

## **BUDAYA DAN EMOSI**

### **(PERTEMUAN TIGA)**

**Dr.Rusmiyati, M.Pd Prodi**

**BK STKIP PGRI Sumenep**

#### **I Pentingnya Emosi dalam Kehidupan**

Sangat sulit dibayangkan jika kehidupan kita tanpa emosi, tanpa perasaan. Kita sangat menghargai perasaan kita – perasaan senang saat menonton pertandingan, rasa senang akan kasih sayang dari kekasih, kegembiraan saat berkumpul bersama kawan-kawan, menonton film, atau jalan-jalan ke sebuah club malam. Bahkan perasaan negatif atau sedih juga penting bagi kita: sedih ketika kita harus berjauhan dengan kekasih, kematian anggota keluarga, rasa marah ketika kita disakiti, rasa takut, dan rasa bersalah atau malu saat aib kita diketahui publik. Emosi memberi warna pada pengalaman hidup kita. Emosi memberi makna pada peristiwa. Tanpa emosi, peristiwa yang kita alami hanya sekedar fakta kehidupan saja.

Emosi inilah yang membedakan kita dengan komputer dan jenis mesin lainnya. Teknologi yang ada saat ini telah mampu menciptakan mesin yang bisa melampaui daya pikir kita. Bahkan komputer telah mampu menangani pekerjaan secara lebih efektif dibandingkan manusia. Namun sebagus apapun teknologi yang ada, mereka tidak memiliki perasaan seperti yang dimiliki manusia (bisa jadi belum bisa).

Perasaan dan emosi kemungkinan merupakan aspek terpenting dalam kehidupan kita. Semua orang dari beragam budaya memilikinya, dan semua orang harus belajar untuk menguasainya, agar meningkat ke suatu derajat tertentu dan memberikan manfaat bagi mereka. Memang kehidupan kita saat ini sedang difokuskan pada pengembangan teknologi kecerdasan buatan dan pemikiran kritis serta kemampuan penalaran. Namun tanpa emosi, semua itu tidak akan terjadi.

Emosi melandasi keberagaman yang ada di antara manusia. Bagaimana kita membungkus emosi, bagaimana kita menyebutnya, seberapa penting emosi tersebut, bagaimana kita mengekspresikan dan mengartikannya, dan bagaimana kita merasakannya, semua ini merupakan pertanyaan yang dijawab secara berbeda-beda oleh semua orang dan budaya-budaya yang ada. Perbedaan di antara individu dan budaya ini memberikan kontribusi yang penting terhadap keberagaman yang ada saat ini, dan yang terpenting, memberikan perasaan pada orang-orang dari berbagai bangsa dan daerah.

Bab ini akan menelaah tentang bentuk dari perbedaan-perbedaan serta persamaan emosi manusia dari berbagai budaya. Kami akan mengawali pembahasan pada bagaimana beberapa emosi bisa bersifat universal dan lintas budaya, sedangkan emosi yang lain berbeda antara satu budaya dengan budaya yang lain. Integrasi antara universalitas dan perbedaan budaya ini merupakan tantangan yang dihadapi oleh penelitian lintas budaya terhadap emosi manusia.

#### **II Budaya dan Ekspresi Emosi**

Pengkajian pengaruh budaya terhadap emosi manusia kamiawali dengan topik ekspresi emosi, hal ini kami lakukan karena beberapa alasan. *Pertama*, penelitian lintas

budaya pada ekspresi emosi, khususnya ekspresi wajah, dilandasi oleh penelitian kontemporer tentang emosi, baik lintas budaya maupun aliran utama. Oleh karena itu, penelitian lintas budaya pada ekspresi emosi wajah memiliki kesignifikanan historis yang sangat penting pada area penelitian psikologi ini. *Kedua*, penelitian lintas budaya pada ekspresi emosi wajah telah membuktikan secara meyakinkan bahwa terdapat suatu rangkaian ekspresi wajah yang bersifat universal dan berlaku di semua budaya manusia, dan mereka memberikan dasar-dasar persamaan pada semua aspek emosi – ekspresi, persepsi, pengalaman, anteseden, penilaian, dan konsep. Atas dasar ini, budaya memberikan pengaruhnya dalam membentuk dunia emosional kita, sehingga menghasilkan perbedaan-perbedaan dan persamaan-persamaan budaya. Oleh karena itu, kita akan mengawalinya dengan universalitas ekspresi emosi wajah.

## 2.1 Universalitas Ekspresi Emosi Wajah

Meskipun para filsuf telah memperdebatkan dan membahas tentang dasar universalitas dari ekspresi wajah selama berabad-abad, namun kajian ekspresi wajah lintas budaya ini sebenarnya berpangkal pada tulisan Charles Darwin. Tentunya kita semua sudah mengenal Charles Darwin dari teori evolusinya yang terdapat dalam tulisan yang berjudul *On the Origin of Species* (1859). Darwin menyatakan bahwa manusia itu mengalami evolusi dari hewan yang primitif, seperti kera atau simpanse, dan perilaku yang kita miliki saat ini merupakan hasil dari seleksi evolusi yang terjadi melalui proses adaptasi evolusi. Pada tulisan berikutnya yang berjudul *The Expression of Emotion in Man and Animals* (1872), Darwin menyatakan bahwa ekspresi emosi pada wajah, seperti halnya perilaku yang lain, merupakan bawaan biologis dan hasil dari adaptasi evolusi. Darwin menyatakan bahwa manusia mengekspresikan emosi di wajah mereka dengan cara yang sama persis dengan manusia lain di seluruh dunia, tak peduli apapun ras dan budayanya. Lebih lanjut, ekspresi yang sama juga ditemukan pada spesies hewan, misalnya gorila. Menurut Darwin, ekspresi emosi wajah memiliki nilai komunikatif dan adaptif, dan menjamin kelanggengan suatu spesies dengan cara memberikan informasi intrafisik dan informasi sosial tentang anggota komunitas yang lain.

Selama awal dan pertengahan tahun 1900-an, telah dilakukan beberapa penelitian untuk menguji gagasan Darwin tersebut yang berkaitan dengan universalitas ekspresi emosi. Namun sayangnya, sebagian besar dari penelitian tersebut terbentur pada permasalahan metodologis, sehingga sangat sulit untuk membuat kesimpulan di akhir penelitian. Pada saat yang sama, para ahli antropologi yang terkenal seperti Margaret Mead dan Ray Birdwhistell menyatakan bahwa ekspresi emosi wajah merupakan sesuatu yang harus dipelajari, hampir mirip dengan bahasa. Sehingga, orang dengan bahasa yang berbeda akan memiliki ekspresi emosi wajah yang berbeda pula.

Perdebatan ini tidak muncul ke permukaan lagi, sampai pada tahun 1960-an di mana pakar psikologi Paul Ekman dan Wallace Friesen (1972) serta peneliti independen Carroll Izard (1971), dan Sylvain Tomkins mengadakan penelitian yang benar-benar metodologis. Para peneliti tersebut melakukan penelitian yang saat ini disebut sebagai **penelitian universalitas**. Diterapkan empat jenis penelitian yang berbeda dalam penelitian tersebut. Sejak saat itu, telah banyak peneliti yang melanjutkan atau memperdalam penelitian tersebut sehingga semakin menegaskan keutuhan dari penelitian tersebut.

Pada bagian pertama penelitian tersebut, mereka (Ekman, Friesen, dan Tomkins) memilih beberapa foto ekspresi emosi wajah yang dianggap memiliki kesamaan ekspresi emosi secara universal. Kemudian mereka menunjukkan foto-foto

tersebut kepada para pengamat dari lima negara yang berbeda (AS, Argentina, Brazil, Chili, dan Jepang) dan meminta para pengamat tersebut untuk memberi label pada masing-masing ekspresi. Data yang didapat menunjukkan tingkat kesamaan yang sangat tinggi dari keseluruhan pengamat dalam menginterpretasikan enam emosi yang diberikan – marah, jijik, takut, gembira, sedih, dan terkejut. Izard (1971) melakukan penelitian yang sama di lokasi kebudayaan yang lain, dan membuahkan hasil yang sama.

Salah satu dari permasalahan penelitian tersebut adalah bahwa semua budaya yang dikenai penelitian merupakan kebudayaan yang terpelajar, mengenal industri, dan relatif modern. Maka bisa dimungkinkan bahwa para pengamat yang diambil dari kebudayaan tersebut telah mempelajari sebelumnya bagaimana menginterpretasikan ekspresi wajah pada sebuah foto. Bahkan faktanya, masyarakat tersebut telah mengenal media massa – televisi, film, majalah, dan sebagainya, sehingga hal ini memperkuat kemungkinan tersebut.

Untuk menghadapi kritikan ini, Ekman, Sorensen, dan Friesen (1969) melakukan penelitian yang sama di dua suku tertinggal di New Guinea. Karena sifat dari partisipan dalam penelitian ini, maka para peneliti tidak lagi menggunakan kata untuk mewakili suatu ekspresi wajah, namun menggantinya dengan menggunakan sebuah cerita pendek yang paling mencerminkan ekspresi wajah yang ditunjukkan. Jadi para partisipan diminta untuk menceritakan tentang gambar yang diberikan. Dan menakjubkannya, hasil data yang didapat dari suku terbelakang ini sama dengan data yang didapat dari masyarakat yang telah maju. Oleh karena itu, hal ini dijadikan sumber kedua sebagai bukti pendukung tentang universalitas.

Penelitian terhadap suku terbelakang ini kemudian dilanjutkan lebih jauh, di mana Ekman meminta semua anggota suku untuk menunjukkan ekspresi wajah masing-masing terhadap beberapa emosi yang diberikan. Para anggota suku tersebut kemudian difoto, dan foto tersebut dibawa ke Amerika Serikat. Di AS, foto tersebut ditunjukkan kepada para pengamat, dan mereka diminta memberikan label pada tiap-tiap foto ekspresi wajah tersebut. Dan lagi-lagi, hasil yang didapat menunjukkan hasil yang sama.

Kemudian penelitian selanjutnya dilakukan terhadap bayi yang buta, di mana penelitian ini juga menunjukkan hasil yang sama. Sehingga menunjukkan bahwa indera visual bukanlah sarana/media untuk mempelajari suatu ekspresi wajah. Dengan demikian semakin menegaskan bahwa ekspresi emosi wajah adalah bersifat universal dan merupakan bawaan lahir. Dengan kata lain, penelitian ini berpendapat bahwa semua orang lahir dengan kapasitas untuk mengalami, mengekspresikan, dan merasakan emosi dasar yang sama.

Tentu saja, emosi yang kita alami tidak hanya emosi dasar saja, namun lebih luas seperti cinta, benci, cemburu, bangga, dan sebagainya. Namun demikian, keberadaan emosi dasar menegaskan bahwa emosi-emosi tersebut bercampur dengan atmosfer pengalaman, kepribadian, dan sosiokultural kita yang kemudian membentuk dan mewarnai kehidupan kita. Hal ini seperti halnya warna, di mana warna dasar merupakan warna asal untuk melahirkan warna-warna lainnya, yaitu melalui percampuran di antara warna-warna dasar.

## **2.2 Perbedaan Kultural pada Ekspresi Wajah: Aturan Tampilan**

Meskipun fakta menunjukkan bahwa ekspresi emosi wajah bersifat universal, namun sebagian besar dari kita seringkali kesulitan dalam menginterpretasikan ekspresi wajah

seseorang dari budaya yang berbeda. Pada saat yang sama, kita juga bertanya-tanya apakah ekspresi yang kita tampilkan sudah diinterpretasikan oleh orang lain secara benar seperti yang kita inginkan. Meskipun kita melihat beberapa ekspresi emosi orang lain dengan budaya berbeda yang sangat mirip dengan milik kita, namun kita lebih sering melihat perbedaan-perbedaan yang ada. Jadi, bagaimana kita bisa mempercayai hasil temuan penelitian yang menyatakan bahwa ekspresi wajah bersifat universal, sedangkan pengalaman kita sehari-hari lebih sering menemukan perbedaan antara budaya yang satu dengan yang lain?

Ekman dan Friesen (1969) telah mengantisipasi pertanyaan tersebut bertahun-tahun yang lalu, dan mereka mengeluarkan konsep yang disebut **aturan tampilan budaya** untuk menjawab pertanyaan tersebut. Mereka berpendapat bahwa budaya memang berbeda dalam mengatur bagaimana suatu emosi universal itu diekspresikan. Aturan ini berlandaskan pada kelayakan dalam menampilkan tiap-tiap emosi dalam suatu kondisi sosial tertentu. Aturan ini telah dipelajari sejak dini, dan aturan inilah yang memandu bagaimana suatu ekspresi emosi universal dimodifikasi sesuai dengan situasi sosial yang ada. Saat seseorang telah dewasa, aturan ini akan dapat diterapkan dengan baik secara otomatis.

Untuk membuktikan aturan tersebut, Ekman dan Friesen (1972) melakukan penelitian terhadap beberapa orang Amerika dan Jepang. Baik orang Amerika maupun Jepang diperlihatkan sebuah film yang penuh adegan menegangkan. Pada saat itu, ekspresi mereka direkam video tanpa mereka ketahuinya, dan hasilnya, baik orang Amerika maupun Jepang menunjukkan ekspresi emosi yang sama. Hal ini dikarenakan stimulus ekspresi yang mereka tampilkan murni dari dalam diri mereka sendiri.

Kemudian setelah film selesai, ada beberapa orang peneliti yang masuk dan menjelaskan bahwa mereka sedang diteliti, dan mereka diminta untuk melihat film itu sekali lagi. Saat peneliti masuk dan menjelaskan inilah di mana aturan tampilan diterapkan. Sehingga nampak jelas perbedaan ekspresi di antara mereka. Orang Amerika tetap mau menonton film dan menunjukkan ekspresi takut, sedih dan marah, sedangkan orang Jepang, meskipun memiliki perasaan negatif, mereka kadang tersenyum atau tanpa ekspresi karena mereka takut menyinggung pihak peneliti. Temuan ini tentu saja sangat menarik, sebab mereka adalah orang-orang yang sama ketika di awal menunjukkan ekspresi emosi yang sama, namun di kondisi yang kedua mereka menunjukkan hal yang berbeda.

Dengan demikian, ekspresi emosi wajah berada pada dua pengaruh universal, yaitu faktor bawaan sejak lahir dan faktor budaya tertentu atau aturan tampilan yang dipelajari. Ketika suatu emosi terpicu, maka sebuah pesan akan dikirimkan melalui program ekspresi wajah, di mana program ini akan menyimpan semua jenis informasi ekspresi emosi wajah yang pernah dialami. Dan pada saat yang sama, pesan tersebut juga dikirimkan ke penyimpanan otak yang berkaitan dengan aturan tampilan yang dipelajari. Sehingga, ketika aturan tampilan tidak memodifikasi ekspresi, maka yang muncul di wajah adalah ekspresi emosi universal. Namun demikian, hal ini sangat bergantung pada kondisi sosial yang ada, di mana aturan tampilan ini bisa bertindak menetralkan, memperkuat, memperlemah, atau menutupi ekspresi universal yang sebenarnya. Mekanisme ini menjelaskan bagaimana dan mengapa orang-orang bisa memiliki ekspresi emosi yang berbeda-beda meskipun sesungguhnya kita semua memiliki dasar ekspresi yang sama.

### 2.3 Penelitian Lintas Budaya Terkini terhadap Ekspresi Emosi dan Aturan Tampilan

Setelah publikasi awal dari penelitian universalitas, bersamaan dengan konsep dan dokumentasi tentang aturan tampilan budaya, muncul suatu fenomena menarik yang terjadi di lapangan. Temuan-temuan ini begitu diterima sehingga mereka membuka pintu penelitian emosi di seluruh area psikologi. Tak lama setelah publikasi penelitian tentang universalitas, para ahli kemudian berusaha mengembangkan suatu metode pengukuran ekspresi wajah sebagai alat ukur emosi yang obyektif. Semenjak lahirnya perangkat pengukuran ekspresi wajah FACS (*Facial Action Coding System*) yang dikembangkan oleh Ekman dan Friesen (1978), penelitian pada emosi mulai menyebar ke berbagai area psikologi lainnya, termasuk juga psikologi perkembangan, klinis, sosial, kepribadian, dan fisiologis. Penelitian emosi ini sangat cocok diterapkan pada bidang-bidang tersebut, bahkan tahun tersebut merupakan masa kejayaan dari penelitian emosi. Ironisnya, tidak ada penelitian lanjutan yang lain, mereka tetap menggunakan metode penelitian yang ada. Sehingga terdapat jarak yang lebar antara penelitian ekspresi emosi di awal tahun 1970-an sampai akhir 1980-an dan awal 1990-an.

Namun demikian, baru-baru ini, sejumlah penelitian lintas budaya pada ekspresi emosi telah memperluas pengetahuan kita tentang pengaruh budaya terhadap ekspresi dan aturan tampilan. Misalnya, Stephan, Stephan dan de Vargas (1996) yang membandingkan ekspresi orang Amerika dan Costa Rica dengan cara meminta kedua partisipan untuk menilai 38 jenis emosi dalam hal seberapa nyaman yang mereka rasakan ketika menampilkan ekspresi tersebut pada keluarga dan pada orang asing. Mereka juga diminta untuk menentukan peringkat berdasarkan skala mereka sendiri apakah suatu emosi itu positif atau negatif, dan mandiri atukah terikat. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa orang Amerika lebih merasa nyaman dibandingkan orang Costa Rica dalam mengekspresikan emosi mandiri dan terikat. Orang Costa Rica lebih tidak merasa nyaman dalam mengekspresikan emosi negatif.

Beberapa penelitian selanjutnya juga menunjukkan hasil yang menarik mengenai keberadaan perbedaan kultural pada stereotip ekspresi emosi. Pada salah satu penelitian (Pittam, Gallois, Iwawaki dan Kroonenberg, 1995), para partisipan yang berasal dari Australia dan Jepang diminta untuk menilai bagaimana mereka mengekspresikan delapan emosi melalui 12 perilaku, dan bagaimana anggapan mereka tentang ekspresi orang dari negara lain dalam mengekspresikan emosi tersebut. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa orang Australia lebih ekspresif dibandingkan orang Jepang dalam mengekspresikan emosi positif. Namun kedua kelompok menilai bahwa kelompok yang lain lebih ekspresif dibandingkan kelompok mereka dalam mengekspresikan emosi negatif.

Yang terakhir, penelitian yang dilakukan beberapa dekade yang lampau mencoba untuk mengembangkan suatu kerangka teoritis tentang bagaimana dan mengapa budaya-budaya menghasilkan perbedaan ini. Misalnya, Matsumoto (1991), menggunakan konsep *ingroup* dan *outgroup* untuk menyatakan bahwa perbedaan budaya dalam artian hubungan antara *self-ingroup* dan *self-outgroup* memiliki makna khusus bagi emosi yang diekspresikan dalam interaksi sosial. Secara umum, keakraban dan kedekatan dalam hubungan *self-ingroup* di semua budaya memberikan keamanan dan kenyamanan untuk mengekspresikan emosi secara bebas, selaras dengan toleransi pada

spektrum perilaku emosi yang lebih luas. Salah satu bagian dari sosialisasi emosional adalah melibatkan pembelajaran tentang siapa saja anggota dari *ingroup* dan *outgroup* serta tentang perilaku apa saja yang dianggap layak untuk bisa diterapkan.

Matsumoto dan Hearn (1991) telah melakukan penelitian tentang aturan tampilan budaya di Amerika Serikat, Polandia, dan Hungaria. Partisipan dari masing-masing negara diminta untuk melihat enam emosi universal dan kemudian diminta untuk menilai seberapa layak emosi tersebut ditampilkan di tiga jenis situasi sosial: (1) oleh anda sendiri, (2) dengan orang lain yang dianggap sebagai anggota 'ingroup' (teman dekat, anggota keluarga), dan (3) dengan orang lain yang dianggap sebagai anggota 'outgroup' (di tempat umum, teman biasa). Orang Polandia dan Hungaria melaporkan bahwa kurang layak jika menampilkan emosi negatif pada anggota *ingroup* dan lebih layak untuk menampilkan emosi positif; mereka juga mengatakan bahwa lebih layak jika emosi negatif ditampilkan kepada anggota *outgroup*. Sebaliknya, orang Amerika mengatakan bahwa mereka lebih memilih menampilkan emosi negatif ke anggota *ingroup* dan emosi positif ke anggota *outgroup*.

Untuk memahami ekspresi emosi orang-orang dari kebudayaan yang berbeda-beda, maka pertama-tama kita harus memahami basis universal apakah yang melandasi ekspresi tersebut, dan kedua, aturan tampilan budaya apakah yang diterapkan ketika kita berinteraksi dengan mereka. Namun demikian, masih banyak celah dalam pengetahuan kita yang perlu diisi. Misalnya, penelitian di masa mendatang diharapkan meneliti tentang bagaimana orang-orang dari budaya yang berbeda mempelajari beragam aturan tampilan yang mereka miliki, dan apa sajakah aturan-aturan tampilan tersebut.

### **III Budaya dan Persepsi Emosi**

#### **3.1 Universalitas Pengakuan Emosi**

Berdasarkan penelitian dan studi yang dilakukan dalam bidang ekspresi emosi universal juga mengindikasikan bahwa ekspresi emosi wajah juga dapat diakui secara universal. Ketika ditunjukkan gambar ekspresi wajah universal, para partisipan penelitian dari semua negara dan budaya menyatakan emosi yang sama tentang foto yang ditunjukkan tersebut. Seperti yang telah diuraikan sebelumnya, bahwa yang menilai foto tersebut adalah dari masyarakat yang maju dan terbelakang, selain itu foto tersebut juga diambil dari masyarakat yang maju dan terbelakang. Sehingga ragam penelitian tersebut sudah memenuhi unsur pengakuan secara universal.

Temuan yang didapat dari berbagai penelitian yang ada telah menunjukkan dengan tegas bahwa orang-orang dari kebudayaan yang berbeda dapat mengenali ekspresi emosi wajah universal. Seperti halnya ekspresi emosi, prinsip ini juga diterima dengan baik dalam bidang penelitian hubungan antara budaya dan persepsi emosi. Mereka berpendapat bahwa, seperti halnya ekspresi emosi, persepsi emosi juga memiliki aspek-aspek universalitas, elemen lintas budaya, dan aspek budaya tertentu.

### **3.2 Bukti Tentang Persamaan Lintas Budaya Pada Persepsi Emosi**

#### **a. Ekspresi menghina yang universal**

Sejak penelitian awal tentang universalitas, beberapa penelitian yang dilakukan juga telah melaporkan bahwa terdapat universalitas pada ekspresi emosi wajah yang ketujuh, yaitu ekspresi menghina. Bukti awal yang didapat dikumpulkan dari sepuluh budaya, salah satunya adalah Sumatera Barat (Ekman & Friesen, 1988). Temuan ini kemudian dilanjutkan oleh Matsumoto (1992b) pada empat kebudayaan, di mana tiga diantaranya berbeda dari sepuluh kebudayaan yang digunakan oleh Ekman dan Friesen. Ekspresi emosi yang ketujuh ini telah mendapatkan perhatian dan kritikan dari berbagai pihak. Misalnya dalam studi yang dilakukan Russel, yang menyatakan bahwa ekspresi menghina lebih sering diberi label sebagai ekspresi jijik atau sedih, sebab ekspresi ini muncul ketika partisipan diberi gambar yang menjijikkan atau menyedihkan.

#### **b. Peringkat intensitas relatif.**

Budaya-budaya yang ada sepakat mengenai intensitas relatif yang mereka hubungkan dengan ekspresi wajah. Yaitu, ketika mereka membandingkan dua ekspresi, semua kebudayaan sepakat tentang ekspresi mana yang lebih kuat atau lebih ekspresif. Ketika Ekman dan kawan-kawan (1987) menyajikan ekspresi yang sama secara berpasangan, mereka menemukan bahwa 92% dari seluruh kebudayaan yang diteliti memilih gambar mana yang lebih intensif secara sama.

#### **c. Asosiasi antara intensitas ekspresi yang dirasakan dan kesimpulan tentang pengalaman subyektif.**

Ketika orang melihat suatu ekspresi emosi yang kuat, maka mereka akan menyimpulkan bahwa orang yang mengekspresikannya memang merasakan emosi tersebut dengan kuat. Hal ini telah diteliti oleh Matsumoto, Kasri, dan Kooken (1999), di mana mereka meminta orang Jepang dan Amerika untuk menilai 56 ekspresi emosi yang ditampilkan oleh orang Jepang dan Kaukasia. Para partisipan yang memberikan penilaian tersebut diminta untuk menyebutkan emosi apakah yang sedang ditampilkan oleh si peraga, dan menilai kekuatan dari tampilan internal dan eksternalnya, atau pengalaman emosi subyektif.

### **3.3 Bukti tentang Perbedaan Lintas Budaya pada Persepsi Emosi**

#### **a. Pengenalan emosi**

Meskipun penelitian universalitas awal telah menunjukkan bahwa para subyek mampu mengenali jenis ekspresi emosi dengan baik, namun belum ada penelitian lintas budaya yang melaporkan bahwa tingkat pengenalan emosi tersebut bisa mencapai tingkat 100%, artinya semua subyek akan selalu memberi label yang sama terhadap ekspresi emosi yang ditunjukkan. Misalnya studi yang dilakukan Matsumoto (1992a), di mana ia membandingkan penilaian yang dilakukan orang Jepang dan Amerika, dan ia menemukan bahwa tingkat pengenalannya memiliki rentang 64% sampai 99%, di mana hasil ini sama dengan yang didapat oleh penelitian universalitas awal. Orang Amerika lebih baik dalam mengenali ekspresi marah, jijik, takut, dan sedih dibandingkan orang Jepang, namun tingkat akurasi di antara keduanya tidak berbeda jauh dalam mengenali ekspresi kegembiraan atau terkejut.

#### **b. Pengenalan emosi dan dimensi-dimensi budaya**

Beberapa peneliti sangat tertarik untuk mengidentifikasi penyebab terjadinya perbedaan pengenalan emosi pada budaya yang berbeda. Misalnya Russell (1994), berpendapat bahwa terdapat perbedaan antara Barat dan non-Barat, di mana ia menemukan bahwa metodologi penelitian yang dipakai mengalami bias ketika diterapkan pada budaya Barat – khususnya Amerika Utara dan Eropa. Namun demikian, studi pengenalan emosi yang dilakukan oleh Biehl dan kawan-kawan terhadap enam kebudayaan menunjukkan bahwa dikotomi antara Barat dan non-Barat tidaklah memberikan dukungan secara statistis dalam menjelaskan variasi lintas nasional. Biehl menemukan bahwa yang mempengaruhi proses penilaian emosi sesungguhnya adalah variabel sosiopsikologi atau dimensi-dimensi budaya.

#### **c. Atribusi intensitas ekspresi**

Orang dari kebudayaan yang berbeda, berbeda pula dalam merasakan seberapa kuat emosi yang dimiliki orang lain. Ekman et.al (1987) yang meneliti sepuluh kebudayaan merupakan penelitian pertama yang menelaah tentang efek ini. Meskipun semua data pengenalan yang ada mendukung universalitas, namun data tersebut juga menunjukkan bahwa orang Asia memiliki tingkat intensitas yang sangat rendah terhadap emosi seperti gembira, terkejut, dan takut. Data ini menunjukkan bahwa si penilai bertindak berdasarkan aturan-aturan budaya yang telah dipelajari tentang bagaimana merasakan suatu ekspresi, khususnya ketika semua foto yang ditunjukkan merupakan foto orang Kaukasia.

#### **d. Kesimpulan tentang pengalaman emosional yang melandasi ekspresi emosi wajah**

Meskipun kebudayaan berbeda-beda dalam menilai tampilan eksternal, namun masih belum jelas apakah kebudayaan juga berbeda dalam mengambil kesimpulan tentang pengalaman yang melandasinya, dan jika ya, apakah perbedaan ini sama dengan yang terdapat pada tampilan eksternal. Matsumoto, Kasri, dan Kooken (1999) mengadakan penelitian dengan cara membandingkan penilaian orang Amerika dan Jepang. Orang Amerika menilai tampilan eksternal secara lebih intensif dibandingkan orang Jepang. Namun demikian, orang Jepang menilai tampilan internal secara lebih intensif dibandingkan orang Amerika.

#### **e. Atribusi kepribadian berdasarkan senyuman**

Senyuman merupakan simbol umum dari sapaan, rasa terima kasih, atau penerimaan. Senyuman juga bisa digunakan untuk menutupi emosi, dan masing-masing budaya berbeda dalam menggunakan senyuman untuk tujuan ini. Seperti yang telah dicontohkan sebelumnya, ketika orang Jepang dan Amerika diberi tontonan yang menjijikkan atau menyedihkan, dan terdapat peneliti di dalam ruangan tersebut, maka orang Jepang terkadang justru tersenyum meskipun mereka memiliki perasaan yang negatif terhadap film tersebut. Hal ini dikarenakan orang Jepang berusaha menutupi emosi negatif tersebut terhadap peneliti yang berada di dalam ruangan.

### **3.4 Implikasi Perbedaan Budaya pada Emosi: Persepsi bagi Universalitas Emosi**

Dalam periode 30 tahun, dengan banyaknya bukti-bukti yang dikumpulkan oleh para peneliti lintas budaya, universalitas ekspresi emosi wajah telah beralih dari hanya sekedar hipotesis menjadi suatu prinsip-prinsip psikologi yang pasti. Namun demikian, baru-baru ini beberapa artikel telah mempertanyakan penelitian yang berkaitan dengan universalitas. Kritik-kritik terhadap penelitian ini adalah berkaitan dengan metode yang



digunakan (Russell, 1991, 1994, 1995), interpretasi (Russell, 1994), dan penggunaan istilah-istilah bahasa pada ekspresi emosi wajah (Wierzbicka, 1995).

Kemungkinan dari hal-hal tersebut di atas yang paling mendapat sorotan adalah metodologi yang dipakai pada penelitian. Selama bertahun-tahun, banyak penelitian yang dilakukan secara mandiri oleh berbagai laboratorium di seluruh dunia dengan menggunakan metode yang beragam pula. Dalam ulasannya, Russell (1994) memberikan beberapa kritik terhadap metode-metode tersebut, di antaranya (1) sifat dari stimulusnya – fakta bahwa foto-foto yang diberikan diseleksi terlebih dahulu dan pose foto tersebut telah diatur sebelumnya; (2) penyajian dari stimulusnya – fakta bahwa stimulus yang diberikan telah diperlihatkan sebelumnya dan disajikan dengan urutan tertentu sehingga si subyek bisa membuat “prediksi/tebakan” yang lebih baik; dan (3) format responnya – fakta bahwa metode pilihan terbatas merupakan jenis alternatif respon yang sangat dominan. Russell (1994) kemudian melakukan penganalisaan kembali terhadap data penilaian yang didapat dari beberapa penelitian, memisahkan penelitian berdasarkan metodenya, dan juga menerapkan perbedaan Barat/non-Barat untuk menunjukkan bahwa metode yang dipakai kemungkinan menimbulkan bias pada respon yang diberikan, khususnya pada budaya Barat.

Wierzbicka (1995) menekankan kritiknya pada sisi yang lain, di mana ia menyatakan bahwa enam (atau tujuh) emosi dasar yang telah ditentukan merupakan istilah yang spesifik secara bahasa. Menurut dia, seharusnya kita harus berbicara tentang istilah yang lebih universal. Misalnya, ketika seseorang mengenali sebuah senyum kebahagiaan, maka orang tersebut sedang membaca wajah yang ia lihat dengan “Saya pikir: ada hal baik yang sedang terjadi, Saya merasa senang karena hal ini”. Maksud dari Wierzbicka adalah bahwa meskipun ekspresi emosi wajah bersifat universal, namun metode-metode yang kita gunakan untuk mempelajarinya, termasuk juga penggunaan istilah-istilah emosi sangatlah terbatas dan terikat oleh budaya di mana istilah tersebut muncul, dan tidak mungkin bisa bersifat universal.

Saya setuju dengan pendapat dasar yang dikemukakan oleh Russell dan Wierzbicka – bahwa para peneliti harus lebih mempertimbangkan bagaimana bias budaya yang sadar atau tak sadar bisa mempengaruhi metode yang mereka pakai dalam pengumpulan data, analisis, dan interpretasi berkaitan dengan topik ini atau topik lainnya. Namun demikian, saya tidak yakin bahwa argumen yang telah mereka ajukan adalah sangat meyakinkan, untuk alasan yang baru saya jabarkan di atas. Selain itu, saya ingin membuat dua poin lainnya yang berhubungan dengan topik ini.

*Pertama*, tentang efek metodologi yang berbeda-beda yang digunakan dalam penelitian penilaian yang dilakukan sampai saat ini adalah merupakan pertanyaan-pertanyaan empiris yang bisa dijawab melalui penelitian, bukan semata-mata oleh argumen. Pendekatan yang sepotong-potong terhadap permasalahan yang terdapat pada masing-masing topik bukanlah suatu solusi yang baik, seperti yang dikatakan oleh Russell sendiri: dibutuhkan pendekatan parameter metodologi lebih dari satu untuk mendapat hasil yang terbaik. Dengan demikian, satu-satunya solusi empiris bagi perdebatan ini adalah dengan menerapkan “studi komprehensif dan terkontrol penuh” (PCCS). PCCS akan dapat mengubah secara sistematis faktor-faktor berikut sebagai variabel bebas dalam rancangan multifaktorial: (1) tipe subyek – maju atau terbelakang, dan jika pada masyarakat maju, apakah subyek berpendidikan atau tidak; (2) tipe stimulus – berpose atau spontan, emosional atau non emosional; (3) memperlihatkan atau tanpa memperlihatkan stimulus sebelumnya; (4) susunan berbeda atau susunan

tetap; (5) tipe alternatif respon – respon *open-ended*, respon tetap, dan skala peringkat; dan (6) keberadaan dan ketiadaan manipulasi konteks, jika ada, jenis manipulasi konteks yang diterapkan.

*Kedua*, universalitas dan relatifitas budaya tidaklah saling terpisah satu sama lain. Sebab jika kita melihat suatu fenomena hanya dari satu sudut pandang saja, maka kita tidak akan bisa mendapatkan gambarnya secara menyeluruh dan utuh. Saya berpendapat bahwa setidaknya terdapat lima sumber variabilitas dalam persepsi emosi yang akan dapat menghasilkan perbedaan budaya pada persepsi emosi, meskipun ekspresi yang dinilai bisa bersifat universal. Sumber-sumber tersebut antara lain (1) tumpang tindih semantik dalam kategori bahasa dan konsep mental berkaitan dengan emosi yang digunakan dalam proses penilaian, (2) tumpang tindih komponen-komponen wajah dalam ekspresi, (3) tumpang tindih kognitif dalam peristiwa dan pengalaman yang berhubungan dengan emosi, (4) bias kepribadian dalam kognisi sosial, dan (5) budaya.

#### **IV Budaya dan Pengalaman Emosi**

Ketika orang dari budaya yang berbeda-beda merasakan suatu emosi, apakah mereka mengalaminya dengan cara yang sama atau berbeda? Apakah mereka mengalami jenis emosi yang sama? Apakah mereka mengalami beberapa emosi lebih sering, atau lebih kuat, dibandingkan lainnya? Apakah mereka memiliki tipe reaksi non verbal, atau gejala dan sensasi fisiologis dan tubuh yang sama?

Pertanyaan tersebut di atas sangatlah penting, baik secara teoritis maupun dalam tataran praktek kehidupan sehari-hari. Secara teoritis, dasar yang digunakan dalam universalitas ekspresi emosi dan persepsi menyatakan bahwa semua manusia bisa juga berbagi pengalaman emosi dasar yang sama. Pada tataran praktek, mengetahui bahwa kita berbagi pengalaman emosi dasar yang sama adalah sangat penting agar kita bisa memiliki empati pada pengalaman orang lain; empati ini sangat penting bagi pengembangan kepekaan intrakultural dan bagi keberhasilan pengalaman intrapersonal dan intrakultural.

##### **4.1 Universalitas Pengalaman Emosional**

Scherer dan kawan-kawan telah melakukan sejumlah penelitian dengan menggunakan kuesioner yang dirancang untuk menilai kualitas dan bentuk dari pengalaman emosional di beberapa kebudayaan yang berbeda. Rangkaian penelitian yang pertama menggunakan dasar format kuesioner yang sama. Di penelitian awal mereka melibatkan sekitar 600 partisipan dari lima negara Eropa. Pada penelitian yang kedua, mereka mengumpulkan data dari tiga negara Eropa lainnya, sehingga jumlah totalnya menjadi delapan negara. Pada penelitian yang ketiga dilakukan perbandingan sampel dari partisipan Eropa yang telah diberi bobot dengan sampel dari Amerika Serikat dan Jepang, untuk menguji apakah pola hasil yang didapat dari Eropa adalah sama ketika dilakukan perbandingan antara budaya Eropa dan non Eropa.

Metodologi yang dipakai pada dasarnya sama untuk semua budaya. Para partisipan diminta untuk mengisi kuesioner tentang empat emosi dasar: senang/gembira, sedih/berduka, takut/khawatir, dan marah/mengamuk. Kemudian mereka diminta untuk menjabarkan sebuah situasi di mana mereka merasakan emosi tersebut – apa yang terjadi, siapa saja yang terlibat, di mana dan kapan hal itu terjadi, dan berapa lama berlangsungnya. Lalu mereka diminta memberikan informasi berkaitan dengan rekasi non verbal, sensasi fisiologis, dan ucapan verbal yang mereka berikan. Dengan

meengecualikan 3 skala rating, semua respon yang diberikan bersifat *open-ended*, dan diberi kode oleh orang yang ahli dibidangnya untuk keperluan analisis data.

Hasil yang didapat dari dua penelitian pertama menunjukkan tingkat kesamaan yang sangat mengejutkan di antara pengalaman emosional para responden Eropa. Meskipun respon yang diberikan sangat beragam tergantung budayanya, pengaruh budaya relatif kecil, khususnya jika dibandingkan dengan perbedaan di antara emosi-emosi itu sendiri. Para peneliti menyimpulkan bahwa setidaknya emosi-emosi yang diuji menunjukkan basis pengalaman yang universal bagi semua manusia.

Lebih lanjut, ketika data orang Eropa dibandingkan dengan data orang Amerika dan Jepang, Scherer dan kawan-kawan menemukan bahwa hal tersebut relatif lebih kecil dibandingkan perbedaan yang terdapat di antara emosi. Oleh karena itu, para peneliti menyimpulkan bahwa budaya memang bisa berpengaruh pada pengalaman emosi, namun pengaruh ini sangat kecil dibandingkan perbedaan dasar yang terdapat di antara emosi-emosi itu sendiri. Singkatnya, budaya lebih banyak menunjukkan persamaan daripada perbedaan.

Perbedaan di antara emosi-emosi yang nampaknya bersifat universal dari sisi budaya bias dicontohkan seperti, gembira dan marah lebih sering terjadi dibandingkan sedih dan takut. Rasa gembira dan amarah lebih sering dialami dibandingkan kesedihan dan rasa takut, dan dengan durasi yang lebih lama.

Rangkaian penelitian kedua yang dilakukan oleh Scherer dan kawan-kawan, dengan menggunakan jenis metodologi kuesioner yang sama, melibatkan 2921 partisipan di 37 negara dari lima benua. Di sini memakai kuesioner awal yang telah dimodifikasi dengan menambahkan tiga emosi lagi – malu, rasa bersalah, dan jijik. Selain itu, sebagian besar pertanyaan juga telah disesuaikan dari yang sebelumnya *open-ended* menjadi *close-ended*. Data analisis yang dilakukan menghasilkan kesimpulan sebagai berikut:

Untuk semua domain respon – perasaan subyektif, gejala-gejala fisiologis, dan pola ekspresi motorik – ketujuh emosi tersebut berbeda secara signifikan dan kuat antara satu dengan yang lain. Faktor-faktor geografis dan sosio-kultural juga berpengaruh pada pengalaman emosional, namun efeknya relatif lebih kecil dibandingkan efek yang dihasilkan oleh perbedaan diantara emosi-emosi itu sendiri. Efek interaksi yang signifikan mengindikasikan bahwa faktor geografis dan sosio-kultural bisa memiliki efek diferensial pada emosi tertentu, namun ukuran dari efek ini relatif kecil. Hasil ini mendukung kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang kuat dan konsisten di antara pola-pola reaksi untuk ketujuh emosi tersebut dan bahwa hal ini bersifat independen dari negara yang diteliti. Jadi bisa dinyatakan bahwa perbedaan universal pada reaksi emosi tersebut merupakan bukti bagi pola emosi psikobiologis (Scherer dan Wallbott, 1994, h.317).

Temuan ini sekali lagi mengindikasikan bahwa pengalaman dari emosi-emosi ini bersifat universal – tanpa mempedulikan budaya, orang-orang saling berbagi pengalaman emosi dasar yang sama. Meskipun budaya memberikan pengaruh pada pengalaman emosi tersebut, namun pengaruh yang diberikan relatif sangat kecil dan tidak signifikan.

#### **4.2 Perbedaan Budaya pada Pengalaman Emosi**

Meskipun dari hasil studi di atas menunjukkan bahwa perbedaan budaya relatif lebih kecil dibandingkan perbedaan di antara emosi-emosi itu sendiri, namun tetap saja mereka ada. Misalnya, dalam penelitian perbandingan yang dilakukan Scherer dan kawan-kawan menemukan bahwa di antara orang Eropa, Amerika, dan Jepang, orang Jepang yang mengalami lebih sering semua emosi yang ada – gembira, sedih, takut, dan marah – dibandingkan orang Amerika dan Eropa. Sebaliknya, orang Amerika dilaporkan lebih sering mengalami emosi gembira dan marah dibandingkan orang Eropa. Orang Amerika dilaporkan memiliki durasi yang lebih lama dalam mengalami emosi tersebut dibandingkan orang Eropa dan Jepang. Orang Jepang secara keseluruhan lebih jarang melakukan gestur tangan dan lengan, melakukan pergerakan tubuh secara keseluruhan, dan memberikan reaksi vokal dan wajah dalam merespon emosi dibandingkan orang Eropa dan Amerika.

Bagaimana dan mengapa perbedaan budaya pada pengalaman emosi ada? Ketika kita melakukan penelitian berskala besar seperti yang dilakukan oleh Scherer dan kawan-kawan, pada dasarnya tidak mungkin bagi kita untuk membuat suatu hipotesis yang spesifik tentang perbedaan spesifik berkaitan dengan negara tertentu. Oleh karena itu, mereka mencoba mengkaji perbedaan budaya di antara negara-negara dalam hal pengalaman emosinya melalui dua cara. Pertama, mereka mengkaji hubungan antara pengalaman rasa malu dan bersalah dengan empat dimensi budaya yang dikembangkan oleh Hofstede: Individualisme (IN), rentang kekuasaan (PD), penghindaran ketidakpastian (UA), dan maskulinitas (MA). Mereka menggunakan negara-negara yang dipakai dalam penelitian kedua mereka. Kemudian mereka mengklasifikasikan negara-negara tersebut menjadi tinggi, medium, atau rendah berdasarkan tiap-tiap empat dimensi budaya Hofstede, dan menguji perbedaan diantara klasifikasi-klasifikasi ini pada pengalaman emosi. Hasil yang didapat sangat menakjubkan. Misalnya, pada budaya kolektivistik rasa malu dialami dengan durasi yang relatif lebih singkat dan lebih sering dibarengi dengan tawa dan senyuman dibandingkan budaya individualistik. Temuan yang sama juga didapat pada budaya dengan PD tinggi dan UA rendah. Temuan ini tentunya sangat menarik, sebab temuan ini berlawanan dengan apa yang diprediksi oleh tulisan sebelumnya yang menyatakan bahwa budaya kolektivistik merupakan “budaya pemalu”.

## **V Budaya dan Antecedent Emosi**

**Antecedent emosi** adalah peristiwa atau situasi yang memicu atau menghasilkan suatu emosi. Misalnya, kehilangan orang yang dicintai bisa menjadi antecedent emosi dari kesedihan; mendapatkan nilai A di kelas bisa jadi merupakan antecedent emosi kegembiraan. Di dalam literatur keilmuan, antecedent emosi juga disebut sebagai pembangkit emosi.

Selama bertahun-tahun, para sarjana telah memperdebatkan apakah antecedent emosi itu juga bersifat sama ataukah berbeda di antara budaya-budaya yang ada. Di satu sisi, beberapa ilmuwan telah berpendapat bahwa antecedent emosi itu pasti sama di semua kebudayaan, setidaknya antecedent untuk emosi universal, karena emosi-emosi ini memiliki kesamaan secara budaya dan semua manusia saling berbagi basis pengalaman dan ekspresi yang sama. Penelitian-penelitian lintas budaya terdahulu di bidang ekspresi, persepsi, dan pengalaman emosi menunjukkan hasil yang mendukung pendapat tersebut. Di sisi lainnya, banyak penulis yang berpendapat bahwa budaya-budaya yang ada pasti memiliki antecedent emosi yang berbeda-beda; yaitu, peristiwa yang sama di kebudayaan yang berbeda bisa menjadi pemicu emosi-emosi yang benar-benar berbeda di kebudayaan tersebut. Di beberapa budaya, kesedihan tidak selalu muncul pada acara pemakaman, dan

mendapatkan nilai A di kelas tidak selalu memicu munculnya emosi kegembiraan. Masih banyak contoh-contoh lain yang mendukung pendapat ini.

### **5.1 Persamaan Budaya pada Anteseden Emosi**

Telah banyak sekali penelitian yang mendukung universalitas anteseden emosi. Misalnya Boucher dan Brandt (1981), mereka meminta para partisipan di Amerika Serikat dan Malaysia untuk menjabarkan situasi yang dilakukan oleh orang lain yang menyebabkan orang lain marah, jijik, takut, gembira, sedih, atau terkejut. Pemilihan emosi yang digunakan pada penelitian ini mengacu pada penelitian universalitas sebelumnya. Secara total muncul 96 anteseden emosi untuk berbagai macam jenis emosi. Sekelompok partisipan orang Amerika yang terpisah kemudian diminta untuk memeringkat anteseden, yang bertujuan untuk mengidentifikasi emosi-emosi mana saja yang dibangkitkan. Hasil yang didapat mengindikasikan bahwa orang Amerika dapat mengklasifikasikan dengan benar anteseden yang ada, tanpa memandang apakah anteseden tersebut dibuat oleh orang Amerika ataupun Malaysia; yaitu, budaya asal tidak berpengaruh pada proses klasifikasi. Selanjutnya, Brandt dan Boucher (1985) mengulangi temuan yang mereka dapatkan pada partisipan orang Amerika, Korea, dan Samoa. Secara bersama-sama, hasil yang didapat menunjukkan bahwa anteseden memiliki basis yang sama secara lintas budaya, sehingga hal ini mendukung pandangan tentang kesamaan lintas budaya pada anteseden emosi.

Penelitian tentang anteseden emosi lintas budaya yang paling besar adalah penelitian yang dilakukan oleh Scherer dan kawan-kawan, dimana penelitian ini telah dijabarkan di bab sebelumnya. Pada penelitian tersebut, para responden diminta untuk menjabarkan sebuah situasi atau peristiwa yang membuat mereka merasa marah, senang, takut, sedih, jijik, malu, dan merasa bersalah. Pemilihan emosi yang digunakan pada penelitian ini mengacu pada penelitian universalitas sebelumnya. Kemudian ahli pengkodean mengkodekan situasi-situasi yang telah dijabarkan responden ke dalam suatu kategori umum seperti berita baik dan berita buruk, perpisahan sementara dan perpisahan permanen, dan kesuksesan dan kegagalan dalam mencapai sesuatu. Tidak diperlukan adanya kategori anteseden budaya yang spesifik untuk mengkodekan data tersebut, sehingga hal ini mengindikasikan bahwa kategori dari peristiwa-peristiwa yang terjadi di semua budaya tersebut pada umumnya menghasilkan tiap-tiap emosi dari ketujuh emosi yang ditetapkan sebagai acuan.

Selain itu, Scherer dan kawan-kawan membandingkan tingkat frekuensi dari masing-masing anteseden yang membangkitkan emosi. Dan sekali lagi, mereka juga menemukan banyak sekali kesamaan pada budaya-budaya yang diteliti. Misalnya, pembangkit emosi kegembiraan yang paling sering muncul di semua budaya adalah “hubungan pertemanan”, “pertemuan sebentar dengan teman”, dan “situasi ketika berhasil mencapai sesuatu”. Pembangkit emosi marah yang paling sering muncul adalah “hubungan” dan “ketidakadilan”. Pembangkit emosi kesedihan yang paling sering muncul adalah “hubungan” dan “kematian”. Temuan ini tentu saja mendukung pendapat yang menyatakan bahwa anteseden emosi adalah sama di semua budaya.

### **5.2 Perbedaan Budaya pada Anteseden Emosi**

Penelitian yang dilakukan juga telah memberikan dukungan yang memadai terhadap perbedaan budaya pada anteseden emosi. Misalnya Scherer dan kawan-kawan, mereka menemukan banyaknya perbedaan budaya pada frekuensi peristiwa-peristiwa anteseden yang dilaporkan oleh responden mereka. Peristiwa-peristiwa kebudayaan, lahirnya anggota keluarga, “kesenangan dasar” jasmaniah, dan prestasi pencapaian target

merupakan anteseden kegembiraan yang lebih penting bagi orang Eropa dan Amerika dibandingkan orang Jepang. Kematian anggota keluarga atau teman dekat, berpisah dengan kekasih, dan berita-berita dunia merupakan pemicu yang lebih sering memicu kesedihan bagi orang Eropa dan Amerika dibandingkan orang Jepang. Namun demikian, masalah-masalah dalam suatu hubungan lebih membuat orang Jepang sedih dibandingkan orang Eropa dan Amerika. Orang asing dan pencapaian target lebih memicu rasa takut pada orang Amerika, sedangkan situasi yang baru, kemacetan, dan hubungan lebih memicu rasa takut pada orang Jepang.

Beberapa penelitian yang lain juga memberikan hasil yang sama (misalnya, Mesquita dan Frijda, 1992). Secara keseluruhan, semua penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat perbedaan budaya yang sangat besar pada anteseden emosi.

### **5.3 Koeksistensi Persamaan dan Perbedaan pada Anteseden Emosi**

Melihat hasil penelitian lintas budaya yang mengindikasikan adanya persamaan dan perbedaan pada anteseden emosi, lalu bagaimana kita bisa mempertemukan temuan-temuan tersebut? Merujuk pada Matsumoto, 1996a, saya telah menyatakan bahwa salah satu cara untuk menginterpretasikan temuan lintas budaya pada anteseden emosi ini adalah dengan cara membuat pembedaan antara kandungan tersembunyi dan kandungan praktek pada peristiwa dan situasi yang bisa menghasilkan emosi. Kandungan praktek adalah peristiwa atau situasi aktual, seperti berkumpul dengan teman-teman, menghadiri pemakaman, atau ketika seseorang memotong jalan anda secara tiba-tiba. Kandungan tersembunyi adalah makna psikologis yang berhubungan dengan kandungan praktek yang melatar belakangi terjadinya suatu peristiwa atau situasi. Misalnya, kandungan tersembunyi yang melatarbelakangi kegiatan berkumpul dengan teman-teman bisa jadi adalah ingin mencari dan mendapatkan kebutuhan psikologis seperti kehangatan dan keakraban dengan orang lain. Kandungan tersembunyi yang melatarbelakangi seseorang menghadiri pemakaman bisa jadi karena rasa kehilangan atas seseorang yang dicintai.

Ulasan yang saya lakukan pada penelitian lintas budaya menegaskan adanya universalitas kandungan tersembunyi pada anteseden emosi. Yaitu, tema psikologis tertentu yang menghasilkan emosi yang sama bagi sebagian besar orang dan sebagian besar budaya yang ada. Kandungan tersembunyi yang melatarbelakangi emosi kesedihan tak diragukan lagi adalah kehilangan seseorang atau obyek yang dicintai. Kandungan tersembunyi yang melatarbelakangi emosi kegembiraan tak diragukan lagi adalah pencapaian target hasil yang penting bagi orang tersebut. Kandungan tersembunyi yang melatarbelakangi emosi rasa marah tak diragukan lagi adalah adanya ketidakadilan atau hambatan dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat konstruksi inti yang memungkinkan emosi-emosi ini memiliki basis universal yang berlaku di semua budaya.

Pada saat yang sama, budaya juga berbeda pada situasi, peristiwa, atau kejadian yang berhubungan dengan kandungan tersembunyi di atas. Yaitu, tidak selalu terdapat hubungan antara kandungan tersembunyi dan kandungan praktek di budaya-budaya yang ada. Misalnya, kematian menyebabkan kesedihan di satu budaya, namun kematian bisa juga menghasilkan emosi yang lain di budaya yang lain. Di satu budaya, kandungan praktek dari kematian bisa jadi berhubungan erat dengan kandungan tersembunyi dari kehilangan seseorang/obyek yang dicintai, yaitu sama-sama menghasilkan kesedihan; sedangkan di budaya yang lain, kandungan praktek dari kematian bisa jadi berhubungan erat dengan kandungan tersembunyi dari hal lainnya, misalnya pencapaian spiritual yang lebih tinggi, sehingga justru menghasilkan emosi kegembiraan. Dengan demikian,

peristiwa praktek yang sama bisa memiliki tema latar belakang yang berbeda-beda dan menghasilkan emosi yang berbeda-beda pula.

Selain hal di atas, tema tersembunyi yang sama juga bisa berhubungan erat dengan kandungan praktek di semua budaya. Misalnya, ancaman yang ditujukan pada seseorang bisa menjadi tema psikologis yang melandasi munculnya emosi rasa takut. Di satu budaya, tema ini bisa juga berhubungan dengan ketika kita berada di luar sendirian pada malam hari. Di budaya yang lain, tema ini justru lebih sering muncul ketika berhubungan dengan kemacetan lalu lintas ketimbang berada di luar sendirian. Meskipun kandungan prakteknya berbeda-beda, namun kedua situasi menghasilkan kandungan tersembunyi yang sama, yaitu rasa takut.

## **VI Penilaian terhadap Budaya dan Emosi**

### **6.1 Persamaan Budaya pada Penilaian Emosi**

Penilaian emosi secara bebas bisa diartikan sebagai proses dimana manusia mengevaluasi peristiwa, situasi, atau kejadian yang dapat menghasilkan emosi. Aspek penelitian emosi manusia ini memiliki sejarah yang sangat panjang dan kompleks, namun pertanyaan mendasar yang muncul sampai saat ini tetap sama, yaitu tentang bentuk proses penilaian emosi itu sendiri. Bagaimana cara orang dari budaya yang berbeda-beda memikirkan atau mengevaluasi peristiwa-peristiwa yang memicu emosi mereka? Apakah emosi dan situasi yang dihasilkannya menunjukkan komunalitas di berbagai budaya yang ada? Atau apakah orang dari budaya yang berbeda-beda memikirkan tentang anteseden emosi secara berbeda pula?

Beberapa dekade yang lalu, sejumlah penelitian yang penting dan menarik telah menemukan bahwa sebagian besar proses penilaian yang dilakukan menunjukkan hasil yang konsisten di semua kebudayaan, sehingga menegaskan sifat universalitas dari proses ini dalam menghasilkan emosi. Misalnya Mauro, Sato, dan Tucker (1992), mereka meminta partisipan di Amerika Serikat, Hong Kong, Jepang, dan China untuk mengisi kuesioner dan mendeskripsikan suatu situasi yang menghasilkan salah satu dari 16 emosi yang berbeda, termasuk di antaranya emosi-emosi universal. Untuk tiap-tiap emosi, mereka diminta untuk menjawab sebuah daftar pertanyaan komprehensif yang berkaitan dengan dimensi-dimensi penilaian: kenyamanan, perhatian, kepastian, tindakan. Kontrol, tanggung jawab, usaha antisipasi, kekondusifan sasaran/kebutuhan, legitimasi, dan keselarasan dengan norma-norma/diri sendiri. Para peneliti, andaikan ada, hanya menemukan sedikit sekali perbedaan budaya pada dimensi penilaian kognitif di masa lampau: kenyamanan, perhatian, kepastian, tindakan, dan keselarasan dengan norma-norma/diri sendiri. Selain itu, mereka juga hanya menemukan sedikit sekali perbedaan budaya pada dua buah dimensi: legitimasi dan keselarasan dengan norma-norma/diri sendiri. Mereka menginterpretasikan temuan ini sebagai bukti adanya universalitas pada proses penilaian emosi.

Meskipun pemilihan dimensi-dimensi penilaian yang disertakan pada penelitian ini didasarkan pada pertimbangan teoritis, Mauro dan kawan-kawan (1992) juga melakukan pengujian secara empiris untuk mengetahui jumlah dimensi terkecil yang dibutuhkan untuk menjabarkan perbedaan-perbedaan diantara emosi-emosi tersebut. Mereka menggunakan teknik statistika yang disebut dengan analisis komponen-komponen utama, dimana teknik ini mengelompokkan variabel-variabel yang ada ke dalam suatu jumlah faktor terkecil, berdasarkan keterhubungan di antara variabel-variabel awal pada analisis tersebut. Hasil dari analisis ini menunjukkan bahwa hanya beberapa

dimensi saja yang dibutuhkan untuk bisa menjelaskan proses dihasilkannya emosi: yaitu kenyamanan, kepastian, usaha, perhatian, kontrol terhadap orang lain, kesopanan, dan kontrol terhadap keadaan sekitar. Ketika perbedaan budaya dilakukan pengujian terhadap dimensi-dimensi ini, mereka menemukan hasil yang sama – yaitu bahwa tidak terdapat perbedaan budaya pada dimensi-dimensi yang lebih awal. Sekali lagi, penelitian ini menegaskan bahwa dimensi-dimensi penilaian emosi ini bersifat universal, setidaknya pada emosi-emosi yang disertakan pada penelitian tersebut.

Roseman dan kawan-kawan (1995) menggunakan metodologi yang berbeda dalam meneliti proses penilaian terhadap emosi kesedihan, marah, dan rasa takut pada partisipan yang berasal dari Amerika dan India. Mereka menunjukkan pada responden sebuah ekspresi wajah yang berkaitan dengan salah satu dari emosi tersebut dan meminta para responden untuk memberi label pada gambar emosi yang ditunjukkan, mendeskripsikan hal-hal/peristiwa yang bisa menyebabkan si responden merasakan emosi tersebut, dan menjawab 26 pertanyaan berkenaan dengan evaluasi yang mereka lakukan terhadap peristiwa tersebut. Mereka menemukan bahwa, baik pada orang Amerika maupun India, ketidakberdayaan merupakan hal yang mencirikan peristiwa-peristiwa yang bisa memunculkan emosi rasa marah dan takut, sedangkan perbedaan kekuatan/kekuasaan merupakan hal yang bisa memunculkan rasa marah. Temuan ini tentunya semakin menegaskan prinsip kesamaan budaya pada proses penilaian emosi.

## **6.2 Perbedaan Budaya pada Penilaian Emosi**

Meskipun terdapat bukti yang kuat bagi konsistensi lintas budaya pada proses penilaian emosi, namun penelitian-penelitian tersebut juga mengulas adanya sejumlah perbedaan budaya. Di semua penelitian tersebut, perbedaan budaya yang ditemukan relatif kecil dibandingkan dengan perbedaan yang terdapat pada emosi-emosi itu sendiri, atau dengan kata lain, tingkat universalitas di antara emosi-emosi tersebut masih lebih besar. Namun demikian, meskipun kecil, perbedaan budaya ini juga tetap harus dibahas.

Sebagai contoh, salah satu penelitian terdahulu yang membandingkan respon orang Amerika dan Jepang yang kemudian digunakan sebagai data pada penelitian Scherer dan kawan-kawan, menemukan bahwa terdapat perbedaan budaya yang cukup besar pada bagaimana cara orang-orang dari budaya yang berbeda mengevaluasi situasi yang bisa memunculkan emosi. Efek dari peristiwa yang memunculkan emosi sangat bervariasi tergantung budayanya: emosi memiliki efek yang lebih positif pada kepercayaan diri orang Amerika dibandingkan orang Jepang. Atribusi kausalitas emosi juga beragam tergantung dari budayanya: orang Amerika mencirikan peristiwa yang menyebabkan kesedihan pada orang lain, sedangkan orang Jepang mencirikan peristiwa tersebut pada dirinya sendiri. Orang Amerika juga lebih cenderung mencirikan penyebab rasa bahagia, takut, dan malu kepada orang lain, sedangkan orang Jepang mencirikan penyebab emosi-emosi tersebut pada nasib atau takdir. Orang Jepang lebih percaya dibandingkan orang Amerika, bahwa ketika suatu emosi muncul maka tidak perlu ada tindakan atau sikap yang harus diterapkan. Untuk emosi seperti rasa takut, orang Amerika lebih yakin dibandingkan orang Jepang bahwa mereka bisa melakukan sesuatu untuk mengatasi situasi tersebut dengan positif. Untuk rasa marah dan jijik, orang Amerika lebih yakin bahwa mereka tidak berdaya dan dikuasai oleh peristiwa tersebut dan akibat-akibatnya. Untuk rasa malu dan bersalah, orang Jepang lebih cenderung berpura-pura bahwa tidak terjadi apa-apa dan mencoba memikirkan hal lain dibandingkan orang Amerika.



Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut di atas menegaskan bahwa meskipun banyak proses penilaian yang menunjukkan sifat universalitas pada manusia, namun terdapat juga ruang bagi perbedaan budaya, khususnya pada dimensi-dimensi penilaian yang memerlukan pengambilan keputusan berdasarkan norma-norma sosial atau budaya seperti keadilan dan moralitas. Oleh karena itulah mengapa perbedaan budaya ini muncul pada proses penilaian yang menggunakan dimensi-dimensi yang “kompleks”, namun ia tidak muncul pada penilaian yang menggunakan dimensi-dimensi “primitif”, seperti yang ditegaskan oleh Roseman dan kawan-kawan (1995).

## **VII Budaya Dan Konsep dan Bahasa Emosi**

Pada akhir bab ini, kami akan menelaah bagaimana budaya mempengaruhi konsep emosi itu sendiri dan bahasa-bahasa yang digunakan untuk merepresentasikan emosi di seluruh dunia. Bahkan pada dasarnya, sejak pembahasan di awal bab sampai bagian ini, kami telah menunjukkan bahwa emosi seolah-oleh memiliki makna yang sama bagi semua manusia. Para peneliti yang pernah meneliti emosi pasti juga akan masuk ke dalam perangkat yang sama. Dan tentunya, penelitian-penelitian yang mengkaji tentang universalitas ekspresi, pengenalan, pengalaman, anteseden, dan penilaian emosi pasti akan menunjukkan adanya persamaan dalam hal konsep, pemahaman, dan bahasa dari emosi. Namun bagaimana tentang istilah dan fenomena lainnya yang kita sebut sebagai “emosi”? Mari kita awali pembahasan ini dengan melihat emosi seperti halnya yang kita pahami di Amerika Serikat.

### **7.1 Emosi dalam Kehidupan Sehari-hari Orang Amerika**

Di Amerika Serikat, kami menempatkan perasaan sebagai hal yang utama. Kami mengakui bahwa setiap orang adalah unik dan bahwa kita memiliki perasaan individual kita sendiri mengenai hal-hal, peristiwa, situasi, dan orang-orang di sekitar kita. Kami secara sadar berusaha untuk menyadari perasaan yang kami miliki, berusaha untuk “bersentuhan” dengannya. Mampu bersentuhan dengan perasaan kita dan memahami dunia di sekitar kita secara emosional dianggap sebagai tanda kedewasaan seseorang di Amerika.

Kami melandaskan hal-hal penting dan nilai-nilai pada perasaan dan emosi di seluruh kehidupan kami. Sebagai orang dewasa, kami sangat menjaga perasaan kami sendiri, dan kami secara aktif mencoba untuk mengakui dan mengenali perasaan anak-anak kami dan anak-anak muda lainnya di sekitar kami. Sudah menjadi hal yang biasa di Amerika ketika para orang tua menanyakan bagaimana perasaan anak-anak mereka tentang pelajaran les renang, les piano, tentang guru-guru mereka di sekolah, atau tentang sayuran yang disajikan pada makanan mereka. Para orang tua seringkali memberikan penekanan yang kuat terhadap perasaan anak-anak mereka ketika mengambil keputusan yang bisa berpengaruh pada anak-anak mereka. “Jika Johnny tidak mau melakukannya, tidak seharusnya kita memaksa dia untuk melakukannya” merupakan kata-kata umum diantara para orang tua di Amerika. Bahkan, emosi anak-anak memiliki status yang hampir sama dengan emosi para orang dewasa dan generasi yang lebih tua lainnya.

Sebagian besar tindakan terapi pada bidang psikologi dipusatkan di area emosi manusia. Tujuan dari sistem psikoterapi individu seringkali dipusatkan pada usaha membantu manusia untuk menyadari perasaan dan emosi yang mereka miliki dan untuk menerimanya. Sebagian besar tindakan terapi psikologi yang ada difokuskan untuk membantu para individu agar dapat mengekspresikan perasaan dan emosi mereka secara bebas. Pada kelompok terapi, penekanannya adalah pada pengkomunikasian perasaan

kepada orang lain di dalam kelompok tersebut dan mendengarkan serta menerima ekspresi perasaan yang dikeluarkan oleh orang lain. Fokus seperti ini juga bisa diterapkan di bidang lain selain psikologi. Bidang industri dan organisasi juga bisa menerapkan hal tersebut, yaitu dengan membuka jalur komunikasi diantara para pekerja dan berusaha mengenali perasaan dan emosi para individu yang terlibat di dalamnya.

Bagaimana masyarakat Amerika menilai dan membangun perasaan dan emosi orang lain adalah berhubungan langsung dengan nilai-nilai yang dikembangkan oleh orang Amerika itu sendiri.

## 7.2 Emosi dari Sudut Pandang Ahli Psikologi di Amerika

Penelitian di bidang emosi di Amerika memiliki padangannya masing-masing. Ahli psikologi Amerika pertama yang paling dikenal dengan teori emosinya adalah William James. Di volume yang kedua dari tulisannya *Principles of Psychology* (1890), James menyatakan bahwa emosi-emosi terjadi sebagai hasil dari reaksi perilaku kita terhadap suatu stimulus. Misalnya, ketika kita melihat seekor beruang, kita akan berlari menjauh, kemudian kita menerjemahkan pelarian dan nafas tersengal-sengal dan perubahan otot-otot tubuh lainnya sebagai sebuah emosi yang kita beri label *rasa takut*. Seorang sarjana lainnya, C.Lange, menulis hal yang sama di tahun yang hampir sama dengan tulisan James, yaitu pada tahun 1887. Teori ini dikenal sebagai teori emosi James/Lange.

Sejak saat itu, muncul banyak teori-teori tentang emosi lainnya. Misalnya Cannon (1927), yang menyatakan bahwa stimulus otonom terlalu lambat untuk dapat membangkitkan suatu pengalaman emosional. Bahkan, dia dan Bard menyatakan bahwa pengalaman emosi yang dihasilkan dari stimulasi otak tengah di korteks secara langsung adalah yang menghasilkan pengalaman emosi sadar Bard & Mountcastle, 1948). Oleh karena itu, ketika kita merasa takut saat melihat beruang, hal ini karena adanya stimulasi dari otak tengah yang memicu reaksi tersebut. Dalam pandangan ini, pelarian dan nafas tersengal-sengal adalah dihasilkan dari reaksi otak tengah tersebut, bukan karena hal yang terjadi sebelumnya.

Di tahun 1962, Schachter dan Singer menerbitkan sebuah penelitian tentang emosi yang sangat berpengaruh, dimana penelitian tersebut menyatakan bahwa pengalaman emosi semata-mata bergantung pada interpretasi masing-masing individu terhadap stimulus yang diberikan kepada mereka. Menurut teori ini, emosi tidaklah dibedakan secara fisiologis. Bahkan, hal yang dianggap sangat penting dalam menghasilkan emosi adalah bagaimana seseorang menginterpretasikan peristiwa yang dia alami.

Meskipun hasil penelitian-penelitian tersebut di atas nampak berbeda-beda, namun pada dasarnya mereka adalah sama dari sisi pendekatannya, sebab pendekatan yang mereka gunakan adalah sama-sama merujuk pada budaya Amerika itu sendiri. Semua penelitian tersebut menegaskan peranan penting dari pengalaman emosi subyektif – yaitu, merasakan perasaan yang terdalam. Teori James/Lange, Cannon/Bard, dan Schachter/Singer semuanya berusaha menjelaskan bentuk dari pengalaman subyektif bagian dalam tersebut, yaitu yang kita sebut sebagai emosi. Mereka semua memandang perasaan subyektif sebagai emosi, meskipun mereka memiliki penjelasan yang berbeda-beda tentang bagaimana emosi itu muncul. Dengan demikian, fokusnya adalah emosi merupakan sebuah peristiwa yang bersifat introspektif, individual, dan pribadi yang memiliki makna bagi seseorang secara individu. Fokus ini membantu kita dalam

menempatkan hal-hal utama dalam emosi di kehidupan kita, baik sebagai anak-anak maupun orang dewasa, baik sebagai pemberi maupun sebagai penerima.

Semua uraian di atas merupakan hal-hal mendasar yang membentuk pandangan budaya Amerika tentang perasaan dan emosi. Namun apakah budaya lain juga memandang emosi dengan cara yang sama seperti itu? Penelitian lintas budaya menunjukkan bahwa meskipun terdapat kesamaan dasar tentang apa itu emosi diantara budaya-budaya yang ada, namun terdapat juga beberapa perbedaan yang menarik.

### **7.3 Persamaan dan Perbedaan Budaya dalam Konsep Emosi**

Telah banyak penelitian yang dilakukan di bidang psikologi dan antropologi yang ditujukan pada topik ini. Pendekatan etnografi – cabang dari antropologi yang secara khusus mengkaji satu budaya tertentu – sangat sesuai digunakan untuk menelaah bagaimana budaya-budaya yang berbeda mendefinisikan dan memahami konsep emosi ini. Beberapa tahun yang lalu, Russell (1991) telah mengulas sebagian besar literatur lintas budaya dan antropologi yang berkaitan dengan konsep emosi, dan menemukan bahwa terdapat perbedaan, bahkan terkadang sangat besar, dalam hal definisi dan pemahaman tentang emosi. Ulasan tersebut memberikan landasan yang kuat untuk membahas topik ini.

#### **a. Konsep dan definisi emosi.**

Tidak semua budaya yang ada di dunia memiliki konsep emosi. Levy misalnya, mengatakan bahwa orang Tahiti tidak punya kata untuk emosi. Lutz juga menyatakan bahwa orang Ifaluk dari kepulauan Mikronesia tidak memiliki kata untuk emosi. Barangkali kata, dan konsep emosi adalah sesuatu yang khas untuk budaya-budaya tertentu saja. Tidak semua budaya di dunia memiliki kata yang merepresentasikan konsep emosi dan konsep emosi yang ditunjukkannya pun tidak setara.

#### **b. Kategori atau Pelabelan Emosi**

Orang dari budaya yang berbeda juga berbeda dalam mengkategorikan atau melabeli emosi. Beberapa kosakata bahasa Inggris, seperti anger, joy, sadness, liking, dan loving memiliki padanan dalam berbagai bahasa dan budaya. Ada pula kata-kata emosi dalam bahasa lain yang tidak punya padanan persisnya dalam bahasa Inggris, tapi ada banyak kosakata dalam bahasa Inggris yang tidak punya padanan dalam bahasa lain. Dalam bahasa Jerman misalnya: ada kata *Schadenfreude* yang berarti rasa senang yang timbul karena kesialan orang lain. Dalam bahasa Jepang ada kata-kata *itoshii*, *ijirashii*, dan *amae* dapat diterjemahkan sebagai rasa rindu akan orang tercinta yang tak ada, perasaan ketika melihat orang terpuji mengatasi suatu rintangan, dan perasaan ketergantungan.

Perbedaan bahasa lintas budaya ini menunjukkan bahwa masing-masing budaya memilah-milah dunia emosi dengan cara yang berbeda-beda. Dengan demikian, selain konsep emosi merupakan khas budaya (*culture bound*), demikian pula dengan cara tiap kebudayaan memberi kerangka dan melabeli dunia emosi.

#### **c. Lokasi Emosi**

Salah satu komponen emosi terpenting dalam psikologi Amerika adalah pengalaman subjektif atas emosi, pengalaman batin emosi dalam diri. Namun penekanan pada pentingnya perasaan batin dan emosi mungkin saja tidak bebas budaya, alias khas psikologi Amerika. Di Amerika kita biasa menempatkan perkara emosi dan perasaan

batin di jantung (*heart*) bahkan diantara budaya-budaya yang juga menunjuk tubuh sebagai lokasi emosi, lokasi persisnya bervariasi. Orang Jepang misalnya, mengidentifikasi banyak emosi mereka pada hara-abdomen atau perut. Orang Chewong dari Malay mengelompokkan perasaan dan pikiran di hati (*liver*). Orang Tahiti percaya bahwa emosi muncul dari usus (*intestine*).

Pemahaman kita tentang lokasi emosi pun tampaknya terikat oleh budaya. Perbedaan kultural dalam konsep, definisi, pelabelan, dan lokasi emosi semuanya membuat makna emosi menjadi berbeda bagi orang dari budaya yang berbeda serta dalam perilaku mereka.

#### **d. Perbedaan Makna Emosi bagi Orang dan dalam Perilaku Lintas Budaya**

Menurut psikologi Amerika, emosi mengandung makna yang amat kental, barangkali psikologi Amerika memandang perasaan batin yang subjektif sebagai karakteristik utama yang mendefinisikan emosi. Namun demikian dalam budaya lain emosi memiliki peranan yang berbeda. Misalnya banyak budaya yang menganggap emosi sebagai pernyataan-pernyataan tentang hubungan antar orang dan lingkungannya, yang mencakup baik benda-benda maupun hubungan sosial dengan orang lain. Bagi orang Ifaluk di Mikroneia maupun orang Tahiti, emosi merupakan pernyataan mengenai hubungan-hubungan sosial dan lingkungan fisik. Konsep Jepang *amae*, menunjuk pada hubungan saling ketergantungan antara dua orang.

### **VIII Rangkuman**

#### **8.1 Pentingnya Emosi**

Pentingnya emosi dalam kehidupan dan perilaku manusia diakui secara luas dalam psikologi. Emosi memberi warna pada hidup, menjadikannya penuh makna. Pengalaman emosional juga dapat menjadi motivator penting perilaku. Ekspresi emosi juga penting dalam komunikasi dan memainkan peran penting dalam interaksi sosial.

#### **8.2 Teori dan Pandangan Tradisional tentang Emosi**

Ada dua hal yang biasanya terlintas bila berbicara tentang emosi, yaitu:

1. Pengalaman emosi, yakni kondisi subjektif, perasaan dalam diri kita.
2. Ekspresi kita atas emosi melalui suara, wajah, bahasa, atau sikap tubuh (*gesture*).

Teori utama tentang pengalaman emosional, antara lain:

1. Teori James/ Lange, menyatakan bahwa pengalaman akan emosi merupakan hasil dari persepsi seseorang terhadap *arousal* fisiologis (pada sistem saraf otonomik) serta terhadap perilaku tampaknya (*overt behaviour*-nya) sendiri.
2. Teori Cannon/ Bard, menyatakan bahwa *arousal* otonomik terlampau lamban sehingga tidak bisa dipakai untuk menjelaskan terjadinya perubahan dalam pengalaman emosional. Sebaliknya pengalaman emosional yang sadar dihasilkan oleh stimulasi langsung atas pusat-pusat otak di korteks.
3. Teori Schachter/ Singer (teori yang terfokus pada peran interpretasi kognitif), menyatakan bahwa pengalaman emosional tergantung hanya pada interpretasi seseorang terhadap lingkungan di mana ia mengalami *arousal*. Menurutnya emosi tidak terdeferensiasi secara fisiologis.

Adapun beberapa teori umum, yaitu:

1. Teori Thomkins, menyatakan bahwa emosi bersifat adaptif secara evolusioner dan bahwa ekspresinya merupakan bawaan biologis dan bersifat universal pada semua orang di budaya manapun.
2. Teori Ekman (1972) dan Izard (1971), menyatakan bahwa setidaknya terdapat enam ekspresi wajah emosi yang pankultural atau universal, seperti marah, jijik, takut, sedih, dan terkejut.

Kesamaan dari keseluruhan teori ialah semua melihat adanya peran sentral bagi pengalaman emosi subjektif bagi perasaan batin (*inner feeling*) seseorang.

### **8.3 Perbedaan-perbedaan Kultural dalam Mendefinisikan dan Memahami Emosi**

Telaah Russel yang menelaah dari berbagai literatur lintas-budaya dan antropologis tentang konsep-konsep emosi dan menyimpulkan bahwa ada perbedaan antar budaya, yang kadang mencolok, ini merupakan hal yang bagus dan menjadi landasan yang kuat.

### **8.4 Perbedaan Makna Emosi bagi Orang dan dalam Perilaku Lintas Budaya**

Menurut psikologi Amerika, emosi mengandung makna yang amat kental, barangkali psikologi Amerika memandang perasaan batin yang subjektif sebagai karakteristik utama yang mendefinisikan emosi. Namun demikian dalam budaya lain emosi memiliki peranan yang berbeda. Misalnya banyak budaya yang menganggap emosi sebagai pernyataan-pernyataan tentang hubungan antar orang dan lingkungannya, yang mencakup baik benda-benda maupun hubungan sosial dengan orang lain. Bagi orang Ialuk di Mikroneia maupun orang Tahiti, emosi merupakan pernyataan mengenai hubungan-hubungan sosial dan lingkungan fisik. Konsep Jepang *amae*, menunjuk pada hubungan saling ketergantungan antara dua orang.

### **8.5 Penelitian Psikologi Lintas Budaya Tentang Emosi**

Ada beberapa perbedaan penting antara penelitian psikologi lintas budaya tentang emosi dengan kajian antropologis dan etnografis. Satu perbedaan pentingnya adalah bahwa ahli psikologi biasanya mendefinisikan terlebih dahulu apa yang tercakup sebagai emosi dan aspek mana dari definisi tersebut yang akan dikaji.

Perbedaan kultural dalam konsep dan definisi emosi, menjadi hambatan bagi model penelitian ini. Penelitian psikologis tentang emosi tetap mewakili suatu model penelitian yang penting tentang perbedaan kultural dan emosi. Meski begitu mereka menegaskan bagaimana budaya bisa membentuk emosi dan demikian meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengaruh-pengaruh sosio-kultural. Kajian-kajian ini juga penting karena mereka menunjukkan bahwa perbedaan kultural emosi tetap ada, bahkan ketika aspek emosi yang diteliti didefinisikan oleh pandangan barat *mainstream* dalam emosi.

### **8.6 Ekspresi Emosi**

Penelitian lintas budaya tentang ekspresi emosi pada umumnya terfokus pada ekspresi wajah. Ekspresi wajah dari emosi merupakan aspek ekspresi emosi yang paling banyak dikaji, dan penelitian lintas budaya mengenai ekspresi wajah inilah yang

menjadi pendorong utama kajian-kajian emosi di Psikologi Amerika. Ekman dan Izard mendapatkan bukti pertama yang sistematis dan konklusif tentang keuniversalan ekspresi marah, jijik, takut, senang, sedih, dan terkejut. Keuniversalan ini berarti bahwa konfigurasi mimik muka masing-masing emosi tersebut secara biologis bersifat bawaan atau *inate*. Namun temuan ini tidak cocok dengan apa yang secara intuitif kita rasakan tentang adanya perbedaan kultural dalam ekspresi emosi. Masing-masing kebudayaan memiliki perangkat aturan sendiri yang mengatur cara emosi universal tersebut diekspresikan, emosi tersebut tergantung pada situasi sosial. Ini biasa kita sebut sebagai aturan pengungkapan kultural (*cultural display role*).

Sebenarnya adanya aturan kultural yang mengatur pengungkapan emosi ini sudah dua dekade yang lalu ditunjukkan oleh sebuah studi komparatif antara perilaku raut muka orang Amerika dan Jepang. Dalam studi ini, dua kebudayaan tersebut menonton film yang amat *stressfull* dan dalam dua kondisi sosial yang berbeda. Selama eksperimen ini terjadi, wajah mereka diam-diam direkam, hasil yang ditunjukkan adalah orang Amerika dan Jepang ekspresi jijik, marah, takut, dan sedih pada saat yang sama, muncul juga perbedaan kultural yang mencolok saat si Eksperimenter muncul, orang Amerika tetap menunjukkan emosi negatif mereka namun orang Jepang terus tersenyum.

Temuan ini menunjukkan bahwa ekspresi emosi yang secara biologis bersifat bawaan berpadu dengan aturan-aturan pengungkapan yang bersifat kultural dalam menghasilkan ekspresi-ekspresi emosi dalam interaksi. Penelitian lain ialah bagaimana aturan pengungkapan berbeda secara kultural. Salah satunya, partisipan dari Amerika, Polandia, dan Hungaria diminta melaporkan tingkat tepat tidaknya mengekspresikan masing-masing dari ke enam emosi universal dalam tiga situasi sosial yang berbeda: (1) saat sendirian, (2) saat bersama orang lain yang dianggap sebagai orang dalam (teman dekat, anggota keluarga), dan (3) bersama orang lain yang dianggap orang luar (orang di keramaian, teman sehari-hari). Orang Polandia dan Hungaria menampilkan lebih sedikit emosi negatif dan lebih banyak emosi positif ketika bersama in group dibandingkan orang Amerika, sebaliknya.

Penelitian juga menunjukkan adanya perbedaan etnis dalam aturan pengungkapan di Amerika. Dalam penelitian in group dan out group, subjek-subjek penelitian ini diminta untuk menilai tingkat kecocokan tindakan menampilkan emosi-emosi universal dalam situasi sosial yang berbeda-beda. Hasilnya menunjukkan bahwa meskipun ekspresi wajah universal itu secara biologis bersifat bawaan sebagai prototipe raut wajah pada semua orang, budaya punya pengaruh besar pada ekspresi emosi lewat aturan-aturan yang pengungkapan yang dipelajari secara kultural. Karena kebanyakan interaksi antar-manusia pada hakekatnya bersifat sosial, kita harus memahami bahwa perbedaan kultural dalam aturan pengungkapan ini berlaku dalam kebanyakan, atau bahkan setiap, kesempatan. Orang-orang dari latar belakang budaya yang berbeda dapat, dan memang mengekspresikan emosi secara berbeda.

## **8.7 Persepsi Emosi**

Ekman dkk melakukan salah satu penelitian pertama yang menunjukkan bagaimana tiap budaya berbeda dalam mempersepsi emosi. Mereka memperlihatkan foto-foto ke enam emosi universal pada pengamat dari sepuluh budaya. Para subjek dari sepuluh budaya itu sepakat dalam hal emosi apa yang ditampilkan, yang menunjukkan universalitas rekognisi emosi. Namun tetap terdapat perbedaan antar budaya dalam hal seberapa kuat mereka mempersepsi emosi. Tes ini menunjukkan budaya Asia menilai lebih lemah intensitas emosi-emosi tersebut dibanding budaya-budaya non-Asia. Matsumoto dan Ekman

mereplikasikan temuan ini, menunjukkan bahwa perbedaan kultural dalam hal intensitas yang dipersepsi tetap ada, baik ketika subjek menilai ekspresi orang dari budayanya sendiri maupun dari budaya.

Di bagian lain dari penelitian lintas ras pada subjek Amerika, subjek-subjek Kaukasia, kulit hitam, Asia dan Hispanik (latin) melihat contoh-contoh ekspresi wajah emosi universal dan diminta untuk memberi penilaian secara skala tentang seberapa kuat intensitas emosi menurut persepsi mereka. Hasilnya menunjukkan bahwa orang kulit hitam mempersepsi marah dan takut dengan intensitas lebih tinggi dari pada orang Kaukasia dan Asia, mempersepsi wajah Kaukasia dengan intensitas lebih tinggi dari pada orang Kaukasia dan Asia, serta mempersepsi ekspresi wanita dengan intensitas lebih tinggi dari pada orang Asia. Orang hispanik juga mempersepsi takut lebih intens dibandingkan orang Asia.

Budaya juga mempengaruhi pelabelan emosi. Meski biasanya ada kesepakatan antar budaya dalam hal emosi apa yang ditampilkan oleh suatu ekspresi wajah, namun tetap ada variasi dalam tingkat kesepakatan tersebut. Jenis perbedaan kultural dalam pelabelan emosi inilah yang ditemukan dalam penelitian yang lebih baru.

Sebenarnya, perbedaan kultural dalam tingkat kesepakatan masing-masing budaya dalam melabeli emosi juga tampak dalam data dari penelitian semula Ekman dan Izard tentang sifat universal emosi. Hanya saja, ketika itu perbedaan kultural ini tidak diuji karena tujuan penelitian tersebut adalah untuk menemukan kesamaan bukan perbedaan kultural.

Bagaimanakah cara budaya mempengaruhi persepsi dan interpretasi emosi? Beberapa ahli psikologi percaya budaya memiliki aturan yang mengatur persepsi emosi, seperti halnya aturan pengungkapan yang mengatur ekspresinya. Aturan tentang interpretasi dan persepsi ini disebut aturan dekode (dicoding Rules (BUCK, 1984) aturan ini adalah aturan kultural, sesuatu yang dipelajari, yang membentuk bagaimana orang disuatu budaya memandang dan menginterpretasi ekspresi-ekspresi orang lain. Seperti aturan pengungkapan, aturan dekode dipelajari pada masa-masa awal kehidupan, dan dipelajari sedemikian baik sehingga kita tidak benar-benar menyadari pengaruhnya. Dengan demikian, aturan dekode adalah seperti saringan budaya yang mempengaruhi bagaimana kita menangkap ekspresi emosi orang lain.

## **8.8 Pengalaman Emosi**

Dalam beberapa tahun terakhir, beberapa program penelitian mulai mempelajari bagaimana orang-orang dari berbagai budaya mengalami emosi secara berbeda-beda. Penelitian-penelitian tersebut melibatkan ribuan responden dari lebih dari 30 budaya dari seluruh dunia yang mengisi kuisioner tentang emosi yang mereka alami di kehidupan sehari-hari mereka. Secara kolektif, temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa kebudayaan memiliki pengaruh yang besar pada bagaimana orang mengalami emosi.

Para responden dalam penelitian ini juga menilai seberapa kuat (intensitas) dan seberapa lama (durasi) mereka mengalami emosi mereka. Orang Amerika merasakan emosi mereka lebih lama dan pada intensitas yang lebih tinggi ketimbang orang Eropa maupun Jepang.

## **8.9 Anteseden Emosi**

Beberapa penelitian telah mempelajari apakah anteseden emosi (yakni hal-hal yang memicu atau terjadi mendahului suatu emosi) bervariasi dari satu budaya ke budaya lain. Apakah jenis-jenis kejadian yang sama menghasilkan macam-macam emosi yang sama, pada frekuensi yang kurang lebih serupa, pada budaya yang berbeda-beda? Pertanyaan-pertanyaan ini dikaji oleh sebuah penelitian yang membandingkan orang Amerika dengan Jepang. Temuan-temuan penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kultural dalam bagaimana orang dari budaya yang berbeda mengevaluasi situasi-situasi yang membangkitkan emosi.

### **8.10 Fisiologi Emosi**

Sampai saat ini, belum ada kajian yang secara formal menguji perbedaan-perbedaan kultural dalam reaksi-reaksi fisiologis emosi. Meski demikian, ada beberapa penelitian yang telah menguji perbedaan kultural dalam reaksi-reaksi fisiologis dan perilaku yang dilaporkan oleh orang-orang dari beberapa budaya yang berbeda.

Secara umum, responden Jepang melaporkan bahwa mereka lebih sedikit memberi reaksi terhadap emosi dalam bentuk gesture lengan dan tangan, gerak tubuh keseluruhan, dan reaksi vokal dan wajah dibandingkan dengan orang Amerika dan Eropa. Orang Amerika melaporkan bahwa mereka memiliki ekspresifitas lebih tinggi, baik dalam reaksi wajah maupun vokal. Orang Amerika dan Eropa juga melaporkan bahwa mereka banyak mengalami sensasi-sensasi yang murni fisiologis dibanding orang Jepang diantara sensasi-sensasi ini adalah perubahan temperatur tubuh (wajah menjadi merah atau panas, perubahan-perubahan kardio vascular (jantung berdebar, perubahan denyut nadi ), dan gangguan gastric (masalah perut).

### **8.11 Menuju Teori Emosi Lintas Budaya**

Kebudayaan mempunyai peran yang sangat penting dalam membentuk emosi manusia. Bukti-buktinya berasal dari berbagai kajian antropologis dan etnografik tentang emosi di berbagai budaya yang berbeda, penelitian psikologis lintas budaya tentang emosi dan penelitian fisiologis tentang emosi pada berbagai kelompok ras di Amerika. Tapi sebelumnya, harus dicari cara-cara yang lebih baik untuk mengorganisir dan memahami pengaruh kultural pada emosi. Sebelum kita menemukan fakta-fakta baru tentang perbedaan kultural dalam emosi, kita perlu mencari cara-cara yang bermaksud untuk memahami, memprediksi dan menafsirkan perbedaan kultural. Mencari dan mengambil pendekatan-pendekatan yang secara teoritis relevan dengan budaya dan emosi akan membantu kita untuk memahami budaya dan emosi. Hal itu juga akan memandu upaya pencarian kita untuk menyibak berbagai hubungan antara keduanya dalam cara-cara yang penting.

Saat ini semakin banyak ahli psikologi dan ilmuwan sosial lain yang sepakat bahwa kita perlu mendefinisikan budaya tidak berdasarkan etnisitas atau kebangsaan. Budaya bukanlah biologi, melainkan lebih merupakan suatu konstruk sosio-psikologis. Karena itu, kita perlu beranjak dari kebiasaan mengklasifikasi orang sebagai orang Kaukasia, kulit hitam, Hispanik, dan Asia, atau Amerika, Prancis, Jepang dan Inggris.



Kita perlu menemukan cara-cara yang bermakna untuk mendefinisikan budaya dengan mengabaikan etnisitas atau kebangsaan.

Beberapa ahli psikologi telah berusaha melakukan hal ini dalam kajian mereka tentang budaya dan emosi. Pendekatan-pendekatan ini difokuskan pada konstruk sosio-psikologis yang dikenal sebagai individualisme vs kolektifisme sebagai ukuran budaya. Individualisme mengacu pada sejauh mana kebudayaan mengayomi kebutuhan-kebutuhan, keinginan-keinginan dan hasrat-hasrat individual diatas kebutuhan-kelompok. Kolektifisme mengacu pada sejauh mana sebuah kebudayaan menekankan pada pengorbanan kebutuhan-kebutuhan individu demi kebutuhan kelompok. Salah satu keuntungan utama mendefinisikan budaya dengan individualisme vs kolektifisme adalah bahwa hal ini merupakan suatu konstruk yang benar-benar sosio-psikologis, tidak dibatasi oleh etnisitas maupun kebangsaan. Dengan menggunakan dimensi ini kita bisa meneliti bagaimana berbagai kelompok berbeda satu dengan yang lain dan bagaimana individu-individu dalam kelompok-kelompok tersebut berbeda antar mereka sendiri.

Salah satu hal penting bagi teori emosi lintas budaya adalah petunjuk bahwa ekspresi-ekspresi emosional bervariasi lebih menurut fungsi atau lebih berdasarkan dimensi individualisme vs kolektifisme, ketimbang berdasarkan apa-apa seseorang itu berkulit hitam bangsa Jepang atau bangsa Mesir temuan-temuan dari berbagai kajian terbaru tentang emosi tampaknya mendukung penggambaran kultural ini untuk memahami perbedaan kultural dalam emosi.

Pendekatan ini bukanlah jawaban akhir atas pertanyaan-pertanyaan kita dalam memahami pengaruh budaya atas emosi. Cara-cara untuk menggambarkan budaya secara lebih bermakna ketimbang penggambaran lewat dimensi individualisme vs kolektifisme mungkin akan muncul dan para peneliti mungkin akan menemukan dimensi kultural lain yang lebih relevan untuk memahami perbedaan-perbedaan kultural dalam emosi.

## **IX Kesimpulan**

Emosi memberi warna pada hidup. Pengalaman emosional juga dapat menjadi motivator bagi perilaku. Ekspresi emosi juga penting dalam komunikasi dan memainkan peran dalam interaksi sosial. Penelitian psikologi lintas budaya tentang emosi dikaji dengan pendekatan antropologis dan etnografis. Tidak semua budaya di dunia memiliki kata yang merepresentasikan konsep emosi dan konsep emosi yang ditunjukkannya pun tidak setara. Orang dari budaya yang berbeda, juga berbeda dalam mengkategorikan atau melabeli emosi. Kebudayaan memiliki pengaruh yang besar pada bagaimana orang mengalami emosi.

### **Sumber :**

Matsumoto, D. 2000. *Culture and Psychology*. 2<sup>th</sup> Edition. Belmont, CA: Wadsworth

