

















































pernah merasakan ketakutan. Oleh sebab itu tidak dapat dipungkiri bahwa takut termasuk dalam emosi pada manusia.

Ketakutan dibedakan menjadi dua bagian. Yang pertama takut yang muncul secara naluriah. Ketakutan ini muncul sebagai insting makhluk hidup. Sebagai contoh ketika menyeberang jalan kita akan menoleh ke kanan atau ke kiri untuk memastikan tidak ada kendaraan yang akan mencelakai kita. Takut alamiah ini berdasarkan fakta dengan parameter yang jelas sehingga manusia memiliki antisipasi untuk melakukan tindakan.

Ketakutan yang kedua adalah tipe ketakutan yang bersifat fiksi atau tidak nyata, dimana seseorang merasa takut dengan keadaan yang belum tentu terjadi. Misalnya, ketika seseorang takut berbicara di depan umum dengan anggapan bahwa orang-orang akan mencemooh dirinya padahal itu belum tentu terjadi. Oleh sebab itu dia memilih diam dan mencari aman.

Biasanya takut yang bersifat mental seperti ini muncul karena standar, aturan dan keyakinan yang dibuat manusia. Kita merasa gagal karena tidak mampu memenuhi standar tersebut. Ketakutan yang sebenarnya hanya anggapan ini bisa menjadi kenyataan jika berlarut-larut.

Penyebab emosi takut adalah keberadaan yang berpotensi membahayakan diri. Ancaman tersebut dapat berupa rasa sakit, terhina,







terbentuk rasa percaya diri serta konsep diri yang positif. Hal ini merupakan tanda keberhasilan terapi menggambar dalam membentuk konsep diri positif anak.

- a. Persamaan: pada penelitiannya, Miftakhul Illiyah dan kami sama-sama menggunakan terapi menggambar
- b. Perbedaan: yang membedakan penelitian kami dengan penelitian Miftakhul Illiyah di atas adalah penggunaan metode penelitian. Penelitian di atas menggunakan jenis penelitian kualitatif sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif.

2. Pengaruh Aktivitas Menggambar terhadap Perilaku Agresif Anak Usia 3-6 Tahun di PAUD Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Ayu Fatmawati, Naskah Publikasi, Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah, Yogyakarta. 2014. Hasil dari perhitungan homogenitas didapatkan nilai t tabel  $-12,758$  dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000$  lebih kecil dari  $0,05$  sehingga hipotesis dalam penelitiannya diterima. Dengan demikian menggambar memiliki pengaruh efektif dalam mengurangi perilaku agresif anak usia 3-6 tahun di PAUD Sariharjo, Ngaglik, Sleman.

- a. Persamaan: penelitian oleh Ayu Fatmawati dan penelitian kami sama-sama menggunakan media menggambar sebagai intervensi.
- b. Perbedaan: peneliti menjadikan emosi negatif sebagai variabel Y sedangkan dalam penelitiannya, Ayu Fatmawati menggunakan perilaku agresif sebagai variabel Y.

3. Efektifitas Terapi Menggambar untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Yogyakarta, Zul Chairani, Penelitian, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, 2014. Hasil dari penelitian tersebut dikatakan lima dari enam aspek kebermaknaan hidup terpengaruh oleh terapi menggambar sebesar 55%. Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen memiliki perbedaan yang signifikan berdasarkan perolehan skor *pre test* dan *post test*.

- a. Persamaan: Penelitian yang dilakukan oleh Zul Chairani ini juga menggunakan terapi menggambar sebagai treatment dalam menangani masalah dalam penelitiannya. Selain itu metode penelitiannya pun menggunakan *pre test-post test control group design* seperti halnya yang peneliti gunakan.
- b. Perbedaan: meskipun treatment dan metode penelitian yang digunakan memiliki kesamaan, dalam penelitian Zul Chairani tersebut terapi menggambar digunakan sebagai terapi untuk meningkatkan kebermaknaan hidup. Sedangkan pada penelitian ini terapi menggambar dilakukan dalam mengurangi emosi negatif.

Dengan demikian, penelitian yang diangkat oleh peneliti saat ini dengan judul “Efektivitas Konseling dengan Terapi Menggambar untuk Mengurangi Emosi Negatif siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Al-Mukhlisin Ciseeng-Bogor” tentunya bersifat orisinal serta memiliki nilai urgensi besar untuk diteliti dan diketahui hasilnya.

