

ABSTRAK
”WIRASA” (KEMAMPUAN MENGOLAH RASA) BAGI SEORANG
PENARI MENURUT TEORI KECERDASAN EMOSIONAL GOLEMAN

Tekiarani
0191141116
Fakultas Psikologi
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta
2007

Penulis tertarik untuk meneliti bagaimanakah ”*wirasa*” (kemampuan mengolah rasa) bagi seorang penari menurut teori kecerdasan emosional Goleman, karena sejauh yang penulis ketahui masih banyak penari sekarang yang baik dalam teknik menari tetapi masih kurang dalam kemampuan mengolah rasa (”*wirasa*”). Oleh karena itu seorang penari harus mempunyai keinginan untuk sering berlatih dalam kemampuan olah rasa untuk mencapai keberhasilan dalam menari maupun diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara untuk pengambilan data dan peneliti mencoba mengkombinasikan metode analisis isi dengan metode ilustratif sebagai metode analisis data. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 21 Desember 2006 sampai tanggal 5 Februari 2007. Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah empat orang subyek yang berkecimpung dalam dunia tari minimal selama 20 tahun dan masih aktif, berusia 35 sampai 55 tahun, dan berdomisili di Yogyakarta yang dipilih berdasarkan *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek mampu memaknai ”*wirasa*” sebagai hal yang paling utama yang harus dikuasai seorang penari pada saat menari. Melakukan pelatihan ”*wirasa*” membantu seorang penari mengenali emosi diri yaitu berpikir secara positif, menyeimbangkan antara pola berpikir dengan logika dan perasaan. Subyek merasa lebih mampu dalam mengelola emosinya dengan lebih baik. Proses belajar ”*wirasa*” dibutuhkan motivasi diri sendiri yaitu proses belajar yang didukung dengan keinginan yang tulus, ketekunan, rasa tanggung jawab yang tinggi, dan konsentrasi penuh untuk mencapai keberhasilan baik dalam menari maupun dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pelatihan ”*wirasa*” secara sadar perlu dilatih untuk memperoleh kemampuan dalam mengenali emosi orang lain yaitu daya kepekaan bertambah tajam. ”*Wirasa*” tidak hanya sebatas penjiwaan dalam menari tetapi rasa dalam membina hubungan dengan orang lain.

ABSTRACT
**“WIRASA” (AN ABILITY TO SENSITIZE) OF A DANCER ACCORDING
TO THE GOLEMAN’S EMOTIONAL INTELLIGENCE THEORY**

Tekiarani
019114116
The Faculty of Psychology
Sanata Dharma University
Yogyakarta
2007

The writer is interested to have a research in “*wirasa*” (an ability to interpret a feel) of a dancer according to the Goleman’s emotional intelligence theory, since the writer found out that nowadays many dancers are good dancers who have good technic but do not have good competence in their sensitized ability (“*wirasa*”). Therefore, a dancer needs to have a willing to keep practicing regularly on this practice to reach a success both in dancing and in daily life. In this research, the writer used interview method to collect the data and the writer tried to combine content analysis method with illustrative analysis as the data analysis. The data collected on 21 December 2006 to 5 February 2007. The subjects in this research were four dancers who have become dancers for at least 20 years and still exist nowadays. They are around 35 to 55 years old and stay in Yogyakarta and they were chosen based on the purposive sampling. The result of the research revealed that the subjects could understand “*wirasa*” as the most significant factor that should be mastered by a dancer when dancing. Doing exercise in “*wirasa*” may help a dancer to recognize his own emotion which is positive thinking, balancing between logical thinking and feeling. The subjects are more able to maintain the emotion. The practicing on “*wirasa*” needs a strong self motivated which is a process that needs to be supported with a sincere willing, integrity, responsibility and focus to a success both in dancing and in daily life. The practicing on “*wirasa*” needs to be learnt consciously to sharpen the dancer’s sensitivity in recognizing the other person’s emotion. “*Wirasa*” is not only an inspiration on the dancing but also a sense in creating a good relationship with other people.