayan setiap minggunya. Hal ini juga dapat dilihat dari barang-barang yang dimiliki subjek dirumah.[82]

f. Keadaan Keagamaan Keluarga dan Subjek

Subjek dibesarkan oleh keluarga yang bisa dikatakan cukup agamis. Ayah subjek selalu pergi ke masjid untuk sholat berjama'ah terutama ketika sholat Magrib dan Isya'. Sepulang dari masjid keluarga subjek selalu membaca Al-Qur'an bersama-sama.

Ibu subjek setiap pagi selalu mendengarkan pengajian di radio. Ibu subjek juga aktif dalam kegiatan masjid seperti pengajian, maulid nabi, dan lain sebagainya. Nenek dan kakek subjek selalu berjama'ah di masjid ketika waktu sholat tiba terutama ketika sholat Magrib dan Isya'.[83]

Subjek memiliki kebiasaan mengaji setiap hari setelah sholat Magrib. Setiap malam jum'at atau kamis malam subjek dan keluarga mengadakan tahlil dan membaca surat Yasin bersama-sama. Sholat

[82] Hasil observasi peneliti ketika datang ke rumah subjek pada tanggal 13 Desember 2016, pukul, 16.00 WIB.

[83] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan subjek di rumah subjek, di Desa Krembangan Dusun Penambangan Taman Sidoarjo, wawancara dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2016, pukul, 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dilaksanakan subjek terkadang masih sangat susah untuk dilakukan. Subjek masih sering dimarahi atau terlambat dalam melaksanakan sholat.

g. Keadaan Sosial Subjek

Interaksi sosial keluarga subjek dengan antar teangga sangat berjalan baik dan rukun. Orang tua subjek merupakan keluarga yang cukup dihormati di desa tempat subjek tinggal. Interaksi yang dilamiliki subjek juga lumayan bagus walaupun subjek merupakan pribadi yang lebih sering di rumah. Hal ini terbukti ketika subjek bertemu dengan tetangga sekitar, subjek selalu menyapa tetangganya walau hanya dengan sebuah senyuman dan kata *"monggo.."*.[84]

h. Kepribadian Subjek

Subjek memiliki kepribadian yang humoris walau dengan nada yang sedikit kencang ketika berbicara. Subjek merupakan pribadi yang jarang berbagi berbagai barang-barang yang dimilikinya dengan orang lain. Subjek sangat menyukai *make up*. Subjek merupakan pribadi yang cantik dan menurut pengakuan subjek, di sekolah, subjek memiliki banyak penggemar. Subjek memiliki hobi makan dan berbelanja. Subjek memang memiliki selera makan yang sangat tinggi. Hal ini dapat dibuktikan dengan berat badan subjek yang mencapai 63 kg.[85]

---

[84] Hasil observasi peneliti ketika datang ke rumah subjek pada tanggal 23 Desember 2016, pukul, 15.30 WIB.

[85] Hasil wawancara dengan subjek di rumah subjek pada tanggal 22 Desember 2016, pukul 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Subjek merupakan pribadi yang mudah sekali tersulut emosinya bahkan untuk hal-hal yang kecil. Subjek merasa hal tersebut sudah sangat melekat pada dirinya. hal ini juga terjadi karena banyaknya pengaruh dari luar yang ia dapatkan.

i. Deskripsi Masalah Subjek

Masalah yang dihadapi oleh subjek adalah mengenai emosi yang dimiliki oleh subjek yang sangat mudah untuk muncul keluar. Kemarahan yang ditunjukkan oleh subjek memiliki respon yang beragam dan dengan orang-orang yang beragam pula.

Menurut pengakuan subjek, di sekolah subjek juga merupakan pribadi yang mudah marah bila hal-hal yang dilakukan oleh teman-temannya tidak sesuai dengan apa yang seharusnya dilakukan.[86]

Di rumah, subjek sering kali berbicara kasar kepada kedua orang tuanya. Hal ini dikarenakan komunikasi yang dilakukan anatara orang tua dan subjek sering tidak efektif. Ayah subjek yang sibuk bekerja terkadang sering salah paham dengan apa yang diinginkan oleh subjek. Ibu subjek yang selalu menghabiskan waktu di rumah juga sering kali menjadi sasaran kemarahan subjek.[87]

Kemarahan yang dilakukan subjek memiliki berbagai macam alasan misalnya, subjek yang ingin menghabiskan masa remajanya dengan teman-teman sekolah sering mendapatkan pertentangan dari

[86] Hasil wawancara dengan subjek di rumah subjek pada tanggal 22 Desember 2016, pukul 16.00 WIB.

[87] Hasil Observasi yang dilakukan oleh peneliti di rumah subjek pada tanggal 22 Desember 2016, pukul 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang tua yang lebih banyak khawatir dengan pola pergaulan remaja di zaman yang semakin liar ini, selain itu rasa iri yang dimiliki oleh subjek terhadap kakaknya yang sering diperbolehkan keluar dengan teman-teman, bisa bergaul dengan siapa saja, dan karena kakaknya sering membantu orang tua, subjek merasa bahwa kakaknya sering dibela oleh kedua orang tuanya, selain itu rasa malas, dan karna terlalu dimanja menjadi salah satu penyebab subjek mudah sekali marah.

Orang tua subjek sering salah mengartikan keinginan subjek sehingga subjek sering marah dan berbicara kasar kepada kedua orang tuanya. Subjek sering kali marah pada orang tuanya juga karena subjek merasa iri kepada kakaknya yang diperbolehkan untuk pulang malam dan berteman dengan siapa saja.

Melihat subjek yang marah, semakin tidak efektif pula keadaan rumah subjek. Rumah subjek sering kali terlihat gaduh karena pertengkaran-pertengkaran tersebut. Setiap kali subjek marah, orang tua subjek semakin marah karena subjek yang dinasehati selalu menjawab dengan nada yang kasar dan sering kali terlihat tidak mendengarkan perkataan orang tuanya.[88]

Kemarahan subjek juga muncul ketika subjek rasa barang-barang yang dimilikinya dipakai orang lain, bahkan dipakai oleh orang tuanya sendiri. Subjek yang memiliki kepribadian malas untuk melakukan pekerjaan rumah sering kali bertengkar dengan kakaknya. Bukan

[88] Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di sekitar rumah subjek pada tanggal 7 Desembar 2016, pada pukul 19.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hanya dengan kakaknya, subjek juga sering kali marah dengan ibunya karena memberikan pekerjaan rumah yang begitu banyak kepadanya.

Bentuk-bentuk kemarahan yang sering kali ditimbulkan oleh subjek kepada anggota keluarganya adalah berteriak, membentak, memukul, memarahi dan berkata kasar. Kebiasaan subjek yang dimanja terutama oleh ibunya membuat subjek sering kali memerintah ibunya dengan nada tinggi dan dengan raut wajah yang tidak menyenangkan.[89]

Subjek mengaku, bahwa subjek tidak menceritakan semua rahasianya kepada kedua orang tuanya karena orang tua subjek akan memarahi subjek dan subjek juga akan marah kepada orang tua subjek. Subjek lebih memilih untuk menceritakan rahasianya kepada kakak subjek.

Pernah suatu ketika subjek juga ingin merasakan indahnya masa pacaran ketika duduk di bangku sekolah. Subjek yang mengaku kepada kedua orang tuanya hanya teman dekat. Orang tua subjek memberikan nasihat secara pelan kepada subjek namun, subjek yang salah paham mengenai maksud dari orang tuanya tersebut langsung mengambil tindakan merespon perkataan orang tuanya dengan nada yang tinggi kemuadian masuk kedalam kamar dan membanting pintu kamarnya dengans angat kencang.[90]

---

[89] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan kakak subjek pada tanggal 15 Desember 2016 pukul 16.00 WIB.

[90] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan kakak subjek pada tanggal 15 Desember 2016 pukul 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Subjek juga memiliki mood yang mudah berubah setiap saat. Ketika subjek memiliki mood yang jelek dipagi hari, maka yang akan terjadi adalah subjek akan mengalami mood yang sangat buruk selama sehari penuh.[91]

Orang tua subjek sudah kehabisan akal untuk berbicara dengan subjek, karena subjek berpegang teguh terhadap apa yang dipahami dirinya sendiri. Beberapa kali subjek pernah merasa sangat keterlalulan terhadap apa yang dilakukannya pada kedua orang tua, kakak, ataupun saudara-saudaranya namun, hal tersebut kembali sperti sedia kala dan belum dapat bersikap baik kepada kedua orang tua serta saudara-saudaranya.

3. Deskripsi Konselor

Dalam penelitian dengan metode *research an development* ini adanya konselor sangat diperlukan untuk melengkapi data-data daripada klien. Konselor dalam hal ini adalah mahasiswa program studi bimbingan konseling Islam (BKI) konsentrasi komunitas jurusan Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Secara definisi konselor adalah seseorang yang berusaha untuk membantu klien, bersedia sepenuh hati untuk membantu klien menemukan solusi dari masalah yang sedang dihadapinya atau mengembangkan potensi yang dimiliki klien agar klien menjadi manusia yang bermanfaat baik

[91] Wawancara yang dilakukan peneliti dengan kakak subjek pada tanggal 15 Desember 2016 pukul 16.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam kehidupan saat ini maupun masa depan dan konseling islam (BKI). Adapun identitas diri konselor antara lain:

Nama	: Ariza Pandhini
Tempat Tanggal Lahir	: Sidoarjo, 23 Juni 1995
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Riwayat Pendidikan	:
TK	: TK Aisyiyah Bustanul Athfal Sidoarjo
SD	: SD Muhammadiyah 1-2 Taman Sidoarjo
SMP	: SMP Muhammadiyah 2 Taman Sidoarjo
SMA	: SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo
S1	: Bimbingan dan Konseling Islam UINSA Surabaya

Pengalaman yang dimiliki konselor yakni sebagai motivator siswa berprestasi lewat training *Super Student*. Konselor telah mengisi training sekitar 6 kali di berbagai kota di Indonesia, diantaranya, SMP Khadijah Surabaya, SMPN 2 Lamongan, MTs Jabal Noer Sidoarjo, MA Ma'arif NU Paciran Lamongan, SMP Raden Fatah Gresik, dan ketika konselor melaksanakan KKN di Kota Madiun, konselor melaksanakan proses training di SD Jeruk Gulung 1 Balerejo Madiun.

Pengalaman yang dimiliki oleh konselor lainnya adalah sebagai konselor di SMP Khadijah Surabaya ketika melaksanakan program Pelatihan Pengalaman Lapangan (PPL). Konselor diberi kewenangan untuk menjadi penanggung jawab 5 murid di kelas 8 di sekolah tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Konselor juga pernah menjadi foluntir di sekolah inklusi di surabaya, yakni SDN Inklusi Klampis Surabaya, disana konselor berinteraksi langsung dengan anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus dan anak-anak yang memiliki kemampuan yang sangat luar biasa.

B. Pelaksanaan Pengembangan *Automatic Emotional Regulation* Berbasis Buku Panduan Pintar Mengatur Emosi untuk Menciptakan Komunikasi Efektif Seorang Remaja dalam Keluarga di Desa Kre**mbangan Taman Sidoarjo Pengembangan**

1. Proses Pengembangan *Automatic Emotional Regulation* Berbasis Buku Panduan Pintar Mengatur Emosi untuk Menciptakan Komunikasi Efektif Seorang Remaja dalam Keluarga di Desa Krembangan Taman Sidoarjo

   Sebelum proses pelatihan konselor telah melakukan berbagai macama proses pengumpulan data mulai dari penggalian data mengenai masalah emosi yang biasa dialami oleh subjek sehingga muncul komunikasi yang tidak efektif dalam keluarga. proses penggalian data yang dilakukan konselor yakni dengan cara wawancara, observasiSebelum melaksanakan proses pelatihan, konselor memberikan angket *Pre-test*. Angket yang dicantumkan didalam buku, berdurasi selama 14 hari.[92] Subjek diberi penjelasan oleh konselor untuk mengisi kolom hari dengan nilai yang paling sesuai dengan diri subjek. Nilai tersebut berkisar antara 0-3. Angka 0 untuk tidak pernah, angka 1 untuk kadang-kadang, angka 2 untuk sering, dan angka 3 untuk sangat sering.

[92] Angket tersebut diberikan pada tanggal 12 Desember 2016 kepada subjek.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Proses Pelatihan

Pada proses pelatihan konselor berperan sebagai fasilitator. Proses pelatihan ini dimulai dengan konselor datang ke rumah subjek dengan disaksikan oleh ibu subjek.[93]

Pada proses pelatihan ini terbagi menjadi 3 sesi, yakni sesi pertama mengenai pengenalan, penyampaian tujuan dan pendekatan singkat konselor dengan keluarga subjek dan subjek. Sesi kedua, yakni pemberian pengertian mengenai marah dan penyadaran tentang marah. Pada sesi ketiga, konselor mengajak subjek untuk mempraktekkan tahapan mengatur kemarahan.

Proses pelatihan ini menggunakan buku panduan pintar mengolah emosi yang berjudul *Beautiful Muslimah With Good Emotion.* Berikut tahapan-tahapan yang dilalui oleh konselor dalam memberikan pelatihan kepada subjek.

1) Sesi Pertama (Pendahuluan, Selayang Pandang)

a) Konselor datang ke rumah subjek dan meminta izin serta menyampaikan maksud kepada ibu subjek, bahwa konselor ingin melaksanakan proses pelatihan menggunakan *Beautiful Muslimah With Good Emotion* kepada subjek. Sebelumnya, konselor memperkenalkan secara lebih rinci mengenai pendidikan S1 yang sedang ditempuhnya. Hal ini dilakukan

[93] Proses pelatihan ini dilaksankan di rumah subjek pada tanggal 26 Desember 2016, pada pukul 10.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

agar subjek serta keluarga subjek dapat yakin dan memberikan *trust* pada konselor.

b) Konselor mulai menyampaikan secara rinci mengenai tujuan pemberian pelatihan kepada subjek, yang mana tujuan tersebut adalah mengembangkan *automatic emotional regulation* untuk menciptakan komunikasi efektif dalam keluarga dengan menggunakan buku panduan pintar mengolah emosi *Beautiful Muslimah With Good Emotion.* Sambutan baik didapatkan konselor dari ibu subjek.

c) Pada proses pelatihan konselor memberikan satu buku *Beautiful Muslimah With Good Emotion* yang akan menjadi pegangan subjek dalam proses pelatihan. Sebelum memulai proses pelatihan, subjek diajak untuk berbincang secara terbuka di depan ibu subjek. Konselor pada sesi ini memberikan beberapa pertanyaan mengenai emosi marah yang biasa muncul pada diri subjek. Subjek memberikan jawaban yang paling sering membuatnya marah, orang tua subjek sesekali menanggapi pernyataan yang disampaikan subjek.

d) Setelah obrolan ringan dilakukan secara terbuka, konselor mengajak subjek untuk membuka buku *Beautiful Muslimah With Good Emotion* pada halaman 21. Pada halaman 21 tersebut berisi mengenai angket *pre-test* skala pengukuran marah subjek sebelum mempraktekkan tahapan-tahapan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk mengatur penyampaian emosi secara lebih sehat. Angket tersebut berisi 20 pernyataan dengan 14 kolom hari. Konselor mengecek angket yang telah terisi penuh oleh subjek tersebut.

Materi ini berisi mengenai pengenalan anatara konselor dan subjek. Konselor menjelaskan maksud dan tujuan dari kedatangannya ke rumah subjek. Konselor menjelaskan tentang *curiculum vitage* kepada subjek dan keluarga. konselor memberikan sedikit pandangan mengenai *Automatic Emotional Regulation* kepada subjek dan keluarga subjek. Saat itu ibu subjek yang mendampingi subjek ketika menjalani proses training.

Subjek dalam tahap pertama ini terlihat mendengarkan, namun sesekali masih bermain *Hand phone*. Konselor sesekali mengajak subjek terlibat dalam penjelasan yang diuraikan oleh konselor sepeti, *"Dek Fatin, coba kira-kira apa respon yang akan dek Fatin berikan bila mama atau ayah dek Fatin melarang dek Fatin untuk membawa sepeda motor ketika dek Fatin ingin berangkat kerja kelompok di rumah teman yang jauh?"*. Subjek menjawab, *"yo ngamuk lah mbak, kan soalnya aku pengen bawa motor dewe, buat apa punya motor tapi ga dipakek..!"*. ketika menjawab pertanyaan tersebut terdengar suara subjek yang sedikit lebih tinggi.

Secara keseluruhan pada sesi pertama ini, konselor lebih banyak memberikan pancingan-pancingan serta penjelasan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengenai *Automatic Emotional Regulation* untuk menciptakan komunikasi efektif dalam keluarga.

2) Sesi Kedua (Sudah Benarkah Marah ku?)

a) Sesi kedua pada pelatihan ini, diawali dengan kesimpulan mengenai hal apa yang didapat oleh subjek dari penjelasan sesi pertama.

b) Konselor mengajak subjek membuka buku *Beautiful Muslimah With Good Emotion* pada halaman 1. Pada halaman 1 tersebut berisi judul bab "Astagfirullah, sudah benarkah marah ku ?". Konselor menjelaskan sedikit mengenai maksud kalimat tersebut kepada subjek, bahwa selama ini marah yang dilakukan atau marah yang sering kali keluar dalam diri subjek apakah sudah benar dan tidak melukai hati orang-orang disekitar subjek. Konselor melanjutkan pada halaman selanjutnya, yakni berisi kata-kata penyadaran "Jangan Marah", konselor membacakan isi dari halaman tersebut sambil memberikan beberapa pengandaian kepada subjek mengenai marah-marah yang timbul datang dari bujuk rayu setan.

c) Konselor memberikan ilustrasi yang akan didapatkan oleh subjek apabila subjek mengalami mengeluarkan emosi marah secara berlebihan dan dengan cara yang salah. Ilustrasi tesebut terdapat pada halaman 4. Orang tua, sahabat, dan saudara akan merasa sedih dan sakit hatinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d) Konselor menjelaskan kepada subjek bagaimana cara Rasulullah menangani kemarahannya

e) Tahap terakhir pada sesi ini adalah konselor mengajak subjek untuk membuka halaman 8 yang berisi mengenai manfaat yang akan didapatkan subjek bila subjek mengatur emosinya.

Pada sesi kedua konselor masuk pada materi Astagfirullah, Sudah Benarkah Marahku?. Pada materi ini, secara keseluruhan berisi mengenai refleksi mengenai kemarahan yang muncul karena gangguan dari setan, kemudian merefleksikan perasaan orang-orang yang disakiti. Pada materi ini juga berisi mengenai pengelolaan marah Rasulullah dan manfaat yang akan didapat bila dapat mengelola marah dengan benar.

Pada tahapan ini, subjek terlihat lebih antusias dibandingkan dengan sebelumnya. Subjek membaca dan menyimak buku dengan seksama. Sesekali subjek bertanya mengenai penyampaian marah yang benar.

3) Sesi Ketiga (Tahapan mengelola marah)

a) Konselor merefleksikan kembali mengenai sesi kedua kepada subjek. Hal ini dilakukan konselor untuk mengetahui apakah subjek sudah memahami isi buku *Beautiful Muslimah With Good Emotion.*

b) Konselor melanjutkan kepada sesi selanjutnya mengenai tahapan yang harus dilakukan untuk mengatasi marah yang datang kepada subjek. Terdapat 8 tahapan dalam menciptakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

marah yang benar dan lebih sehat sehingga dapat memunculkan *automatic emotional regulation* dalam keseharian subjek.

c) Konselor mengajak subjek untuk sejenak memejamkan mata, kemudian masuk pada tahapan yang pertama yakni tarik nafas dalam-dalam kemudian, tahan selama beberapa detik, kemudian hembuskan melalui mulut. Hal tersebut dilakukan sebanyak 3 kali, sampai perasaan menjadi lebih tenang.

d) Subjek diajak untuk mengucapkan istigfar setelah menarik nafas dalam-dalam dan mengingat Allah. Konselor mengingatkan kembali kepada klien bahwa perasaan marah datang dari godaan setan.

e) Masuk pada tahapan selanjutnya, yakni membaca ta'awudz sebanyak-banyaknya agar dilindungi Allah dari godaan syetan. Sambil tetap membaca istigfar, subjek di tuntun untuk sadar dan membaca ta'awudz sebanyak-banyaknya.

f) Konselor mengajak subjek untuk menerima dengan ikhlas perasaan marah yang muncul pada diri sendiri, sambil berfikir, tindakan positif apa yang dapat dilakukan oleh subjek ketika marah itu muncul. Konselor memberikan beberapa contoh kepada subjek, seperti memikirkan hal yang menyenangkan, ataupun merapikan barang-barang yang berantakan di dalam rumah maupun di kamar subjek. Konselor menjelaskan lebih lanjut kepada subjek, bila marah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

muncul, kemudian subjek melakukan hal-hal positif seperti merapikan barang-barang di rumah, maka akan timbul kebiasaan yang baik.

g) Bicaralah pada diri sendiri mengenai perasaan marah yang timbul dan carilah alasan mengapa perasaan marah itu muncul. Subjek mulai memikirkan alasan-alasan subjek merasa marah.

h) Setelah memikirkan alasan mengapa marah tersebut dapat muncul, maka hal yang selanjutnya harus dilakukan adalah mengomunikasikan marah tersebut. Konselor mengajak subjek untuk berterus terang ketika mengalami perasaan marah pada seseorang. Bila subjek marah atau merasa tidak pas dengan apa yang diungkapkan orang tua, coba untuk mengomunikasikan dengan kedua orang tua, ajak orang tua untuk duduk dan mendengarkan apa yang subjek maksud. Konselor menyarankan pada subjek untuk menyamakan presepsi subjek dengan presepsi orang tua subjek.

i) Bila perasaan marah masih muncul, maka konselor mengajak subjek untuk melakukan kegiatan positif. Dengan langsung melakukannya. Subjek bila menulis maupun melakukan hal yang sangat disukai oleh subjek.

j) Subjek diajak untuk selalu membiasakan berdzikir dalam kesehariannya agar terhindar dari berbagai macam gangguan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dari setan yang setiap saat mengancam dan agar selalu dilindungi oleh Allah Swt.

k) Terakhir, konselor memberikan sedikit kata-kata mutiara untuk subjek bahwa terbiasa dengan bacaan dan perkataan yang baik akan menuntun ekspresi serta tindakan secara otomatis yang baik pula tanpa harus berpikir terlebih dahulu.

Sesi ke 3 dalam pelatihan ini berisi mengenai tahapan peneglolaan marah yang benar. Sesi ini terdiri dari 8 tahapan. Subjek diberi tugas oleh konselor untuk menyimpulkan isi dari sesi sebelumnya. Pada sesi ini, subjek diajak untuk berdiri dan mempraktekkan tahapan demi tahapan yang ada dalam buku panduan.

Subjek mengikuti semua intruksi dari konselor. Sesekali subjek menanyakan kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi bila melaksanakan tahapan-tahapan dalam mengatur emosi.

Beberapa pertanyaan yang dilontarkan oleh subjek seperti, "*Terus loh mbak... nek misal e yo, aku sudah ngelakuin semua tahapan itu tadi, tapi marahnya ga hilang-hilang gimana mbak?"*, konselor menjawab, *"gini dek, kalo seandaikan hal itu terjadi ya, sampean bisa terapkan seperti yang dicontohkan Rasulullah, terus sampean bisa ulangi yang tahapan untuk terus berdzikir itu dek, intinya, jangan mau ngalah sama setan dek..."*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Diakhir pelatihan, konselor mengingatkan subjek kembali untuk mengisi angket yang ada pada buku panduan pintar mengolah emosi. Sebagai follow up dari pelatihan ini, konselor selalu pergi ke rumah subjek seminggu 2 hari sekali untuk mengevaluasi serta mengingatkan akan tugas-tugas subjek.

b. Evaluasi dan Follow Up

Sebagai follow up dari pelatihan ini, konselor selalu pergi ke rumah subjek 2 hari sekali untuk mengevaluasi serta mengingatkan akan tugas-tugas subjek. Hal ini dilakukan konselor lebih tepatnya ketika subjek pulang sekolah atau pada jam-jam yang dirasa tidak sibuk.

Angket yang tertera dalam buku panduan pintar mengolah emosi tertulis selama 2 minggu. Selama proses penelitian tersebut, konselor bertatap muka dengan subjek sebanyak 7 kali, selebihnya, konselor mengingatkan subjek lewat sms, ataupun *chat* singkat lewat *WhatsApp,* atau *Line.*

c. Pengelolaan Waktu Pelatihan

Proses pelatihan konseling ini dilakukan dalam 3 sesi. Sesi pertama yakni pengenalan dan selayang pandang mengenbai materi pelatihan dan pengukuran tingkat emosi marah subjek dalam keseharian dilakukan sekitar 20 menit, sesi kedua dengan topik, sudah benarkah marah ku? dilakukan selama 50 menit, dan sesi terakhir yakni tahapan dalam melakukan regulasi emosi dilakukan selama 60

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menit. Total waktu yang di gunakan dalam pelatihan ini adalah 130 menit.

Adapun dalam pengelolaan waktu pelatihan dapat dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 3.2
Pengolahan waktu kegiatan pelatihan sesi I
Topik: pengenalan, selayang pandang

No	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1	4 menit	Pengenalan maksud tujuan	Warming up
2	6 menit	Menanyai subjek mengenai emosi yang sering muncul	Pra pelatihan
3	10 menit	Penjelasan singkat mengenai *automatic emotional regulation*	Pra pelatihan
Total waktu : 20 menit			

Tabel 3.3
Pengolahan waktu kegiatan pelatihan sesi II
Topik : Sudah benarkah marah ku?

No	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1	10 menit	Penjelasan tentang datangnya marah	Warming up
2	15 menit	Ilustrasi perasaan orang yang dimarahi	Inti pelatihan
3	10 menit	Penjelasan bagaimana Rasulullah mengatasi marah	
4	15 menit	Manfaat yang didapat dari menahan marah	
Total waktu : 50 menit			

Tabel 3.4
Pengolahan waktu kegiatan pelatihan sesi III
Topik : Tahapan dalam regulasi emosi

No	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1	10 menit	Refleksi materi sesi ke 2	Warming up
2	50 menit	Melakukan tahapan regulasi emosi dari 1-8	Inti pelatihan
Total waktu : 60 menit			

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Lokasi Pelatihan

Penelitian ini dilakukan di desa Krembangan dusun Penambangan Rt 17 Rw 04 Taman Sidoarjo. Penelitian ini lebih tepatnya dilaksanakan di rumah subjek dengan didampingi oleh ibu subjek. Pelatihan dilaksanakan dengan menggunakan media buku *Beautiful Muslimah With Good Emotion.* Pelatihan dilaksanakan dilaksanakan di ruang tamu rumah subjek dengan kondisi lesehan untuk lebih menjalin keakraban dan rasa lebih rileks antara konselor dan subjek.

Pemilihan lokasi penelitian di Desa Krembangan dusun Penambangan ini memiliki beberapa alasan sebagai berikut:

1) Peneliti berasal dari desa yang sama dengan subjek. Pemilihan lokasi tersebut selain menghemat waktu juga dapat biaya dalam proses penelitian.
2) Subjek penelitian merupakan tetangga peneliti yang rumahnya berjarak 30 meter dari rumah peneliti.
3) Peneliti memutuskan untuk mengambil subjek penelitian ini karena rumah subjek yang sering kali gaduh karena beberapa pertengkaran, serta ibu dari subjek yang sering kali mengeluh tentang kebiasaan anaknya.

Berdasarkan 3 alasan tersebut, maka bagi peneliti lokasi penelitian sangatlah sesuai dan dapat dijadikan lokasi penelitian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Hasil Pengembangan *Automatic Emotional Regulation* Berbasis Buku Panduan Pintar Mengatur Emosi untuk Menciptakan Komunikasi Efektif Seorang Remaja dalam Keluarga di Desa Krembangan Taman Sidoarjo Pengembangan

Secara umum dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian *research and development*, dan untuk mendapatkan data penelitian yang maksimal, dalam penelitian ini penulis tetap menggunakan dua metode penelitian yaitu metode penelitian kualitatif untuk mendapatkan data yang bersifat kualitatif.

Peneliti mendeskripsikan data tentang hasil pengembangan *automatic emotional regulation* berbasis buku pintar mengolah emosi untuk menciptakan komunikasi efektif dalam keluarga penulis menggunakan metode kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa hasil observasi lapangan, wawancara peneliti dengan peserta pelatihan atau responden baik wawancara melalui lisan, selain itu hasil angket uji ahli *pre-test* dan *post-test.*

Pelatihan juga melengkapi penyajian data pada penelitian ini. Penyajian data ini peneliti akan mendiskripsikan data yang diperoleh di lapangan terkait fokus penelitian yakni mengembangakan *automatic emotional regulation* berbasis buku pintar mengolah emosi untuk menciptakan komunikasi efektif seorang remaja dalam keluarga di sebuah keluarga di desa Krembangan Dusun Penambangan RT 17 RW 04 Taman Sidoarjo.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada hasil implementasi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki antusias yang besar untuk mengubah kebiasaannya yang mudah sekali tersulut emosinya.

Sebagai *follow up* dari pelatihan yang diberikan konselor kepada subjek penelitian, konselor mengamati subjek dan melakukan beberapa wawancara yang dilakukan kepada ibu dan kakak subjek. Hasil pengamatan yang dilakukan oleh konselor terhadap subjek mendapatkan hasil yakni, subjek terlihat lebih jarang membentak orang tua subjek lagi ketika berbicara, subjek banyak diam dan lebih mendengarkan apa yang akan disamapaikan oleh orang tua subjek.

Menurut orang tua subjek, subjek sudah lebih bisa menjaga emosinya, hal yang paling sering dimunculkan subjek untuk mengatur emosinya adalah, subjek mengatur nafas dan membaca istigfar. Subjek menjadi pribadi yang mau untuk mendengarkan apa yang akan disampaikan oleh orang tuanya terlebih dahulu. Kemudian merespon dengan kata-kata yang tidak sebegitu kasar seperti biasanya.

Menurut kakak subjek, subjek menjadi pribadi yang lebih baik. Tak jarang, subjek mau untuk membantu orang tua, bahkan untuk membantu kakaknya. Bagi kakak subjek, hal ini bekerja sangat sesuai walaupun, belum dalam intensitas selalu dilaksanakan. Hasil angket skala pengukuran marah yang ada dalam buku subjek secara keseharian, memiliki skor sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 3.5
Skoring hasil angket *pre-test*

Pilihan Jawaban	Skala	Hasil
Tidak Pernah	0	0-20 : rendah
Kadang-kadang	1	21-40 : Sedang
Sering	2	41-60 : sangat tinggi
Sangat Sering	3	

Tabel 3.6
Skoring hasil angket *Post Test*

Pilihan Jawaban	Skala	Hasil
Tidak Pernah	0	0-10 : rendah
Kadang-kadang	1	11-20 : Sedang
Sering	2	21-30 : sangat tinggi
Sangat Sering	3	

Tabel 3.7
Angket pengukuran marah dalam 14 hari yang terdiri dari 20 pernyataan setelah di total per-hari.[94]

Hari ke -	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
Total	22	18	17	15	14	15	16	18	19	27	25	21	17	12

Tabel 3.8
Angket *post test* penggunaan buku panduan pintar mengolah emosi dalam 14 hari yang terdiri dari 10 pernyataan setelah di total per-hari.[95]

Hari ke -	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
Total	17	16	16	17	17	17	17	27	17	17	19	21	21	19

Hasil yang didapatkan pada angket *pre-test* dan *post-test* yang telah diisi oleh subjek menunjukkan bahwa dalam kesehariannya, subjek

[94] Daftar pernyataan ada pada bab 4, halaman 108.
[95] Daftar pernyataan ada pada bab 4, halaman 114.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendapatan nilai sedang diatara keduanya. Emosi marah yang dimunculkan subjek masuk pada angka 12-27, hal ini menunjukkan emosi marah yang setiap hari dialami subjek masuk pada tatanan sedang, disini menunjukkan bahwa subjek memiliki bentuk regulasi emosi walupun tidak terlalu terlihat, namun tetap saja membutuhkan regulasi emosi lebih untuk menangani kemarahan agar tidak sampai pada tahapan marah yang lebih tinggi.

Hasil yang ditunjukkan pada tabel *pre-test* menunjukkan bahwasannya, subjek juga memiliki emosi yang sedang dan mengarah pada regulasi emosi yang tinggi, yang mana dalam kesehariannya subjek mendapatkan nilai 16-21. Tentu hal ini merupakan hal yang sangat baik karena subjek benar-benar melaksanakan *treatment* yang telah diberikan oleh konselor.

3. Produk Buku Panduan Mengolah Emosi untuk Menciptakan Komunikasi Efektif dalam Keluarga.

Produk pengembangan *automatic emotional regulation* berbasis buku panduan pintar mengolah emosi untuk menciptakan komunikasi efektif dalam keluarga ini berjudul "*Beautiful Muslimah With Good Emotion".* Judul tersebut sengaja diambil oleh peneliti dengan berbagai alasan sebagai berikut :

a. Kata *Beautiful Muslimah* diambil konselor karena kata *"Beautiful"* yang dalam bahasa Inggris berarti cantik, indah, bagus, elok, sedangkan kata *"Muslimah"* berasal dari bahasa arab yang artinya wanita yang beragama Islam. Sebagai seorang wanita muslimah,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sudah sepatutnya menjaga kecantikan, bukan hanya secara fisik tetapi juga secara rohaniah. Kata "*Beautiful Muslimah"* yang dimaksud konselor disini adalah seorang wanita muslim yang memiliki kecantikan secara kesuluruhan, kecantikan yang akan mencerminkan kepribadian muslim yang sudah sepatutnya dimiliki oleh setiap wanita yang beragama Islam. Cantik dalam bertutur, cantik dalam bersikap, cantik dalam segala aspeknya.

b. Kata "*Good Emotion"* yang diambil oleh konselor berasal dari bahasa Inggris yang artinya "Emosi yang Baik". Emosi yang baik yang dimaksud konselor disini adalah dimana emosi yang meluap-luap dapat diatur sehingga tidak mengganggu tugas-tugas yang seharusnya dilakukan oleh seorang muslimah. Sebagai seorang muslimah, sudah sepatutnya memiliki emosi yang baik, santun dalam berucap, dan dapat menangani kemarahan yang dialami.

c. Dengan mengangkat judul "*Beautiful Muslimah With Good Emotion"* diharapkan subjek dapat menyadaripesan yang ingin disampaikan oleh konselor. Menjadi wanita yang santun dalam perkataan serta perbuatan, dapat menjaga kemarahannya, merupakan hal yang sangat penting dan harus dibiasakan mulai saat ini.

Buku produk pengembangan ini terdiri dari 4 topik yakni: 1) Astagfirullah, sudah benarkah marah ku?, 2) manfaat menahan emosi marah (digabungkan dalam satu bab dengan topik pertama), 3) tahapan mengatur emosi, 4) pengukuran emosi marah dan pengukuran pengaturan emosi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Astagfirullah, sudah benarkah marah ku?

Topik pertama ini, memiliki tujuan untuk menyadarkan para kaum hawa, khususnya subjek mengenai marah-marah yang biasa dimunculkan. Apakah marah yang sering kali muncul tersebut sudah benar dan tidak merugikan banyak pihak?, pesan yang disampaikan dalam topik ini adalah bahwa sebenarnya marah berasal dari gangguan setan, maka bila marah diungkapkan dengan cara yang salah, sama saja selangkah maju mengikuti hawa nafsu yang datangnya dari setan.

b. Manfaat menahan emosi marah

Topik ini memiliki tujuan, agar para wanita muslimah khususnya subjek dapat mengetahui berbagai manfaat yang didapat bila mengatur marah dengan benar.

c. Tahapan mengatur emosi

Topik ini bertujuan agar subjek dapat mengetahui dan mempraktekkan tahapan-tahapan yang dapat dilakukan dalam mengatur emosi, tentunya sesuai dengan syari'at Islam, sehingga mengjadikan subjek pribadi yang santun dan dapat memunculkan emosi yang baik secara otomatis ketika marah.

d. Pengukuran emosi marah dan pengukuran pengaturan emosi.

Topik ini bertujuan agar subjek dapat mengukur kemarahan yang biasa muncul pada diri subjek dan tabel peneraapan tahapan regulasi emosi agar subjek dapat melihat perkembangan regulasi emosi dalam dirinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari tema paket pengembangan produk ini adalah untuk mengatur emosi secara benar sehingga menciptakan respon emosi yang otomatis untuk menciptakan komunikasi yang efekif dalam keluarga, yang didukung dengan anak-anak ang dapat menalankan tugasnya sebagaimana mestinya yakni, patuh kepada kedua orang tua, menghormati, bertutur sopan, sehingga dapat diperaktekkan dengan nyata.

Untuk mengetahui tingkat ketepatan, kelayakan, dan kegunaan buku paket peneliti mengajukan paket produk yang telah ditulis kepada tim uji ahli untuk diadakan analisa. Adapun identitas lengkap penguji ahli sebagai berikut:

a. Penguji I

Nama	: Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd
NIK	: 197008251998031002
Tempat & tanggal lahir	: Malang, 25 Agustus 1970
No Hp	: 085850414494
Riwayat Penndidikan	:

- SD Mergosono Malang 1984
- SMP Singosari Malang 1987
- MA Ma'arif Singosari Malang 1990
- Pendidikan S1 di Jurusan Tarbiyah Bahasa Arab IAIN Sunan Ampel Surabaya tahun 1990-1995

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- Program Pasca Sarjana Magister Pendidikan Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Malang tahun 2008 dan Program S3 juga di UM tahun 2015

Pengalaman Organisasi

- Anggota MUI Kab. Gempol Pasuruan, 2003-2008
- Anggota ABKIN (Asosiasi Konseling Konseling Indonesia) dan IIBKIN (Ikatan Instrumentasi Bimbingan Konseling Indonesia) tahun 2005
- memiliki Sertifikat Izin Praktek Tes Psikologi Pendidikan tipe A/B (No: 0243/Iz.Pr/PP-IIBKIN/VIII/2005*)* pada Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Malang Tahun 2005

Pengalaman kerja

- Asisten Dosen di Fakultas Tarbiyah Bahasa Arab 1995 – 1997
- Pegawai Negeri di Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya 1998
- Peserta Pelatihan Dosen Internasional di Damaskus Siria. 1999
- Peserta Program Sandwich Like Tahun 2010 di Universitas Queensland Australia.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Penguji II

Nama	: Dra. Psi. Mierrina, M.Si
NIP	: 196804132014112001
Tempat & tanggal lahir	: Surabaya, 13 April 1968
Alamat	: Kompleks Griyo Mapan Santoso, Jl. Griyo Mapan Utara III / AK-09, Tropodo-Waru, Sidoarjo
No Hp	: 031-8664607 / 081331378731
Pengalaman Kerja	:
1996 – sekarang	: Konsultan dan trainer di lembaga psikologi SIGNAL MANDIRI
2002 – sekarang	: Dosen di Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya
2003 - sekarang	: Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi Prodi BKI dan Dosen Fakultas Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya
2008 - sekarang	: Praktek Psikologi di Out Patient Department Siloam Hospital Surabaya (A Division of PT. Lippo Karawaci, Tbk), spesialisasi Klinis Anak
2008 – sekarang	: Menjadi narasumber parenting seminar dan masalah anak berkebutuhan khusus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2016 – sekarang : Mengelola lembaga nirlaba pengabdian masyarakat “Rumah Harapan”

Penggunaan buku panduan pintar mengolah emosi ini selain telah sesuai menurut para tim penguji ahli, berdasarkan hasil rekapitulasi uji ahli pada lembar angket uji ahli produk yang diberikan oleh peneliti, produk yang ditulis peneliti ini dapat dikatakan tepat dan bermanfaat karena dapat membantu subjek dalam mengatur emosi dan bersikap selayaknya wanita muslimah yang seharusnya. Sebagaimana hasil dari angket uji ahli yang menyetujui ketepatan isi dari materi buku tersebut.

Meskipun produk ini sudah tepat dan bermanfaat sebagaimana yang tertulis dalam lembar deskripsi tim uji ahli, namun secara prosedur atau praktik pelatihan perlu diadakan perbaikan. Sebagaimana yang disampaikan oleh tim uji ahli yakni, perlunya mengurangi tulisan-tulisan deskriptif dan lebih banyak penambahan gambar dalam setiap halaman, selain itu masih banyak kesalahan penulisan kata yang tidak sesuai dengan ejaan yang disempurnakan (EYD).

Sesuai dengan apa yang di paparkan oleh penelit, penilaian produk ini juga diberikan kepada orang tua dan subjek yang gunanya untuk mengetahui tingkat kepuasan atau keefektifan dalam penggunaannya. Sesuai dengan hasil angket mengenai produk tersebut, maka dapat diambil kesimpulan, yakni subjek merasa puas dengan apa yang ada dibuku karena sangat tahapan dlam buku mudah diingat dan buku tersebut banya membantu dalam berbagai perubahan sikap yang dilakukan oleh subjek.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ibu subjek yang memberikan penilaian mengenai produk ini juga berpendapat bahwa penggunaan produk ini dirasa cukup efektif karena subjek sudah mulai berubah dengan mau mendengarkan apa yang ingin dikatakan kedua orang tuanya, tidak memotong pembicaraan dengan berteriak atau berkata kasar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id