

Studi Tentang Sifat Bipolaritas dan Monopolaritas Afek Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UAD

Siti Urbayatun
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad dahlan

ABSTRAK

Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara afek positif dan afek negatif, apakah benar afek bersifat bipolar ataupun bersifat monopolar. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UAD angkatan 2000 sampai angkatan 2003 sejumlah 151 orang.

Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Pearson dengan bantuan program SPS 2000 Sutrisno Hadi & Yuni Pamardiningsih serta SPSS *for Windows release* versi 10.0.

Hasil penelitian menunjukkan: (1) Tidak ada hubungan antara afek negatif dengan afek positif ($r=0.030$, $p=711$, $p>0.05$). Demikian pula tidak ada hubungan antara afek negatif saat ini dengan afek positif saat ini ($r= -0.016$, $p=849$, $p>0.05$) serta tidak ada hubungan antara afek negatif biasanya dengan afek positif biasanya ($r=0.096$, $p=0.239$, $p>0.05$); (2) Afek positif kurun waktu saat ini ternyata berhubungan sangat signifikan dengan afek positif biasanya ($r=0.550$, $p=0.00$). Sumbangan afek positif kurun waktu saat ini terhadap afek positif kurun waktu biasanya sebesar 30,25 %, adapun 69.75 % disebabkan oleh faktor lainnya; (3) Afek negatif kurun waktu saat ini ternyata berhubungan sangat signifikan dengan afek negatif kurun waktu biasanya ($r=0.518$, $p=0.00$). Sumbangan afek negatif kurun waktu saat ini terhadap afek negatif kurun waktu biasanya sebesar 26,83 %. Adapun 73.17 % disebabkan oleh faktor lainnya. Ketiga hasil di atas menunjukkan bahwa afek lebih bersifat bipolar daripada monopolar.

Kata kunci: afek positif, afek negatif, monopolar, bipolar

ABSTRACT

This research examined a correlation between positive affect and negative affect, i.e. whether the characteristic of affect was bipolar or monopolar. Quantitative analytical test was done by application of SPSS 10.00 software.

The Subject of this research were 151 college students of the faculty of Psychology, Ahmad Dahlan University (43 male and 108 female).

The result of this research indicates that: (1) There is no correlation between positive affect and negative affect ($r=0.030$, $p=711$, $p>0.05$) ; (2) There is a correlation between positive affect (now) and positive affect (manytimes) ($r=0.550$, $p=0.00$). The contribution of positive affect (now) to positive affect (manytimes) was 30,25 % , the other factor's contribute was 69,75 %; (3) There is a correlation between negative affect (now) and negative affect (many times) ($r=0.518$, $p=0.00$). The contribution of negative affect (now) to negative affect (many times) is 26,83 % , the other factor's contribute is 73,17 % . It can be concluded that the characteristic of affect is bipolar and is not monopolar.

Keywords: positive-affect, negative-affect, monopolar, bipolar

PENDAHULUAN

Dalam abad ini peran sumber daya alam oleh suatu bangsa dalam konteks kesetaraan kerjasama global ternyata hanya berperan sepuluh persen (10%) sedangkan 90 % sisanya lebih banyak dipengaruhi oleh faktor penguasaan iptek serta kemampuan networking. Era ke depan akan terjadi operasi intensif SDM (tenaga kerja) berbagai bangsa ke Indonesia. Oleh karena itu SDM bangsa Indonesia harus mempunyai kualitas tinggi, kompetensi yang baik, kompetitif dan mampu menjalin network yang kuat (Sudjarwadi , 2003) .

Menurut Sudjarwadi (2003) mahasiswa sebagai generasi penerus dan peserta didik di perguruan tinggi dituntut dalam berbagai hal seperti sikap (attitude), ketrampilan (skill), pengetahuan (knowledge) serta kepemimpinan (leadership). Pada kenyataannya beban yang dimiliki mahasiswa ternyata tidak sedikit. Mahasiswa mengalami masalah-masalah baik selama proses belajar-mengajar (di perkuliahan) maupun di luar perkuliahan. Tuntutan-tuntutan tanggungjawab yang harus dihadapi mahasiswa dapat menjadi tekanan yang mempengaruhi kondisi psikologisnya. Tekanan-tekanan itu misalnya tuntutan untuk meningkatkan prestasi akademik, permasalahan pergaulan, pengaturan keuangan, permasalahan belajar maupun keluarga. Data yang diperoleh dari Biro pelayanan Psikologi UAD (2007), ternyata permasalahan yang dikeluhkan mahasiswa adalah gangguan hubungan interpersonal maupun keluarga serta tuntutan orang tua yang terlalu tinggi maupun desakan untuk segera menyelesaikan studi. Dapat dipahami jika hal-hal tersebut menimbulkan gangguan emosional atau yang sering disebut sebagai afek negatif.

Penelitian tentang afek pada mahasiswa UAD, khususnya mahasiswa Fakultas Psikologi sepanjang pengetahuan penulis belum pernah dilakukan. Penelitian afek pada mahasiswa UAD dapat menjadi masukan tentang bagaimana kondisi emosi mahasiswa yang merupakan gambaran kesehatan mentalnya.

Afek sering dikatakan sebagai emosi yang disadari dan pada beberapa tulisan afek positif dan afek negatif digambarkan sebagai gambaran perasaan yang menyenangkan (*pleasantness*) maupun tidak menyenangkan (*unpleasantness*) yang dialami individu. Afek negatif, misalnya tegang, putus asa, ngeri, jengkel sedangkan afek positif misalnya semangat, kuat, aktif, bergairah, tegar (Watson et. Al.,1988).

Hubungan afek positif dan afek negatif menarik untuk diteliti. Menurut Costa & McCrae (1988) hubungan afek positif dan afek negatif bersifat *mutually exclusive*, yakni pada saat yang sama afek positif dan negatif dapat dirasakan bersama-sama dalam waktu yang bersamaan, misalnya afek jengkel dirasakan sekaligus dengan afek semangat. Tingginya afek positif tidak selalu disertai dengan rendahnya afek negatif, begitu pula sebaliknya. Jadi afek bukan dalam satu skala kontinum/ monopolar (berkutub satu) tetapi dalam suatu kondisi bipolar (berkutub dua).

Berdasar permasalahan di atas menarik untuk diteliti bagaimana hubungan afek positif dan afek negatif ; apakah benar afek bersifat bipolar ataukah bersifat monopolar.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian afek

Dalam bahasa Inggris ada banyak istilah yang menggambarkan perasaan seseorang, seperti *emotion*, *feeling*, *affect* dan *mood*. Perasaan merupakan bagian integral dari pengalaman manusia. Istilah perasaan mengarah pada adanya macam-macam emosi pada aktivitas keseharian. Penelitian-penelitian tentang unsur afektif manusia sering menggunakan istilah emosi (Prawitasari, 1990, 1991, 1992, 1998; Prawitasari & Hasanat, 1990; Prawitasari & Martani, 1993; Prawitasari dkk., 1994 – 1997).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1989) perasaan adalah hasil atau perbuatan merasa dengan panca indera; atau rasa (keadaan batin) sewaktu menghadapi (merasai sesuatu); atau kesanggupan merasai; atau pertimbangan batin (hati) atas sesuatu. Emosi adalah luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat atau sebagai keadaan dan reaksi fisiologis maupun psikologis. Afek adalah perasaan dan emosi yang menekankan tingkat kesenangan atau kesedihan pada kualitas senang dan tidak senang, nyaman dan tidak nyaman yang mewarnai perasaan.

Sarafino (1998) mengartikan emosi sebagai perasaan subyektif yang mempengaruhi dan dipengaruhi oleh pikiran, perilaku dan fisiologis. Sebagian emosi bersifat positif (seperti senang, kasih sayang) dan sebagian yang lain adalah negatif (seperti marah, takut, sedih). Terlihat bahwa Sarafino tidak membedakan antara afek dan emosi.

Batson dkk (1992) membedakan antara afek, *mood* dan emosi dan menyimpulkan bahwa dari ketiga istilah ini afek adalah yang paling umum. Afek adalah *phylogenetic* dan *ontogenetic* yang paling primitif. Afek ditandai sebagaimana lolongan anjing atau tangisan bayi. Afek memiliki nada (*tone*), valensi (positif atau negatif) dan intensitas dari lemah ke kuat.

Zajonc (dalam Batson dkk., 1992) mengatakan bahwa afek lebih sering terdengar untuk menunjukkan preferensi sehingga akan memberikan informasi tentang pengalaman organisme dalam suatu peristiwa apakah lebih bernilai dari yang lainnya. Perubahan dari kurang bernilai menjadi lebih bernilai disebut afek positif sedangkan perubahan dari lebih bernilai menjadi kurang bernilai disebut afek negatif. Tanpa preferensi yang dilakukan oleh afek positif maupun afek negatif maka pengalaman-pengalaman individu akan berada di daerah netral yang abu-abu atau tidak jelas. *Mood* dan emosi juga berkaitan dengan nada dan intensitas, *mood* merefleksikan perubahan dalam harapan yang lebih umum dari afek positif maupun negatif pada masa yang akan datang (*future*), sedangkan emosi menunjukkan keberadaan sebuah tanggapan khusus yang terjadi sekarang (*present*). Hubungan antara afek, emosi dan *mood* sangat dekat. Sebagai contoh, dalam suatu peristiwa yang sama akan menimbulkan reaksi yang sama antara afek, *mood* dan emosi. Orang yang sukses dalam tugas akan merasa nyaman dan senang (afek positif); jika seseorang sudah lama bekerja dalam tugas kemudian tiba-tiba sukses maka akan terjadi perasaan kegembiraan yang sangat (emosi positif), ketika itu kemungkinan besar ada peningkatan pengharapan pada peristiwa di masa yang akan datang (*good mood/ mood* yang baik). Sebaliknya kegagalan akan mengakibatkan ketidaknyamanan (afek negatif), merasa sedih dan kecewa pada saat terjadinya peristiwa (emosi negatif) dan harapan yang turun terhadap peristiwa-peristiwa yang akan datang (*bad mood/ mood* yang buruk). Semua reaksi ketiganya atas suatu peristiwa akan sama. Afek, *mood* maupun emosi dalam analisa fenotip berada dalam satu grup yang sama, sedangkan dalam analisa genotip ketiganya mempunyai fungsi

yang berbeda-beda. Selanjutnya Batson dkk (1992) mengatakan bahwa terdapat kompleksitas analisis konseptual antara afek, *mood* dan emosi tetapi pendekatan yang paling sederhana adalah bahwa ketiganya dapat digunakan secara bergantian tanpa secara serius memperhatikan perbedaan fungsinya; hal ini bukan berarti kehilangan substansi bahwa ketiganya memang memiliki perbedaan yang cukup substansial. Menurut Durand & Barlow (2006) emosi biasanya hanya berlangsung sebentar, yakni sebuah keadaan temporer yang berlangsung selama beberapa menit sampai beberapa jam yang terjadi sebagai respons terhadap suatu kejadian eksternal. Mood lebih diartikan sebagai periode afek atau emosionalitas yang lebih persisten. Selanjutnya ditambahkan bahwa emosi berkaitan dengan tiga komponen yang saling berhubungan, yakni komponen perilaku, fisiologis dan kognisi.

Halonen & Santrock (1999) mengartikan emosi sebagai perasaan atau afeksi yang melibatkan respon fisiologis (seperti aliran darah, detak jantung), pengalaman sadar (seperti ketika mencintai seseorang) dan diikuti oleh perilaku (seperti tersenyum atau menyeringai). Mereka membagi emosi manusia menjadi dua, yakni (1) emosi positif yang disebut *positive-affect* (Afek Positif / AP) dan (2) emosi negatif yang disebut *negative-affect* (Afek Negatif / AN). Hal ini dikuatkan oleh Durand & Barlow (2006) yang menyatakan bahwa afek merupakan aspek emosi yang bersifat subyektif dan disadari yang menyertai tindakan pada waktu tertentu. Istilah afek dapat digunakan secara lebih umum untuk merangkum kesamaan-kesamaan di antara berbagai keadaan emosional yang khas pada seorang individu.

Afek Positif menunjuk pada pengertian bahwa seseorang merasa bersemangat, penuh konsentrasi dan kenyamanan; sedangkan Afek Positif yang rendah ditandai oleh kesedihan dan keletihan. Afek Negatif mengindikasikan bahwa pada individu terdapat ketegangan dan ketidaknyamanan sebagai akibat dari macam-macam *mood* yang tidak menyenangkan seperti marah, direndahkan, tidak disukai, rasa bersalah, takut dan gelisah.

Penelitian ini akan mengambil pengertian afek menurut Halonen & Santrock (1999) yakni tidak akan membedakan secara tegas antara afek dan emosi. Afek dalam penelitian ini mencakup macam-macam perasaan yang terjadi saat ini, dalam pengertian Batson dkk. (1992) disebut sebagai emosi, dan perasaan yang sering (biasanya) dialami baik yang bersifat positif maupun negatif, senang dan tidak senang, nyaman dan tidak nyaman. Perasaan saat ini dan biasanya yang bersifat positif akan disebut afek positif (AP) dan perasaan saat ini dan biasanya yang negatif akan disebut afek negatif (AN).

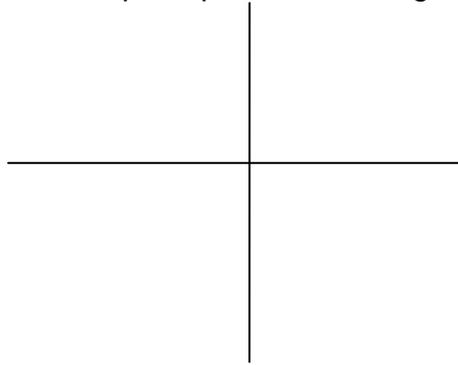
Watson *et al.* (1988) telah menyusun sepuluh (10) kata sifat yang menunjuk pada AP dan sepuluh (10) kata sifat yang menunjuk pada AN yang disebut PANAS (*Positive And Negative Affect Schedule*). Sifat yang menunjukkan AP adalah: semangat, kuat, aktif, waspada/ siap, konsentrasi, teguh/ kokoh, mempunyai ide, berminat, antusias/ bergairah, tegar/ tabah. Sedangkan sifat yang menunjukkan AN adalah: tegang, putus asa, ngeri, jengkel, mudah tersinggung, malu, takut, gelisah, gugup, kecewa.

Teori lebih lanjut menyatakan tentang sifat afek terutama berkaitan dengan afek positif dan afek negatif. Teori yang bersifat monopolar menyatakan bahwa afek positif dan afek negatif berada dalam suatu kontinum, yang mana kenaikan pada afek positif akan diikuti oleh penurunan pada afek negatif. Hal ini bias dilihat pada gambar berikut:

Afek negatif (-) ← → Afek Positif (+)

Gambar 1. Monopolaritas afek

Pendapat lain menyatakan bahwa afek bersifat bipolar (berkutub ganda), yang mana kenaikan pada afek positif tidak selalu diikuti dengan kenaikan pada aspek yang lain. Jadi orang dapat merasakan dalam waktu yang bersamaan afek positif dan afek negatif sekaligus. Hal ini dapat dipahami dalam gambar 2 berikut:



Gambar 2. Bipolaritas Afek

Ahli yang mendukung bahwa afek bersifat bipolar adalah Costa & McCrae (1988) dan Watson et al. (1988). Yang mana kemudian disusun teori tentang afek positif dan afek negatif. Bipolaritas dapat ditunjukkan yakni bahwa tidak ada hubungan antara afek positif dengan afek negatif. Sifat monopolaritas ditunjukkan dari hubungan yang negative antara afek positif dan afek negative.

METODE PENELITIAN

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UAD mulai angkatan 2000 sampai 2003 baik laki-laki maupun perempuan. Pengambilan sample dilakukan dengan teknik purposive sampling, yakni diambil sample sesuai dengan karakteristik yang sudah ditentukan.

Metode Pengumpulan Data

Metode penskalaan

Skala yang digunakan adalah untuk mengukur keadaan perasaan atau afek seseorang yang terdiri sepuluh (10) kata sifat yang mengungkap afek positif (AP) dan sepuluh (10) kata sifat yang mengungkap afek negatif (AN). Skala Afek dimodifikasi dari pendapat Watson *et al.* (1988). Kata-kata sifat yang mengungkap AP adalah: bersemangat, kuat, aktif, waspada/ siap mengantisipasi, konsentrasi, teguh/ kokoh, mempunyai ide, berminat, antusias/ punya motivasi, tegar. Kata sifat yang mengungkap AN adalah: tegang, rasa bersalah, ngeri, jengkel, mudah tersinggung, malu, takut, gelisah, gugup, kecewa. Individu diminta untuk mengukur intensitas perasaannya selama kurun waktu yang berbeda- beda, yakni saat ini dan biasanya. Pilihan jawaban ada empat macam, yakni bertingkat mulai dari Sangat Sesuai (SS) sampai Sangat Tidak Sesuai (STS). Pemberian skor untuk aitem SS

(Sangat Sesuai) skor 4, S (Sesuai) skor 3, Tidak Sesuai (TS) skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) skor 1.

Nilai AP dan AN adalah penjumlahan total dari skor subyek dalam suatu kurun waktu tertentu (saat ini dan biasanya).

Tabel 1. Distribusi Aitem Skala Afek Sebelum uji coba

No	Faktor	AITEM		AITEM		TOTAL
		Saat Ini	Jml	Biasanya	Jml	
1.	Afek Positif	1,2,3,4,5,6,	10 aitem	21,22,23,24,25,	10 aitem	20 aitem
		7,8,9,10		26, 27,28,29, 30		
2.	Afek Negatif	11,12,13,1	10 aitem	31,32,33,34,35,	10 aitem	20 aitem
		4,15,16,17, 18,19,20		36,37,38,39, 40		
TOTAL			20 aitem		20 aitem	40 aitem

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah: dengan uji korelasi product moment untuk menguji apakah ada hubungan antara dua variabel, yakni antara variabel X dan Y yang datanya bersifat interval. Uji korelasi dibantu dengan program SPSS for windows Release versi 10.00. Uji analisis aitem dilakukan dengan SPS 2000 edisi Sutrisno Hadi & Yuni Pamardiningih.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data Penelitian

Data Deskriptif Subyek Penelitian

Tabel 2. Profil Subyek Penelitian

Jenis Kelamin	Laki- laki	43	28.5 %
	Perempuan	108	71.5 %
Angkatan	2000/2001	L = 13	48.1 %
		P = 24	51.9%
	2001/2002	L = 11	30.6 %
		P = 25	69.4 %
	2002/2003	L = 6	14.6%
		P = 35	86.4%
	2003/2004	L = 13	48.1%
		P = 24	51.9%
TOTAL N =		151	(100%)

Hasil Uji Coba Alat Ukur

Uji Coba alat ukur dilakukan terhadap 48 mahasiswa Fakultas Ekonomi UAD angkatan 2000 sebanyak 48 mahasiswa. Uji Coba dilaksanakan pada April 2001 pada waktu setelah selesai ujian.

Hasil analisis uji coba didapatkan untuk skala positif afek terdapat 1 aitem yang gugur sedangkan untuk afek negatif ada 2 aitem yang gugur sehingga keseluruhan aitem berjumlah 38 yang terdiri 19 aitem afek positif ($r_{tt} = 0.872$) dan 18 aitem afek negatif ($r_{tt} = 0.892$).

Hasil Uji Hipotesis

a. Hasil uji korelasi antara afek positif total (saat ini dan biasanya) dengan afek negatif total (saat ini dan biasanya) menghasilkan nilai $r = 0.030$ ($p = 0.711$, $p > 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara afek positif dengan afek negatif. Hipotesis pertama diterima. Demikian pula tidak ada hubungan antara afek negatif saat ini dengan afek positif saat ini ($r = -0.016$, $p = 0.849$, $p > 0.05$) serta tidak ada hubungan antara afek negatif biasanya dengan afek positif biasanya ($r = 0.096$, $p = 0.239$, $p > 0.05$). Ini menunjukkan bahwa kenaikan pada afek positif tidak selalu diikuti dengan penurunan pada afek negatif demikian pula sebaliknya.

b. Berdasarkan matriks interkorelasi didapatkan bahwa komponen-komponen dalam afek positif lebih berhubungan dengan afek positif dan komponen-komponen dalam afek negatif lebih berhubungan dengan afek negatif jadi hipotesis kedua dan ketiga diterima. Misalnya diketahui bahwa afek positif saat ini berkorelasi sangat signifikan dengan afek positif biasanya ($r = 0.550$; $p = 0.000$) dan afek negatif saat ini berkorelasi sangat signifikan dengan afek negatif biasanya ($r = 0.518$, $p = 0.000$).

Pembahasan

Afek ditemukan mempunyai karakteristik yang bersifat tidak linear yakni tingginya afek positif tidak selalu diikuti dengan rendahnya afek negatif. Hal ini sesuai dengan pendapat Costa & McCrae (1988) bahwa afek bersifat mutually exclusive dan ber kutub ganda/ bipolar.

Afek positif kurun waktu saat ini ternyata berhubungan sangat signifikan dengan afek positif biasanya ($r = 0.550$). Hal ini dapat dipahami bahwa afek positif saat ini dapat memprediksi afek positif biasanya atau juga dapat dikatakan bahwa keseharian seseorang ditentukan oleh afek saat tertentu sebesar 30,25 %. Adapun 69,75 % disebabkan oleh faktor lainnya.

Afek negatif kurun waktu saat ini ternyata berhubungan sangat signifikan dengan afek negatif biasanya ($r = 0.518$). Hal ini dapat dipahami bahwa afek negatif saat ini dapat memprediksi afek negatif biasanya atau juga dapat dikatakan bahwa keseharian afek negatif seseorang ditentukan oleh afek negatif saat tertentu sebesar 26, 83 %. Adapun 73,17 % disebabkan oleh faktor lainnya.

Teori afek menarik untuk diteliti lebih lanjut pada masa yang akan datang karena diketahui bahwa afek positif mencerminkan kesejahteraan psikologis seseorang. Hal ini sesuai pendapat Durand & Barlow (2006) bahwa afek negatif seperti takut, agresif, cemas dapat mengganggu secara fisiologis, kognitif dan perilaku individu. Penelitian Urbayatun (2006) bahwa pemenuhan kebutuhan seseorang akan mempengaruhi afeknya, khususnya pada lansia. Menurut Hasanat (1997) ekspresi wajah merupakan penyebab munculnya emosi; oleh karena itu jika

seseorang sedang bersedih hendaklah tersenyum atau tertawa niscaya akan muncul emosi bahagia. Hal tersebut disebabkan aliran darah ke otak yang diatur oleh otot wajah akan mempengaruhi temperatur di otak. Perubahan temperatur ini berhubungan dengan perasaan yang dialami seseorang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

a. Tidak ada korelasi antara afek positif dengan afek negatif atau afek bersifat bipolar, tingginya afek positif tidak selalu disertai rendahnya afek negatif demikian pula sebaliknya.

b. Afek positif kurun waktu saat ini ternyata berhubungan sangat signifikan dengan afek positif biasanya. Hal ini dapat dipahami bahwa afek positif saat ini dapat memprediksi afek positif biasanya atau juga dapat dikatakan bahwa keseharian seseorang ditentukan oleh afek saat tertentu sebesar 30,25 %. Adapun 69.75 % disebabkan oleh faktor lainnya.

Afek negatif kurun waktu saat ini ternyata berhubungan sangat signifikan dengan afek negatif biasanya. Hal ini dapat dipahami bahwa afek negatif saat ini dapat memprediksi afek negatif biasanya atau juga dapat dikatakan bahwa keseharian afek negatif seseorang ditentukan oleh afek negatif saat tertentu sebesar 26, 83 %. Adapun 73.17 % disebabkan oleh faktor lainnya.

Saran

Disarankan peneliti selanjutnya lebih meneliti afek berdasarkan gender dan dengan populasi yang lebih luas. Teknik sampling yang digunakan juga perlu diperbaiki agar sampel dapat mewakili populasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (1989). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta: Balai Pustaka.
- Batson, C. D., Shaw, L. L., dan Oleson, K. C. (1992). Differentiating Affect, Mood and emotion. Toward Functionally Based Conceptual Distinction. Dalam. Clark, M. S. (eds.). *Emotion*. Newburry Park: Sage Publications.
- Durand, .M. & Barlow, D. H. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Edisi ke 4. Buku Pertama. (penterjemah: Soetjipto & Soetjipto). Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Halonen, J. S. & Santrock, J.W. *Psychology, Context and Application*, 3rd-edition. McGraw -Hill Company Inc.

- Hasanat, N. (1997). Anda Sedang Bersedih? Cobalah tersenyum atau Tertawa (Suatu Bukti Facial Feedback Hypothesis). *Buletin psikologi*. Th. V. No. 2, hal. 26-31.
- Prawitasari, J. E. (1990). Ekspresi Wajah Untuk Mengungkap Emosi Dasar Manusia. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J. E. (1991). Reliabilitas Alat Pengungkap Emosi dasar Manusia. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J. E. (1993). Keajegan Gerak dan Emosi. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J. E. (1994). Aspek Sosio Psikologis Lansia di Indonesia. *Buletin Psikologi*. Fakultas Psikologi UGM, Tahun VI , No 1, Juni, hal. 21 31
- Prawitasari, J. E. (1998). Kecerdasan Emosi. *Buletin Psikologi*. Fakultas Psikologi UGM, Tahun II , No 1, Juli, hal. 27- 34.
- Sarafino, E.P. (1998). *Health Psychology-Biopsychosocial Interaction*. Third edition. John Wiley & Sons, Inc.
- Sudjarwadi. (2003). Arah Kebijakan Universitas Gadjah Mada Dalam Peningkatan Mutu Pembelajaran. *Makalah Seminar*. eningkatan Mutu Pembelajaran Melalui Sinergi Dengan Staeholders Pendidikan. Yogyakarta: UGM
- Urbayatun, S. (2006). Hubungan Antara Pemenuhan Kebutuhan dengan Afek Positif dan Afek Negatif Pada Lansia. *Humanitas*. Vo.3, No.1, hal.63-74.
- Watson, D., Clark, L.A. & Tellegen, A. (1988). Development of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 54, 1063- 1070.