

Strategi Mengatasi Kemarahan melalui Perumpamaan Berdasarkan Yunus 4

Muryati¹, Yusak Setianto², Priskila Issak Benyamin³, Alex Frans Nathanael Nasution⁴

Sekolah Tinggi Teologi Bethel Indonesia, Jakarta

¹Muryatisetianto28@gmail.com, ²yusak.setianto28@gmail.com,

³priskilaisakbenyamin@gmail.com, ⁴alexfranz8960@gmail.com

Abstract

This study aims to formulate a strategy to overcome anger through parables based on the book of Jonah 4. This research is a research and development model that adopts the 10 steps of development from Borg and Gall. Of the 10 steps, this study focuses on two main stages, namely the model development stage and the model validation stage. This study only limits it to expert testing and does not continue to test respondents. The model developed is a procedural model in the form of a strategy. Model development was carried out through hermeneutic and exegetical studies of Yunus 4. The developed model was then validated by 33 experts and practitioners by using a questionnaire technique that had its validity and reliability tested. The model is declared valid if the validation results are above the success criteria after going through the one sample t-test assisted by SPSS 25. The results of this study are in the form of a syntax or algorithm to overcome anger which consists of the following steps: (1) There is a cause of anger; (2) The occurrence of stage 1 anger; (3) parable; (4) The occurrence of stage 2 anger; (5) Presenting an explanation of the cause of the anger compared to the parable given; (6) Impact of explanation. This model has been validated by the validator with a t value of 2.09 which is significant at an error rate of 0.044 (less than 0.05). Thus, the model developed is well validated, and feasible to use.

Keywords: anger; parable; Jonah 4

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk merumuskan strategi mengatasi kemarahan melalui perumpamaan yang didasarkan pada kitab Yunus 4. Penelitian ini adalah penelitian pengembangan model (Research and Development) yang mengadopsi 10 langkah pengembangan dari Borg and Gall. Dari 10 langkah yang ada, penelitian ini berfokus pada dua tahap utama, yaitu tahap pengembangan model dan tahap validasi model. Penelitian ini hanya membatasi sampai uji ahli dan tidak lanjut ke uji responden. Model yang dikembangkan adalah model prosedural berupa strategi. Pengembangan model dilakukan melalui kajian hermeneutik dan eksegesi terhadap Yunus 4. Model yang telah dikembangkan kemudian divalidasi oleh 33 pakar dan praktisi yang dilakukan dengan teknik angket yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Model dinyatakan valid apabila hasil validasi bernilai di atas kriteria keberhasilan setelah melalui pengujian one sample t-test berbantuan SPSS 25. Hasil penelitian ini berupa sintak atau algoritma untuk mengatasi kemarahan yang terdiri dari langkah-langkah berikut: (1) Adanya penyebab kemarahan; (2) Terjadinya kemarahan tahap 1; (3) Pemberian perumpamaan; (4) Terjadinya kemarahan tahap 2; (5) Penyampaian penjelasan mengenai penyebab kemarahan yang dibandingkan dengan perumpamaan yang diberikan; (6) Dampak dari penjelasan. Model ini telah tervalidasi oleh validator dengan nilai t sebesar 2,09 yang signifikan pada tingkat kesalahan 0,044 (lebih kecil dari 0,05). Dengan demikian, model yang dikembangkan tervalidasi dengan baik, dan layak untuk digunakan.

Kata kunci: kemarahan; perumpamaan; Yunus 4

PENDAHULUAN

Kemarahan dapat muncul dalam diri setiap orang. Marah merupakan dampak dari adanya mekanisme emosi dalam diri seseorang. Dalam otak manusia terdapat mekanisme untuk menjaga emosi yang disebut sebagai amigdala.¹ Melalui hal inilah manusia dapat mengendalikan diri untuk menuruti emosi yang bersifat positif, dan mengurangi emosi yang bersifat negatif. Dalam hal ini, pada batas tertentu kemarahan dapat dikategorikan sebagai emosi yang bersifat negatif.

Kemampuan manusia dalam mengendalikan emosinya dipelajari dalam sebuah konsep yang disebut Emotional Quotient (EQ) atau kecerdasan emosional.² Mayer dan Salovey sebagai tokoh pencetus konsep kecerdasan emosional menyatakan bahwa kecerdasan emosi baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.³ Pengertian tersebut menunjukkan bahwa tindakan yang akan ditunjukkan oleh seseorang bergantung pada kemampuan untuk memilah informasi-informasi yang diperolehnya. Konsep kecerdasan emosi yang dikembangkan oleh Mayer dan Salovey tampak mengadopsi mekanisme dari salah satu aliran dalam ilmu psikologi, yaitu behaviorisme. Dalam teori ini, Watson menjelaskan bahwa perilaku manusia dijelaskan oleh mekanisme stimulus-respon.⁴ Manusia cenderung melakukan satu respon tertentu apabila dia dikenai stimulus tertentu.

Mekanisme stimulus-respon erat kaitannya dengan terjadinya kemarahan dalam diri manusia. Kemarahan merupakan akibat atau respon dari sebuah sebab atau stimulus. Kemarahan yang berlebihan bisa berakibat fatal, bagi dari segi fisik dan psikis. Orang yang terkena penyakit seperti darah tinggi, serangan jantung dan beberapa penyakit yang berbahaya disebabkan orang tersebut tidak dapat mengendalikan kemarahan dengan baik dan benar. Untuk itulah maka upaya untuk mengatasi kemarahan juga perlu dilakukan dengan memberikan stimulus tertentu. Meski demikian, hingga saat ini, teori-teori dalam psikologi belum banyak memberikan strategi yang eksplisit mengenai cara mengatasi kemarahan. Untuk itulah maka perlu dikembangkan strategi mengatasi kemarahan tersebut.

Kitab Yunus merupakan salah satu bagian dari Alkitab yang menjadikan kemarahan sebagai salah satu fokus bahasannya. Seperti manusia pada umumnya, Yunus juga memiliki Kecerdasan Emosional pada tingkatan tertentu. Meskipun belum banyak penelitian yang secara spesifik mengukur tingkat kecerdasan emosional dari Yunus (misalnya penelitian yang dilakukan oleh Dustman⁵), namun kitab Yunus menunjukkan bahwa Yunus sebagai orang yang temperamen. Hal ini dibuktikan dengan terjadinya kemarahan yang terjadi dalam dirinya. Meski demikian, Tuhan berupaya untuk mengatasi kemarahan tersebut dengan cara yang unik, yakni melalui penggunaan perumpamaan.

¹A. Puspasari, *Emotional Intelligence Parenting* (Jakarta: Elexmedia Computindo, 2009).

²Antonius Remigius Abi, "Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan Pendidikan," *SOTIRIA (Jurnal Theologia dan Pendidikan Agama Kristen)* 2, no. 1 (2019): 60–68.

³O. C. Wuwung, *Strategi Pembelajaran Dan Kecerdasan Emosional* (Surabaya: Scopindo, 2020), 44.

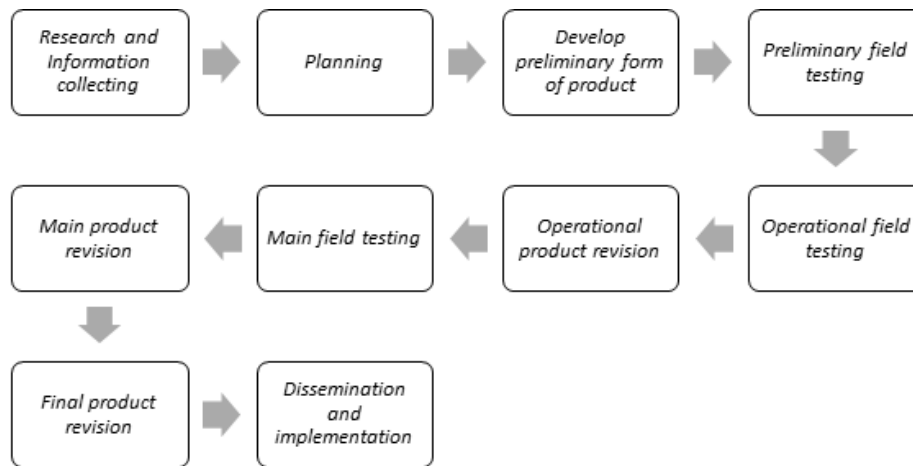
⁴Lefudin, *Belajar Dan Pembelajaran. Dilengkapi Dengan Model Pembelajaran, Strategi Pembelajaran, Pendekatan Pembelajaran Dan Metode Pembelajaran* (Yogyakarta: Deeppublish, 2017), 51.

⁵T. Dustman, "A Call for Emotional Intelligence Skills Training Curricula at Christian Colleges," *Journal of Reseach on Christian Education* 27, no. 2 (2018).

Cara yang digunakan Tuhan untuk mengatasi kemarahan merupakan cara yang menarik untuk dikaji. Supaya kajian dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah, maka kajian perlu dilakukan melalui penelitian yang secara langsung dapat diaplikasikan dalam kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model strategi mengatasi kemarahan melalui perumpamaan berdasarkan Yunus 4.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian pengembangan model (*Research and Development*) yang mengadopsi 10 langkah pengembangan dari Borg and Gall. Kesepuluh langkah tersebut dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 1: Langkah Pengembangan Model Borg and Gall

Dari 10 langkah yang ada, penelitian ini berfokus pada dua tahap utama, yaitu tahap pengembangan model dan tahap validasi model. Model yang dikembangkan adalah model prosedural berupa strategi. Pada tahap pengembangan model, dilakukan dua tahap, yaitu tahap analisis dan tahap sintesis. Setelah melalui dua tahap ini, proses berlanjut pada validasi model.

Tahap analisis dalam pengembangan model dilakukan melalui kajian hermeneutik dan eksegesi terhadap Yunus 4. Hasil dari kajian hermeneutik ini kemudian disintesis menjadi langkah-langkah atau prosedur strategi untuk mengatasi kemarahan. Prosedur mengatasi kemarahan tersebut digambarkan dalam bentuk diagram alir (*flow chart*). Model yang dikembangkan ini kemudian menjadi model hipotesis.

Model hipotesis yang telah dibuat kemudian divalidasi oleh pakar dan praktisi yang dilakukan dengan teknik angket. Angket yang digunakan untuk validasi adalah angket yang diukur dalam skala likert 1-4 sebagai berikut.

Tabel 1: Instrumen Validasi Model

No	Pernyataan/Pertanyaan	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Seberapa tinggi model ini menunjukkan adanya kesesuaian dengan permasalahan yang dihadapi?				
2	Seberapa rinci setiap bagian atau tahapan dalam model ini?				
3	Apakah proses/langkah-langkah yang disusun dalam model ini berkualitas?				
4	Seberapa tinggi model ini mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi?				
5	Seberapa tinggi kadar model yg dikembangkan ini ditinjau dari:				
	<i>Simple?</i>				
	<i>Applicable?</i>				
	<i>Important?</i>				
	<i>Controllable?</i>				
	<i>Adaptable?</i>				
	<i>Communicable?</i>				

Instrumen tersebut telah lolos uji validitas dan reliabilitas instrumen. Uji Validitas dilakukan dengan teknik corrected item-total correlation yang ditunjukkan dalam tabel berikut.

Tabel 2: Hasil Uji Validitas Instrumen

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Q1	28.4848	17.883	.673	.877
Q2	28.5455	18.256	.571	.884
Q3	28.3333	17.542	.674	.876
Q4	28.6061	17.934	.568	.884
Q5	28.4242	18.314	.459	.893
Q6	28.4545	17.568	.656	.878
Q7	28.4545	17.506	.615	.881
Q8	28.7879	17.860	.707	.875
Q9	28.6364	16.864	.806	.867
Q10	28.5455	17.818	.602	.882

Berdasarkan tabel di atas, tampak bahwa 10 item instrumen yang dibuat telah memiliki koefisien corrected item-total correlation diatas 0,3 (sebagai batasan minimal dalam penelitian ini). Sehingga dapat dikatakan bahwa semua item instrumen telah memiliki validitas yang baik. Selanjutnya, reliabilitas intrumen ditunjukkan sebagai berikut.

Tabel 3: Reliabilitas Instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.890	10

Berdasarkan tabel tersebut di atas, tampak bahwa nilai koefisien Cronbach's Alpha bernilai 0,89 di mana nilai ini lebih besar dari batas reliabilitas yang dikehendaki dalam penelitian ini, yaitu 0,6. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa instrumen telah memiliki reliabilitas dan layak untuk digunakan untuk memvalidasi model yang dikembangkan.

Terdapat 33 validator yang menilai model ini, yang terdiri dari praktisi dan ahli dalam bidang Teologi maupun Psikologi, dari berbagai profesi, seperti mahasiswa, dosen, psikolog, dan konselor. Nilai-nilai yang diberikan oleh validator kemudian dirata-rata. Proses validasi dianggap berhasil jika model mendapatkan skor diatas kriteria yang ditetapkan setelah menjalani pengujian hipotesis statistik deskriptif dengan teknik uji-t deskriptif (one sample t-test). Perhitungan ini dilakukan dengan bantuan software SPSS versi 25. Adapun kriteria keberhasilan dalam penelitian ini ditetapkan sebesar 3 untuk setiap item dalam instrumen. Terdapat 10 item instrumen, sehingga batas keberhasilan validasi ada pada tingkat 30. Tingkat kesalahan atau nilai alpha yang dikehendaki dalam penelitian ini ditetapkan sebesar 0,05. Apabila model telah berhasil melalui proses validasi tersebut, maka penelitian ini telah selesai, dan model hipotesis telah menjadi model final.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagaimana telah dirancang pada tahap sebelumnya, penelitian dilakukan melalui dua proses utama yang kemudian terbagi lagi menjadi tiga tahapan. Dua tahap tersebut adalah pengembangan dan validasi. Berikut hasil penelitian berikut pembahasannya.

Tahap Pengembangan Model

Tahap pengembangan terbagi dibagi menjadi dua tahap, yaitu tahap analisis dan tahap sintesis. Tahap analisis dilakukan melalui proses hermeneutik-eksegesi. Sedangkan tahap sintesis dilakukan untuk menghasilkan diagram alir strategi yang dikembangkan.

Tahap Analisis

Yunus 4 adalah sebuah kitab yang menarik untuk dibahas karena di dalamnya terdapat dialog puncak dan interaksi unik antara Yahweh, Allah Israel, dengan Yunus, sang nabi. Selain itu, Yunus 4 menyisakan misteri mengenai respons akhir Yunus terhadap jawaban Allah. Misteri tersebut menimbulkan pertanyaan bagi pembaca: apakah Yunus menerima jawaban-Nya, atau tetap marah kepada-Nya. Prolog Yunus 4 dibuka dengan intensifikasi emosi kemarahan Yunus. Secara literal Yunus 4:1 dapat diterjemahkan sebagai berikut, "... hal tersebut adalah jahat (רַעַע, *ra'*) bagi Yunus dengan sangat jahat (רַעַעֵה, *ra'ah*)...." Pembaca dapat melihat sebuah permainan kata (paronomasia) antara רַעַע ("be evil," "bad") dengan רַעַעֵה ("be evil," "calamity,") di dalam teks tersebut. Permainan

kata ini berfungsi sebagai sebuah intensifikasi⁶, sehingga terjemahannya dapat diparafrasakan sebagai berikut, "...hal tersebut sebuah kejahatan (atau kekesalan/malapetaka) yang besar, (lalu ia marah tentang hal ini)."

Intensifikasi paranomasi di atas menunjukkan dua buah ironi. Pertama, Yunus kesal sedangkan Yahweh bersukacita. Leslie C. Allen berkomentar bahwa "bom penghukuman" Yahweh yang diletakkan Yunus di Niniwe gagal meledak sehingga ia sangat kesal.⁷ Kedua, penilaian Yunus tentang hal yang mengesalkan bertentangan dengan hal yang mengesalkan bagi Yahweh. Dalam Yunus 1:2 kata רָאָה (*ra'ah*) dikenakan kepada kejahatan Niniwe, sedangkan dalam Yunus 4:1 kata רָאָה (*ra'ah*) dikenakan kepada pertobatan Niniwe. Yahweh membenci kejahatan, sedangkan Yunus membenci pertobatan. Terhadap hal tersebut Smith dan Page berkomentar bahwa permainan kata רָאָה (*ra'ah*) dalam Yunus 1:2 dengan 4:1 merupakan sebuah sindiran bahwa Yunus, sebagai nabi Yahweh, justru yang melakukan kejahatan.⁸

Pertobatan Niniwe terus dipersoalkan di dalam Yunus 4. Setelah prolog yang menunjukkan sindiran di dalamnya, peristiwa Yunus duduk menunggu datangnya murka Yahweh atas Niniwe juga berisi sindiran. Kekesalan Yunus yang besar belum reda dan hal tersebut membenarkan perilakunya untuk marah dan menunggu hancurnya Niniwe.⁹ Kata kerja "menantikan" (רָאָה; *ra'ah*) dalam teks ini sama dengan yang digunakan pada Tuhan dalam Yunus 3:10. Kata kerja tersebut juga berhomofon dengan "kejatahan" dan "buruk" dalam 4:1. Fitur ini menunjukkan bahwa yang dinantikan Yunus adalah malapetaka atas Niniwe, sebab tertundanya hukuman tersebut adalah sebuah kesalahan besar. Yunus meyakini bahwa pertobatan Niniwe merupakan pertobatan yang palsu dan layak mendapatkan murka Yahweh. Di satu sisi, pertobatan Niniwe memang bukan sebuah pertobatan yang benar menurut kriteria Taurat. Namun, di sisi lain, pertobatan tersebut tetap dihargai oleh Yahweh sehingga mereka diganjar keluputan sementara dari murka-Nya.¹⁰

Kekesalan Yunus yang besar hanya dapat reda setelah menyaksikan malapetaka menimpa Niniwe. Alih-alih memandang Niniwe dengan penuh kasih layaknya Yahweh melihat mereka (Yun. 3:10), Yunus melihat Niniwe dengan penuh kebencian dan mengharapkan kehancuran mereka.¹¹ Kemungkinan ia hendak menyaksikan penghukuman spektakuler seperti yang terjadi pada Sodom dan Gomora (Kej. 19:24-29), ataupun pada Mesir (Kel. 14:31).

⁶Francis Brown, S.R. Driver, and Charles A. Briggs, "רָאָה," *The Enhanced Brown-Driver-Briggs Hebrew and English Lexicon* (Oak Harbor, 2000), 949.

⁷Leslie C. Allen, "Joel, Obadiah, Jonah, and Micah," *New International Commentary on the Old Testament* (Grand Rapids: Eerdmans, 1976), 227.

⁸Billy K. Smith and Frank S. Page, "Amos, Obadiah, Jonah," *The New American Commentary* (Nashville: Broadman & Holman, 1995), 271.

⁹H.W. Wolff, "Obadiah and Jonah," *Continental Commentary Series* (Minneapolis: Augsburg, 1986), 169.

¹⁰John H. Walton and Andrew E. Hill, *A Survey of the Old Testament* (Grand Rapids: Zondervan, 2009), 634.

¹¹A. Cooper, "In Praise of Divine Caprice: The Significance of the Book of Jonah," in *Among the Prophets: Language, Image, and Structure in the Prophetic Writings*, ed. Phillip R. Davies and David J.A. Clines (Sheffield: Sheffield Academic Press, 1993), 155.

Untuk memudahkan dirinya menyaksikan murka Yahweh turun atas Niniwe, maka Yunus mendirikan sebuah kemah. Dalam pendirian kemah tersebut, narator mengisahkan peristiwa alam yang abnormal – terjadi karena “penentuan Yahweh” (Yun. 4:6-7). Frasa “penentuan Yahweh” menggemakan peristiwa dalam Yunus 1:17. Di satu sisi, frasa tersebut menunjukkan kemahakuasaan *Tuhan* atas seluruh ciptaan. Namun, di sisi lain frasa tersebut memberikan ironi besar sebagai instrumen untuk menyadarkan Yunus akan kesalahannya. Melalui ikan besar tersebut Yunus diberikan kesempatan kedua untuk menyampaikan pesan ilahi bagi Niniwe. Kini Tuhan menggunakan instrumen lain untuk mengajarkan Yunus untuk memiliki kasih seperti Dia.¹² Tindakan Yahweh menumbuhkan pohon jarak bukan sebuah tindakan belas kasihan tanpa tujuan. Pohon ini menggambarkan kelanjutan dari kedaulatan Yahweh atas ciptaanNya dan tujuanNya untuk terlibat dalam urusan manusia melalui ciptaanNya.

Pohon jarak tersebut sangat menyenangkan hati Yunus. Narator menggunakan permainan kata seperti Yunus 4:1 namun dengan pembalikan, “Yunus bersukacita (סמח; *samakh*) terhadap pohon jarak tersebut dengan sukacita (סמחה, *simekhah*) yang besar.” Sekali lagi ironi dalam prolog Yunus 4 diulangi dan ditekankan, yaitu: kekesalan Yunus terhadap pertobatan Niniwe. Yunus sangat bersukacita atas sebuah pohon saja yang memberinya kenyamanan sedangkan tidak bersukacita atas Niniwe yang menyukakan Yahweh (bnd 4:10-11). Ironi lainnya kemungkinan muncul dari peran pohon jarak. Goodhart berpendapat bahwa pohon jarak tersebut menjadi *Tuhan* pelindung dari Yunus setelah ia tidak lagi berelasi baik dengan Yahweh.¹³

Sekalipun kehancuran adalah berita penghukuman yang dibawa Yunus kepada Niniwe, namun tidak ada kehancuran yang terwujud selain habisnya pohon jarak yang memberinya sukacita besar. Sekali lagi, narator memberikan sebuah ironi dramatis. Sang nabi harus mengalami “kehancuran”, sedangkan Niniwe yang notabene kafir tidak mengalaminya karena pertobatan mereka. Ironisnya lagi, kehancuran tersebut bukan disebabkan oleh sebuah hal yang spektakuler (bandingkan pengharapan Yunus tentang Sodom dan Gomora akan terjadi pada Niniwe), melainkan melalui seekor ulat dan angin. Ulat dan angin merupakan sarana Yahweh (*divine agent*), yang berfungsi didaktik. Kedua sarana tersebut mengajarkan Yunus bahwa Tuhan mengatur semua ciptaanNya, dan memiliki belas kasih untuk setiap makhluk hidup. Sebelumnya Yunus diberikan pelajaran serupa melalui ikan besar (1:17), dan kini ia diberikan pelajaran melalui ulat yang kecil. Sindiran penulis kitab semakin nampak bahwa Yahweh sampai memberikan pengajaran dari makhluk besar dan kecil, namun Yunus sepertinya tidak memahami belas kasihan Yahweh.

Ketidakhahaman Yunus tersebut nampak dari dirinya yang hanya memikirkan diri sendiri, tanpa menyadari signifikansi pohon jarak yang tumbuh hanya dalam semalam. Secara logis, sebuah pohon jarak tidak dapat tumbuh dalam waktu singkat. Selain itu, secara logis tidak mungkin seekor ulat dapat menghabiskan pohon jarak tersebut dalam waktu yang singkat. Kedua anomali tersebut luput dari pengamatan Yunus, karena ia berorientasi

¹²Walton and Hill, *A Survey of the Old Testament*, 633.

¹³Sandor Goodhart, “Prophecy Sacrifice, and Repentance in the Story of Jonah,” in *Semeia* 33, n.d., 52.

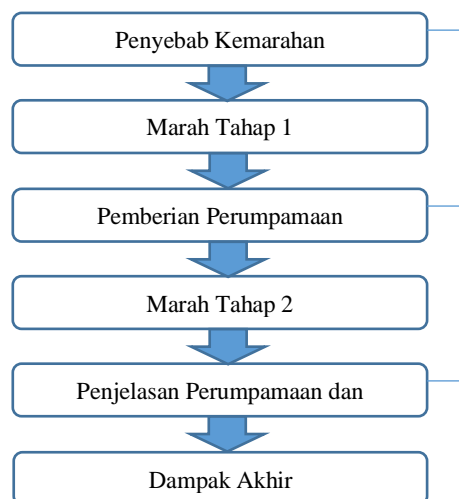
terhadap eksistensi dan kepentingannya sendiri. Satu-satunya yang ia sadari adalah betapa berartinya pohon jarak tersebut bagi dirinya. Kematian pohon ini bahkan mendorong dia untuk mati juga. Dia sangat mengasihi pohon ini. Pada momen inilah Tuhan mengulang pertanyaan-Nya (bnd ayat 4, 9). Tanpa disadari oleh Yunus, pertanyaan tersebut dimaksudkan oleh Tuhan sebagai sebuah strategi retorik yang tak terbantahkan. Kemarahan dalam jawaban Yunus hanya mempertegas poin yang ingin diajarkan oleh Tuhan. Intinya terletak pada perbandingan nilai antara pohon jarak (di mata Yunus) dan penduduk Niniwe (di mata Tuhan).

Tahap Sintesis

Kajian hermeneutik yang telah dilakukan menunjukkan secara jelas adanya kemarahan dalam diri Yunus dan adanya keinginan dari Tuhan untuk memberikan penjelasan kepada Yunus. Meski belum diketahui hasil dari upaya yang dilakukan oleh Tuhan (karena hasil ini masih bersifat misterius), namun upaya ini dapat disintesis. Tahap-tahap utama dalam kisah Yunus ini dapat diringkas sebagai berikut.

- a. Munculnya penyebab kemarahan Yunus. Penyebab kemarahan Yunus ini adalah keputusan Tuhan untuk tidak menghukum kota Niniwe.
- b. Terjadinya kemarahan dalam diri Yunus untuk pertama kalinya (dalam batasan kajian ini). Terkait dengan kejadian ini, teori psikologi behavior Watson secara jelas mengkonfirmasi mekanisme terjadinya kemarahan Yunus ini.
- c. Tuhan memberikan perumpamaan berupa kejadian anomali yang terjadi pada pohon jarak. Hal ini merupakan upaya Tuhan untuk memberikan penjelasan bahwa Yunus tidak sepatasnya marah.
- d. Yunus tidak menyadari perumpamaan tersebut, dan terjadilah kemarahan dalam diri Yunus untuk kedua kalinya.
- e. Tuhan memberikan penjelasan kepada Yunus dengan merefer pada perbandingan antara kejadian di Niniwe dan perumpamaan tentang pohon jarak.
- f. Muncul dampak dalam diri Yunus yang tidak dijelaskan dalam kitab ini.

Urutan kejadian tersebut dapat digambarkan menjadi hal yang lebih konseptual berupa flow chart sebagai berikut.



Gambar 2: Flow Chart Model Mengatasi Kemarahan

Dengan demikian telah terbentuklah model prosedural berupa strategi untuk mengatasi kemarahan yang bersumber dari kisah Yunus. Model hipotesis ini kemudian perlu divalidasi untuk mengetahui keterandalannya.

Tahap Validasi Model

Model hipotesis yang telah dirumuskan kemudian divalidasi sesuai dengan rancangan penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya. Validasi dilakukan dengan melibatkan 30 orang validator. Data dari setiap item pada instrumen yang telah diisi oleh seorang validator kemudian dijumlahkan menjadi data validator. Data nilai setiap validator akan memiliki nilai pada rentang 11 hingga 44 sebagai hasil penjumlahan nilai-nilai dari 11 item instrumen. Data validator kemudian dirata-rata, dan diperoleh hasil perhitungan sebagai berikut.

Tabel 4: Hasil Perhitungan Statistik Deskriptif

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai_validasi	33	31.6970	4.65353	.81007

Berdasarkan tabel tersebut, tampak nilai rata-rata validator sebesar 31,69 dengan standar deviasi 4,65. Nilai tersebut kemudian dibandingkan dengan kriteria keberhasilan penelitian ini, yaitu nilai 3 untuk sebuah item instrumen, atau 30 untuk 10 item yang ada dalam instrumen. Rata-rata nilai validasi (31,69) telah berada di atas 30. Namun tampak bahwa nilai rata-rata hanya sedikit di atas kriteria penelitian ini (selisih hanya sebesar 1,69). Untuk itu hal ini perlu diuji lebih lanjut untuk mengetahui apakah rata-rata tersebut telah signifikan berada di atas 30, atau tidak. Untuk itu, maka pengujian berlanjut pada uji hipotesis dengan teknik one sample t-test.

Tabel 5: Hasil Perhitungan One Sample T-Test

One-Sample Test						
	Test Value = 30					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Nilai_validasi	2.095	32	.044	1.69697	.0469	3.3470

Berdasarkan pengujian dengan teknik one sample t-test, ditemukan nilai t sebesar 2,09 yang signifikan pada tingkat kesalahan 0,044. Tingkat kesalahan ini lebih kecil dibanding tingkat kesalahan maksimum yang diperbolehkan dalam penelitian ini, yaitu 0,05. Dengan demikian, disimpulkan bahwa nilai yang diberikan oleh validator (31,69) secara signifikan telah berada di atas kriteria yang ditetapkan (30). Hasil ini menunjukkan bahwa model telah tervalidasi dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan strategi untuk mengatasi kemarahan, yang meliputi yang terdiri dari langkah-langkah berikut: (1) Adanya penyebab kemarahan; (2) Terjadinya kemarahan tahap pertama; (3) Pemberian perumpamaan; (4)

Terjadinya kemarahan tahap kedua; (5) Penyampaian penjelasan mengenai penyebab kemarahan yang dibandingkan dengan perumpamaan yang diberikan; (6) Dampak dari penjelasan. Model yang terdiri dari 6 langkah ini telah tervalidasi dengan baik oleh validator penelitian ini. Dengan demikian, model yang dikembangkan tervalidasi dengan baik, dan layak untuk digunakan. Untuk itu disarankan kepada pada praktisi dan konselor untuk menggunakan model ini apabila ingin mengatasi kemarahan yang terjadi pada seseorang. Selain itu, disarankan untuk dilakukan penelitian lanjutan yang bertujuan untuk menguji coba model ini pada ranah empiris.

REFERENSI

- Abi, Antonius Remigius. "Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan Pendidikan." *SOTIRIA (Jurnal Theologia dan Pendidikan Agama Kristen)* 2, no. 1 (2019): 60–68.
- Allen, Leslie C. "Joel, Obadiah, Jonah, and Micah." *New International Commentary on the Old Testament*. Grand Rapids: Eerdmans, 1976.
- Brown, Francis, S.R. Driver, and Charles A. Briggs. "עָוָה." *The Enhanced Brown-Driver-Briggs Hebrew and English Lexicon*. Oak Harbor, 2000.
- Cooper, A. "In Praise of Divine Caprice: The Significance of the Book of Jonah." In *Among the Prophets: Language, Image, and Structure in the Prophetic Writings*, edited by Phillip R. Davies and David J.A. Clines. Sheffield: Sheffield Academic Press, 1993.
- Dustman, T. "A Call for Emotional Intelligence Skills Training Curricula at Christian Colleges." *Journal of Reseach on Christian Education* 27, no. 2 (2018).
- Goodhart, Sandor. "Prophecy Sacrifice, and Repentance in the Story of Jonah." In *Semeia* 33, n.d.
- Lefudin. *Belajar Dan Pembelajaran. Dilengkapi Dengan Model Pembelajaran, Strategi Pembelajaran, Pendekatan Pembelajaran Dan Metode Pembelajaran*. Yogyakarta: Deeppublish, 2017.
- Puspasari, A. *Emotional Intelligence Parenting*. Jakarta: Elexmedia Computindo, 2009.
- Smith, Billy K., and Frank S. Page. "Amos, Obadiah, Jonah." *The New American Commentary*. Nashville: Broadman & Holman, 1995.
- Walton, John H., and Andrew E. Hill. *A Survey of the Old Testament*. Grand Rapids: Zondervan, 2009.
- Wolff, H.W. "Obadiah and Jonah." *Continental Commentary Series*. Minneapolis: Augsburg, 1986.
- Wuwung, O. C. *Strategi Pembelajaran Dan Kecerdasan Emosional*. Surabaya: Scopindo, 2020.