


HAMBATAN EMOSI DAN PRILAKU

Materi Perkuliahan
Jurusan LB FIP UPI

KONSEP EMOSI

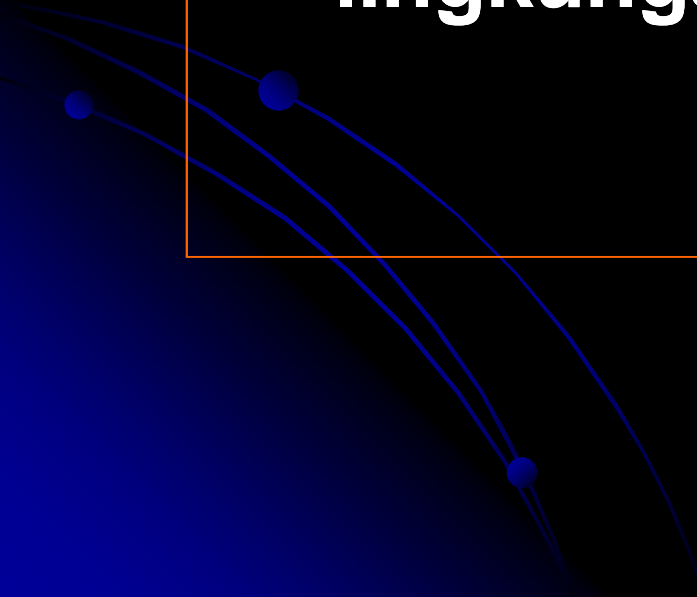
- 1. Chaplin (2002): Merupakan suatu reaksi kompleks yang mengait satu tingkat tinggi kegiatan dan perubahan-perubahan secara mendalam serta dibarengi perasaan yang kuat atau disertai keadaan afektif.**

2. Goleman (1995); Perasaan atau afeksi yang melibatkan kombinasi antara gejala fisiologis (seperti denyut jantung yang cepat) dan perilaku yang tampak (seperti senyuman dan ringisan).



3. Crow and Crow (1962):
Sebagai suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai “*inner adjustment*” (penyesuaian diri dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu

**3. Wiliam James (dalam Wadge):
Adalah kecenderungan untuk
memiliki untuk memiliki perasaan
yang khas bila berhadapan dengan
obyek tertentu dalam
lingkungannya.**



***GAMBARAN REAKSI
PSIKOLOGIS DAN FISIOLOGIS
YANG TAMPAK
DALAM PRILAKU ADJUSTMENT.***

HUKUM-HUKUM EMOSI

1. Hukum makna sosial; situasi harus cocok atau sesuai dengan struktur kognitif, yang oleh orang tersebut akan diberikan emosi.


**Misal; jatuh cinta – romantis,
kematian – sedih**

2. Hukum kepedulian; emosi merupakan pengalaman subyektif yang muncul sebagai respon terhadap peristiwa yang penting bagi tujuan, motivasi dan kepedulian individu.

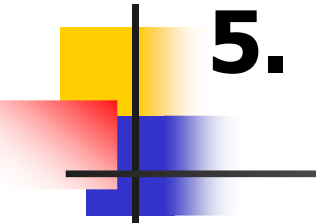
Orang yang ingin menjadi dokter; akan timbul kebanggaan, tetapi kalau gagal akan timbul perasaan malu.

3. Hukum realitas yang nyata; emosi hanya didatangkan pada tingkatan dimana situasi-situasi itu tampak nyata atau seperti nyata.

Orang yang menjadi juara KDI; akan membayangkan mendapat SMS banyak, hadiah dan menjadi orang ngetop – Maka akan dipelihara.



4. Hukum perubahan yang diharapkan; emosi tidak hanya difatangkan oleh banyaknya kondisi yang diharapkan atau tidak diharapkan, tetapi juga oleh perubahan-perubahan kondisi nyata atau yang diharapkan. Misal; seseorang yang lulus seleksi akan senang karena sesuai harapan.



5. Hukum kebiasaan; yaitu kecenderungan untuk melanjutkan kebiasaan-kebiasaan baik yang memuaskan atau sebaliknya.

Misal; orang yang puas karena berhasil mendaki gunung, maka ia ingin mendaki lagi. Orang yang gagal bercinta maka akan patah hati.

**6. Hukum perbandingan perasaan;
bahwa intensitas emosi tergantung
pada hasil sekarang dan
sebelumnya.**

**Contoh; orang berusaha lalu gagal,
lalu berusaha lagi dan berhasil maka
akan menjadi menyenangkan.**

**7. Hukum kepuasan asimetri;
bahwa kepuasan selalu
berhubungan dengan
perubahan dan hilang bersama
kepuasan yang terus- menerus.**

**Contoh; Orang yang selalu berhasil
dalam suatu usaha / pekerjaan,
maka tidak akan menurut pada saran-
saran para ahli.**




8. Hukum pemeliharaan momentum emosional; bahwa emosi dipelihara oleh peristiwa emosional yang luar biasa (tragis).

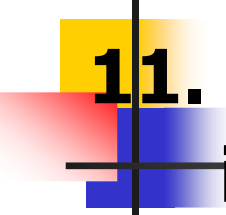
Contoh; Orang melihat air gemericik, ia akan ingat pada peristiwa tsunami.

9. Hukum keabsolutan; emosi cenderung absolut dan tidak dipengaruhi oleh kebutuhan atau hal-hal lain.

Contoh; Orang yang ingin menjadi PNS akan berusaha sekuat tenaga dengan berbagai cara sekalipun risikonya dipecat.

10. Hukum kepedulian terhadap konsekwensi; emosi diarahkan oleh hasil akhir yang akan diperoleh bila berhasil atau sebaliknya (gagal). Contoh; karena ada pembalasan besar – besaran, kemudian tidak jadi menyerang.





11. Hukum beban paling terang; ketika individu mengalami emosi yang negatif, maka cenderung untuk mencari alternatif lain untuk menginterpretasikan peristiwa itu dalam rangka mereduksi emosinya. Contoh; Orang yang melakukan penolakan/menghibur diri dengan harapan – harapan yang sifatnya hayalan.

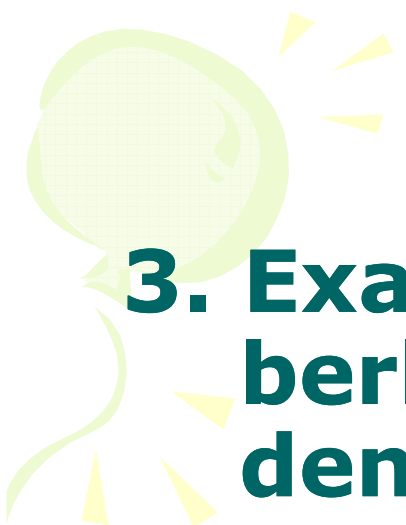
**12. Hukum keuntungan terbesar;
bila seseorang mengalami
emosi positif, cenderung untuk
mencari jalan lain untuk
memaksimalkan emosinya.
Contoh; jika petinju berhasil ia
akan berkata itu usaha saya.**

JENIS-JENIS GANGGUAN EMOSI

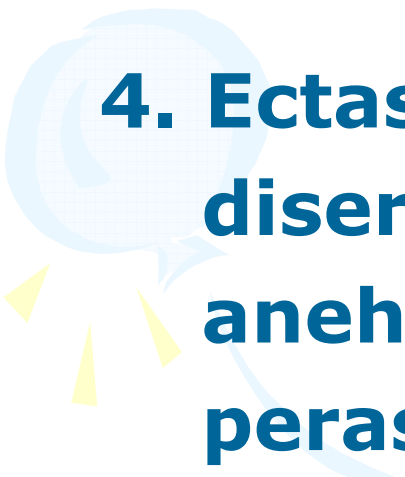
Menyenangkan:

- 1. Euphoria; emosi yang menyenangkan dalam tingkatan yang sedang. Gejalanya; optimis, percaya diri, riang gembira, merasa senang, dan bahagia yang berlebihan**


2. Elasi; emosi menyenangkan yang setingkat lebih tinggi dari euphoria. Gejalanya; rasa senang dan percaya diri terbayang pada wajahnya. Keadaannya mungkin menimbulkan rasa sedih dan tidak bahagia, tetapi cenderung dikesampingkan. Emosi ini labil sehingga mudah tersinggung



3. Exaltasi; yaitu elasi yang berlebihan, sering disertai dengan waham kebesaran.




4. Ectasi; yaitu emosi senang yang disertai dengan rasa hati yang aneh, penuh kegairahan, perasaan aman, damai, dan tenang. (Merasa hidup baru kembali).



Gangguan emosi yang lain

1. **Anhedonia; yaitu ketidakmampuan merasakan kesenangan , tidak timbul perasaan senang dengan aktivitas yang biasanya menyenangkan.**
2. **Kesepian; yaitu merasa diri ditinggalkan, merasa tidak memiliki kawan, merasa tidak ada orang lain yang menyapanya.**


- 3. Kedangkalan; yaitu kemiskinan afek dan emosi secara umum. Afek atau emosinya datar, tumpul, atau dingin (hanya sedikit kelihatan gembira atau berekpresi sedih).**
- 4. Afek dan emosi yang tidak sesuai/wajar; yaitu gangguan emosi ditandai dengan jelas adanya perbedaan antara sifat emosi yang ditunjukkan dengan situasi yang menimbulkannya (reaksi emosi tidak patut).**



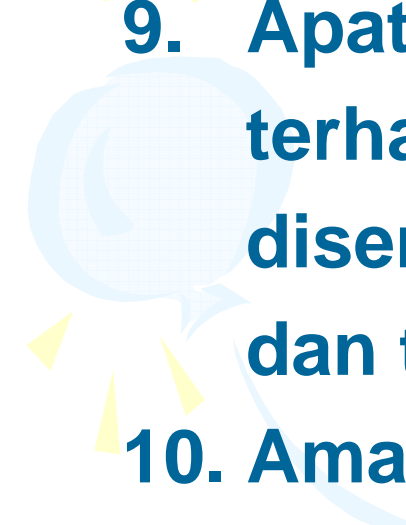
5. Afek dan emosi labil; berubah-ubah secara cepat tanpa pengawasan yang baik (tiba-tiba marah/menangis).

6. Variasi afek dan emosi sepanjang hari (depresi lebih kuat pada pagi/siang hari, tetapi sorenya menjadi berkurang).


7. Afek yang terlalu kaku (rigid); mempertahankan terus menerus keadaan rasa hati sekalipun ada rangsang yang biasanya menimbulkan jawaban emosi yang berlainan



8. Ambivalensi; ketidaktepatan perasaan atau emosi pada seseorang, benda atau sesuatu hal.



9. Apati; berkurangnya afek dan emosi terhadap sesuatu atau semua hal disertai dengan perasaan terpenghina dan tidak peduli.



10. Amarah; suatu bentuk kemurkaan atau permusuhan yang sering dinyatakan dalam bentuk agresi

11. Depresi; yaitu perasaan sedih tertekan, gejala psikis; sedih, susah, tak berguna, gagal, dll.


12. Kecemasan; yaitu jawaban emosi yang sifatnya antisipatif, jawaban awal sebelum ada pertanyaan . Gejala psikis; perasaan gundah, khawatir, gugup, tegang, dll.

EMOSI DAN TINGKAH LAKU BAGIAN DARI KEPRIBADIAN

Konsep Kepribadian

Allport (1971); Individu merupakan kesatuan tersendiri yang terpisah dari lingkungannya. Individu sebagai pribadi adalah suatu organisasi yang akan menentukan corak penyesuaian diri yang unik terhadap lingkungannya. Jadi tingkah laku individu sekaligus menggambarkan pribadi seseorang.


**Individu mengalami gangguan emosi,
karena;**

- 1. Pemahaman diri (konsep diri) yang tidak tepat**
 - 2. Tugas perkembangan dan kematangan moral anak.**
 - 3. Kematangan emosi.**
- 



Tentang Perkembangan Pemahaman Diri Anak

- **Anak mengalami gangguan emosi dan perilaku dapat disebabkan karena kegagalan dalam memahami diri.**
- **Awater (1987) konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, meliputi persepsi tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya.**

- **Konsep diri;**
 - **Body image, kesadaran tentang tubuhnya, yaitu bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri.**
 - **Ideal self, bagaimana cita-cita dan harapan mengenal dirinya.**
 - **Social self, yaitu bagaimana orang lain melihat dirinya.**
- 

Perkembangan Moral (Santrock; 1995)

Teori Psikoanalisa;

Kepribadian terbagi menjadi id, ego, dan super ego. Id unsur biologis yang irrasional dan tidak disadari, ego aspek psikologis yang rasional dan disadari namun tidak memiliki moralitas, superego aspek sosial berisikan system nilai dan moral yang mampu memperhitungkan benar atau salahnya sesuatu. Perkembangan moral superego terbentuk dengan sempurna pada usia 5 tahun.

Teori Belajar sosial

Perkembangan moral anak berkembang melalui proses belajar dengan lingkungan. Bila anakdiberi

penguatan atas perilaku yang sesuai denganaturan

dan kontrak sosial, mereka akan mengulangi perbuatannya. Sebaliknya jika mereka diberikan

hukuman atas perilaku yang tidak bermoral maka

akan mengurangi atau tidak melakukannya.

- **Teori Kognitif**

- **Usia 6-9 tahun, anak menghormati ketentuan permainan sebagai sesuatu yang bersifat suci dan tidak dapat dirubah, ia yakin jika aturan dilanggar maka hukuman akan dijatuhkan.**

Usia 9-12 tahun, anak mulai sadar bahwa aturan adalah buatan manusia. Dalam menerapkan hukuman harus mempertimbangkan maksud pelaku serta akibatnya.



Teori Kohlberg

Prakonvensional moralitas

Anak mengenal moralitas berdasarkan dampak yang ditimbulkan oleh suatu perbuatan, yaitu (hadiah) atau menyenangkan, atau menyakitkan (hukuman).

Konvensional

Anak mulai menyadari bahwa suatu perbuatan dinilai baik apabila mematuhi harapan otoritas atau kelompok sebaya



Pasca konvensional

Aturan dan institusi dari masyarakat tidak dipandang sebagai tujuan akhir, tetapi diperlukan sebagai subyek. Anak mentaati aturan untuk menghindari hukuman.

GANGGUAN EMOSI

- **Teori Lingkungan: penyakit mental disebabkan berbagai kejadian yang menimbulkan stres. Gangguan emosi karena faktor lingkungan.**

-
- **Teori Afeksi: perasaan bawah sadar yang menjadi sumber penyebabnya.**
 - **Teori Kognitif: pendapat yang salah (cara pandang individu) terhadap sesuatu masalah.**

- **Neurotik behaviour (perilaku neurotik); mudah dihindangi perasaan sakit hati, marah, cemas, agresi, rasa bersalah.**
- **Psychotik processes; mereka sudah menyimpang dari kehidupan nyata, tidak memiliki kesadaran diri dan identitas diri.**

GANGGUAN PRILAKU

Klasifikasi Dimensional

Menurut skala rating (The Devereuk Elementary School Behavior) terdapat 140 tingkah laku, 47 diantaranya berkorelasi dengan prestasi dan mengandung unsur penyimpangan dari populasi normal.

Penyimpangan prilaku yang sering terjadi di kelas:

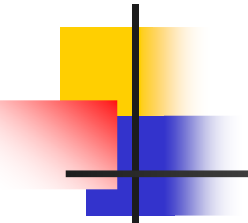
- ◆ **Mengganggu di kelas**
- ◆ **Tidak sabaran – terlalu cepat bereaksi**
- ◆ **Tidak menghargai – menentang**
- ◆ **Menyalahkan orang lain**
- ◆ **Kecemasan terhadap prestasi sekolah**
- ◆ **Dependen pada orang lain**
- ◆ **Pemahaman yang lemah**
- ◆ **Reaksi yang tidak sesuai**
- ◆ **Melamun, tidak ada perhatian, dan menarik diri.**

Klasifikasi Berdasarkan Jenis Penyimpangannya

- **Dilihat dari aspek kepribadian (1) mengalami gangguan emosi yaitu mengalami kelainan perkembangan emosi (2) mengalami gangguan sosial yaitu mengalami kelainan penyesuaian diri dalam pergaulan.**

- 
- 
- **KEPRIBADIAN MATANG, SEHAT-TIDAK SEHAT**
 - **DAN ABNORMAL**

Kepribadian Matang

- 
- **Berarti memiliki kedewasaan emosional maupun sosial yang diaplikasikan dalam tingkah laku, yakni (a) Tahu memilih apa yang harus diperbuat dalam situasi yang berlainan. (b) Ambil bagian dalam kegiatan bersama yang beragam, mempelajari keahliannya untuk kegiatan. (c) Menyadari tanggung jawab terhadap orang lain supaya dapat hidup bersama secara harmonis.**

Kepribadian sehat dan Tidak Sehat

Kepribadian Sehat

- Kepercayaan mendalam pada diri sendiri dan orang lain.
- Tidak ragu-ragu, tidak pemalu, dan berani.
- Inisiatif berkembang dan tidak selalu merasa dirinya bersalah.
- Bersikap jujur terhadap diri sendiri.
- Mampu berdedikasi – penyerahan diri secara tepat.
- Senang kontak dengan sesama.
- Generatifitas (keibu-bapakan).
- Integritas.

Kepribadian tidak/Kurang sehat

- **Tidak mampu melakukan persahabatan, mengisolasi diri.**
- **Daya konsentrasi buyar, tidak tekun, banyak melamun.**
- **Penyangkalan terhadap nama, asal usul, suku bangsa, dll.**
- **Tidak mampu memperjuangkan diri, kadang timbul keinginan untuk mengakhiri hidup.**
- **Sifat ingin membalas dendam.**

Prilaku abnormal dan Kepribadian Abnormal

- **Prilaku Abnormal**
 - **Pelanggaran terhadap norma sosial**
 - **Ketidak senangan pribadi**
 - **Prilaku maladaptive**
 - **Gejala salah suai (maladjustment)**
 - **Tekanan batin**



Anak dikategorikan memiliki

gangguan emosi dan perilaku

(Tunalaras), jika memenuhi 4 kriteria;

- 1) Frekwensi kejadian,**
- 2) Intensitas kejadian,**
- 3) Durasi atau waktu kejadian, dan**
- 4) Kadar perilaku bertentangan dengan norma sosial.**

Kepribadian abnormal

- Gangguan neurosis (kecemasan, gangguan fobia, dan gangguan kompulsif obsesif / mengulang-ulang perbuatan).
- Gangguan psikosis dengan pola reaksi schizophrenis (pribadi ganda, acuh pada lingkungan), reaksi paranoid (menyerang).
- Percobaan bunuh diri, dengan pola depresi, krisis hubungan interpersonal, kegagalan dalam evaluasi diri, konflik batin, kehilangan makna dan harapan hidup.