

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perbuatan individu pada umumnya disertai oleh perasaan – perasaan tertentu, yaitu perasaan senang atau tidak senang. Perasaan senang atau tidak senang yang selalu menyertai perbuatan individu sehari-hari ini disebut warna efektif. Warna efektif ini kadang – kadang lemah atau samar – samar saja. Dalam hal warna efektif yang kuat maka perasaan – perasaan menjadi lebih mendalam, lebih luas, dan lebih terarah. Perasaan – perasaan ini disebut emosi (dalam Sarlito, 1996).

Emosi berkembang semenjak individu lahir. Emosi muncul pada awal kehidupan, mulai bayi menunjukkan reaksi yang umum atas rangsangan yang diterimanya kemudian ia mulai dapat membedakan rangsangan yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Dan semakin berkembang seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan individu tersebut.

Pada anak – anak merupakan masa usia dimana ia sedang mengalami pembelajaran dalam memahami suatu emosi, hingga menekan atau menyembunyikan reaksi emosional negatif. Masa remaja adalah suatu periode peralihan, yaitu masa peralihan dari masa anak – anak ke masa dewasa. Hal ini berarti bahwa anak pada masa ini harus meninggalkan

segala sesuatu yang bersifat kekanak – kanakan dan juga harus mempelajari sikap yang ditinggalkan. Pada periode ini terjadi perubahan – perubahan besar mengenai kematangan fungsi – fungsi, baik rohani maupun jasmani. Pada masa remaja ini juga sudah mulai mempunyai kematangan emosional, dengan kematangan emosional yang dimilikinya anak sudah bisa mengontrol emosinya dan mampu menyatakan emosinya dengan secara konstruktif dan kreatif (dalam Yusuf, 2000).

Masa dewasa merupakan masa peralihan dari masa ketergantungan menuju kemandirian. Sehingga masa dewasa merupakan masa yang paling penting dalam hidup individu. Selain itu, juga mengalami transisi secara fisik, intelektual dan peran sosial. Masa ini kematangan emosi memegang peranan yang sangat penting, sehingga harus bisa menempatkan diri pada situasi yang berbeda

Kematangan emosi merupakan aspek yang sangat dekat dengan kepribadian. Bentuk kepribadian inilah yang dibawa individu dalam kehidupan sehari – hari bagi diri dan lingkungan. Individu dapat dikatakan telah matang emosinya apabila telah dapat berpikir secara objektif. Kematangan emosi merupakan ekspresi emosi yang bersifat konstruktif dan interaktif. Individu yang telah mencapai kematangan emosi ditandai oleh adanya kemampuan didalam mengontrol emosi, mampu menampakkan emosi disaat dan tempat yang tepat.

Kematangan emosi merupakan kemampuan menerima hal-hal negatif dari lingkungan tanpa membalasnya dengan sikap yang negatif pula, melainkan dengan kebijakan. Maksudnya adalah jika seseorang menemui situasi negatif orang tersebut tidak lantas membalas dengan emosi yang negatif, tetapi ia akan menelaah dan memikirkan reaksi yang akan dikeluarkan agar tidak berdampak negatif pula sehingga emosi yang keluar adalah kebijakan. Jadi sebenarnya kematangan emosi amat penting ketika manusia menghadapi atau berhubungan dengan orang lain. Dimana emosi yang ditampilkan akan berdampak pada diri sendiri atau orang lain.

Perkembangan kematangan emosi yang dimiliki individu sejalan dengan penambahan usia, perbedaan jenis kelamin, pola asuh orang tua serta lingkungan individu tersebut. Hal ini dikarenakan kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang, baik perempuan maupun laki – laki. Ketika usia semakin tua, kadar hormonal dalam tubuh turut berkurang, sehingga mengakibatkan penurunan pengaruhnya terhadap kondisi emosi. Namun demikian, dalam hal ini tidak menutup kemungkinan seseorang yang sudah tua, kondisi emosinya masih seperti orang muda yang cenderung meledak- ledak. Hal tersebut dapat diakibatkan karena adanya kelainan- kelainan di dalam tubuhnya, khususnya kelainan anggota fisik. Kelainan yang tersebut dapat terjadi akibat dari pengaruh makanan yang banyak merangsang terbentuknya kadar hormonal.

Dalam kematangan emosi perlu adanya penyesuaian diri yang baik, kemampuan untuk berfungsi sebagai individu yang dapat bergantung pada diri sendiri, harus dikembangkan secara bertahap dan terus menerus seiring bertambahnya umur serta kedewasaannya. Setiap pribadi dalam kehidupannya selalu mengalami perubahan secara terus menerus oleh karena itu diperlukan adanya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada disekitarnya. Untuk bisa mengontrol emosi tersebut suasana lingkungan, suasana keluarga maupun, lingkungan masyarakat sekitar yang berhubungan dengan proses – proses sosialisasi yang dapat membentuk individu untuk menjadi pribadi yang matang. Dengan bertambahnya usia yang disertai dengan pengalaman – pengalaman dalam menjalankan kehidupan individu diharapkan lebih matang dalam menggunakan emosionalnya.

Manusia dalam melakukan proses interaksi dengan lingkungannya dapat dipastikan pernah mengalami saat-saat dimana ia merasa sangat marah, jengkel, benci, dan sebagainya terhadap perlakuan orang yang dinilainya tidak adil, tidak pantas atau tidak pada tempatnya. Pada saat yang lain, ia merasa bahagia, tentram atau puas berkat adanya faktor-faktor tertentu yang membuatnya demikian. Tidak jarang peristiwa – peristiwa yang dialami manusia menjadikannya menangis tersedu-sedu, muka pucat pasi atau merah padam, nada bicaranya terputus-putus, bergetar seluruh tubuhnya, melompat kegirangan, berteriak, dan sebagainya.

Di dalam kehidupan manusia sebagai makhluk individu dan sekaligus makhluk sosial yang senantiasa melakukan hubungan interpersonal dengan sesamanya, termasuk dengan hewan peliharaan mereka. Dalam hubungan itu dipastikan adanya berbagai pengalaman yang dapat menimbulkan aneka jenis emosi yang ditandai dengan berbagai ekspresi yang berbeda. Ekspresi tersebut dapat berupa perubahan raut muka, nada suara, gerakan tubuh, dan aneka isyarat lainnya kepada hewan peliharaannya, yaitu kucing.

Mengetahui dan mempelajari bagaimana menghadapi tekanan dalam hidup adalah hal yang sangat penting bagi kesehatan pikiran, tubuh dan jiwa. Kegiatan yang dapat menghilangkan stress bisa juga seperti istirahat, relaksasi dan mencintai seekor kucing. Menurut People & Pet Survey yang di lakukan di Australia tahun 1994, memelihara seekor kucing dapat menghilangkan kesepian, 58% subjek mengatakan bahwa mereka bersahabat dengan memelihara hewan, 79% mengatakan mereka merasa tenang bersama hewan peliharaan mereka saat situasi sedang buruk dan 91% mengatakan mereka merasa dekat dengan hewan peliharaan mereka.

Menurut State University of New York (dalam Citra Listya Rini, 2013) manusia yang memiliki hewan peliharaan tekanan darahnya akan cenderung lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak memiliki hewan peliharaan. Dalam studi yang dilakukan University of Wisconsin – Madison, segera dianalisa darahnya dan dilakukan perbandingan dengan

darah dari bayi yang sama setahun kemudian. Jika terdapat anjing dalam rumah, anak – anak semakin kecil mendapatkan alergi binatang, mereka juga jarang sekali terkena ruam, serta memiliki sistem imun yang lebih tinggi. Mempunyai hewan peliharaan merupakan salah satu obat penghilang stres yang sangat mujarab. Kesibukan keseharian dari rutinitas pagi sampai sore setiap harinya pasti akan membuat orang menjadi bosan dan jenuh, dengan merawat hewan dirumah tentunya kejenuhan dan juga kebosanan ini dapat diatasi. Salah satu studi di Amerika meneliti bahwa hubungan antara pemilik dan juga hewan peliharaannya dapat menimbulkan dampak positif bagi kesehatan sang pemilik. Kesehatan orang yang memelihara hewan dirumahnya berbeda dengan orang yang tidak memelihara hewan dirumahnya. Fakta – fakta yang mengejutkan muncul dalam penelitian yang dilakukan oleh para peneliti di Amerika mengenai hubungan hewan dengan yang memeliharanya.

Individu yang memelihara hewan cenderung akan mempunyai *mood* yang lebih baik daripada mereka yang tidak memelihara hewan. Hewan peliharaan dapat menjadi *mood booster* atau peningkat mood atau suasana hati. Peneliti menunjukkan bahwa orang yang bermain dengan hewan peliharaannya kadar dopamine dan serotonin dalam tubuhnya akan meningkat. Kedua hormon ini dapat meningkatkan mood dan juga menimbulkan perasaan bahagia serta rasa aman. Terlebih dengan bermain dengan hewan peliharaan juga dapat meningkatkan produksi hormon oksitosin. Hormon ini dapat memberikan rasa senang. Secara tidak

langsung hewan peliharaan dapat membuat pemiliknya merasa senang dan juga aman.

Memelihara hewan dirumah juga dapat menurunkan resiko anda untuk depresi. Hasil penelitian dari Amerika menyebutkan bahwa orang yang mempunyai hewan peliharaan akan terhindar dari stres atau depresi, sebaliknya orang yang tidak mempunyai hewan peliharaan akan lebih mudah depresi atau stres. Dengan adanya hewan peliharaan dirumah tentunya akan menambah keceriaan dirumah. Sehingga kita dapat bersantai sejenak dengan hewan peliharaan kita setelah selesai beraktivitas. Selain itu menurut penelitian Queen's University Belfast, Irlandia Utara memelihara hewan peliharaan dirumah dapat menurunkan kolestrol dan tekanan darah. Karena dengan memelihara individu juga dituntut untuk merawatnya, sehingga individu lebih aktif lagi dalam bergerak. Secara tidak langsung ketika individu merawat hewan tentunya akan banyak melakukan aktivitas fisik dan sosial, inilah yang membuat tekanan darah dan kolestrol menjadi rendah, serta kita juga mudah berinteraksi dengan orang lain, baik itu juga pemelihara hewan lainnya ataupun tidak. Secara garis besar memelihara hewan dapat memberikan manfaat bagi fisiologis dan psikologis di dalam diri individu.

Disaat orang dewasa jenuh akan pekerjaan mereka di kantor, marah akan masalah yang terjadi pada dirinya, remaja yang sedang patah hati atau badmood pada kehidupannya, dan anak – anak yang senang sekali

bermain apabila mereka memelihara kucing adakah perbedaan kematangan emosi individu tersebut baik itu laki – laki atau pun perempuan.

Dari segi etimologi, emosi berasal dari akar kata bahasa Latin ‘movere’ yang berarti ‘menggerakkan, bergerak.’ Kemudian ditambah dengan awalan ‘e-’ untuk member arti ‘bergerak menjauh.’ Makna ini menyiratkan kesan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi (dalam Hude, 2006). Emosi adalah suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap dan tingkah laku, serta mengejawantah dalam bentuk ekspresi tertentu. Emosi dirasakan secara psiko-fisik Karena terkait langsung dengan jiwa dan fisik. Ketika emosi bahagia meledak – ledak, ia secara psikis memberi kepuasan, tapi secara fisiologis membuat jantung berdebar-debar atau langkah kaki terasa ringan, juga tak terasa ketika berteriak puas kegirangan. Namun hal-hal yang disebutkan ini tidak spesifik terjadi pada semua orang dalam seluruh kesempatan. Kadangkala, orang bahagia tetapi justru meneteskan air mata atau kesedihan yang sama tidak membawa kepedihan yang serupa. Sedangkan Kematangan Emosi merupakan satu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional (dalam Chaplin, 2009).

Ketika memelihara hewan, tidak hanya fisik individu saja yang sehat, kondisi psikologis mereka juga mampu stabil, terutama dalam hal emosional. Mereka yang memelihara hewan mampu untuk mengontrol dan mengendalikan emosinya dengan baik, terutama laki – laki yang memiliki

struktur tubuh dan bentuk tulang lebih besar dan kuat daripada perempuan. Di Kota Malang terdapat komunitas penyayang hewan, khususnya kucing. Komunitas itu bernama MCL (Malang Cat Lovers).

Malang Cat Lovers adalah sebuah wadah bagi penyayang hewan, khususnya kucing yang berada di Kota Malang, kita bukan organisasi, hanya komunitas yang berdiri sendiri tanpa naungan individu/badan/organisasi lain. Komunitas ini berkedudukan di kota Malang. MCL berdiri pada tanggal 26 Juli 2011. Sebagai komunitas pecinta kucing, komunitas MCL ini bukan hanya sekedar bermain-main dengan kucing kesayangan atau saling memamerkan jenis-jenis kucing kesayangan mereka saat berkumpul, mereka kegiatan atau ghatering mereka juga selalu diisi dengan memberikan edukasi bagaimana memelihara dan merawat kucing dengan baik. Selain kegiatan rutin tersebut, MCL juga kerap mengadakan event perlombaan antar kucing anggota MCL, seperti perlombaan *cat show* dan perlombaan kucing sehat dari berbagai jenis kucing.

Anggota MCL baik itu laki – laki dan perempuan sudah memiliki kematangan emosi yang baik, ini terlihat dari ciri perilaku dan pemikiran pada orang yang emosinya matang menurut Killander (dalam Zuyina dan Siti, 2010) yaitu (1) Memiliki disiplin diri, (2) Memiliki determinasi diri, (3) Kemandirian. Saat mengikuti kegiatan dalam komunitas ini pastinya anggota MCL memiliki kedisiplinan dan kemandirian dalam mengontrol atau mengendalikan emosi yang mereka rasakan. Namun, dilihat dari

fenomena yang ada anggota laki – laki cenderung kurang mampu dalam mengontrol emosi yang mereka rasakan, terutama dalam mengekspresikannya pada orang lain. Anggota laki – laki pada komunitas ini mengekspresikan emosinya dengan berkata – kata kotor atau yang biasa disebut dengan *misuh*. Dilihat dilapangan anggota perempuan komunitas ini baik dalam kematangan emosinya. Fenomena ini bertolak belakang dengan teori menurut Kahn (dalam Hazanat, 1994) menyatakan bahwa perempuan memiliki kehangatan emosionalitas, sikap hati-hati dan sensitif serta kondisi yang tinggi daripada laki-laki. Oleh karena itu, laki-laki lebih tinggi dalam hal stabilitas emosi daripada wanita

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti Perbedaan Kematangan Emosi ditinjau dari Jenis Kelamin pada Komunitas MCL (Malang Cat Lovers).

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Kematangan Emosi pada Laki – Laki di Komunitas MCL (Malang Cat Lovers) ?
2. Bagaimana Kematangan Emosi pada Perempuan di Komunitas MCL (Malang Cat Lovers) ?
3. Adakah Perbedaan Kematangan Emosi pada Laki – Laki dan Perempuan di Komunitas MCL (Malang Cat Lovers) ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui Kematangan Emosi pada Laki – Laki di Komunitas MCL (Malang Cat Lovers).
2. Untuk mengetahui Kematangan Emosi pada Perempuan di Komunitas MCL (Malang Cat Lovers).
3. Untuk mengetahui adakah perbedaan Kematangan Emosi pada Laki – Laki dan Perempuan di Komunitas MCL (Malang Cat Lovers).

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan sumbangan dan informasi yang berarti bagi kemajuan keilmuan dibidang Psikologi, khususnya dalam mengembangkan perbedaan kematangan emosi apabila ditinjau dari jenis kelamin pada pecinta binatang (kucing).

2. Manfaat Praktis

a. Pihak Komunitas

Dapat memberikan pengetahuan dan wawasan bagi pecinta kucing tentang perbedaan kematangan emosi pada anggota komunitas MCL (Malang Cat Lovers),

b. Peneliti Selanjutnya

Sebagai tambahan referensi dan bahan acuan untuk peneliti selanjutnya bagi yang berminat dipembahasan yang sama kelak.

