

EMOSI DAN EKSPRESINYA DALAM MASYARAKAT

Johana E. Prawitasari Hadiyono

Pengantar

Emosi merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang merupakan sumber komedi dan tragedi seperti yang banyak terjadi di masyarakat Indonesia menjelang milenium baru. Pada dasarnya dengan adanya emosi hubungan antara manusia akan lebih bernuansa. Ada kala manusia gembira bila memperoleh apa yang diinginkannya. Bila seseorang memberikan perhatian dan kasih yang tulus manusia akan bahagia. Manusia juga dapat tertawa bila ada yang lucu. Ia juga dapat menertawakan dirinya sendiri bila ia menyadari kebodohnya. Bersama orang lain ia dapat berbagi suka dan duka. Ia akan sedih bila apa yang dipunyai hilang atau manusia gagal mencapai yang ditujunya. Takut akan muncul bila ada hal yang mengancam jiwanya. Bila harga diri dan martabatnya tersinggung, manusia akan marah. Kemarahan ini dapat berakibat sangat negatif bahkan sampai pada pembunuhan. Bahkan ada istilah amok/amuk dalam psikopatologi yang khusus ada di budaya Melayu. Keadaan itu ditandai oleh kekerasan fisik yang dilakukan dengan atau tanpa senjata kepada siapa saja yang ada di hadapannya, tanpa pandang bulu apakah itu orang yang dicintainya atau bukan. Orang yang sedang mengamuk akan membatunya. Setelah itu ia akan pingsan dan ketika bangun dan diberitahu apa yang telah dilakukannya, ia akan menangis menyesali perbuatannya dan meminta ampun pada Allah Yang Maha Kuasa.

Ekspresi Emosi

Ada dua cara dalam mengungkapkan emosi. Cara pertama yaitu emosi diungkapkan secara verbal dengan penuh kesadaran. Untuk cara ini bahasa yang digunakan harus sama, termasuk pengertian akan kata-kata yang digunakannya. Apabila bahasa yang digunakan sama tetapi kata-kata yang digunakan diartikan lain maka komunikasi juga akan terganggu. Cara kedua yang sangat sering dilakukan orang yakni emosi tidak dikatakan tetapi diungkapkan secara nonverbal. Amok/amuk adalah salah satu bentuk pengungkapan emosi secara nonverbal yang ekstrem dan sifatnya patologis. Istilah ini sekarang telah menjadi istilah psikiatri yang sifatnya universal.

Emosi marah, sedih, senang, takut, dan emosi lainnya sering diungkapkan melalui ekspresi wajah, gerak tangan, tubuh, ataupun nada suara. Ekspresi nonverbal banyak berhubungan dengan situasi budaya setempat dan perubahan fisiologis banyak menentukan kesehatan orang. Kaitan erat situasi budaya dan proses fisiologis ini membuat emosi sebagai salah satu indikator kesehatan individu. Untuk itu perlu diteliti pengungkapan dan pengertian emosi secara nonverbal. Pengungkapan dan pengertian yang tepat akan menunjang kesehatan dan hubungan antara manusia satu dengan lainnya. Dicapainya dua hal penting dalam kehidupan manusia akan menunjang kesejahteraan mereka. Hal ini penting untuk menunjang kerjasama di antara masyarakat dengan beda latar budaya. Hasil penelitian Keltner, Kring, & Bonanno (1999) telah menunjukkan pula bahwa secara teoritis ekspresi wajah berhubungan secara signifikan dengan penyesuaian setelah kematian pasangan, dalam hubungan jangka panjang, dan dalam konteks gangguan psikologis kronik. Mereka mengkaji bukti yang menunjukkan bahwa ungkapan emosi melalui ekspresi wajah berkaitan dengan hasil proses interpersonal dan sosial. Mereka mengungkapkan bahwa ekspresi emosi di wajah merupakan tanda dunia dalam dan mediator dunia sosial.

Emosi dan komunikasi nonverbal telah diteliti di Indonesia dan kebanyakan dilakukan di luar Indonesia. Di Indonesia selain Prawitasari (1990, 1991, 1992, 1993), Prawitasari dan Hasanat (1990), Prawitasari dan Martani (1993), Prawitasari, Martani, dan Adiyanti (1994-1997), emosi juga telah banyak diteliti oleh Suprpti Sumarmo Markam (1992) dari Fakultas Psikologi UI untuk disertasinya. Dari UNPAD, Bandung, Wilis Srisayekti (1994) juga meneliti perilaku nonverbal. Kebanyakan penelitian-penelitian tentang emosi dan komunikasi nonverbal dilakukan oleh ahli-ahli di luar negeri yang telah punya nama di bidang itu.

Dalam disertasinya, Markam (1992) mengemukakan dimensi pengalaman emosi dalam kaitannya dengan nama-nama emosi. Ia mengkaji secara deskriptif nama-nama emosi tersebut melalui teori kognitif. Nama emosi negatif adalah sedih, marah, dan takut. Sedangkan bahagia mempunyai nilai positif. Markam juga menemukan perbedaan antara pria dan wanita dalam menilai pengalaman emosi. Terharu bagi wanita merupakan pengalaman yang bernilai lebih positif dibandingkan dengan pria. Bagi wanita pengalaman emosi ini terkendalkan, tetapi tidak terkendalkan bagi pria. Pengalaman sedih dan terharu bagi wanita merupakan sikap yang lebih optimis dibandingkan dengan pria. Bagi wanita dalam mengalami rasa cemas dan panik cenderung "tidak melawan". Pria dalam mengalami cemas dan panik tidak terlalu tersedot perhatiannya terhadap pengalaman emosi tersebut, tetapi wanita sangat dipengaruhi oleh pengalaman emosi tersebut.

Prawitasari (1990, 1991, 1992), Prawitasari dan Martani (1993) meneliti pengartian emosi melalui ekspresi wajah dari foto-foto statis, Srisayekti (1994) meneliti perilaku nonverbal untuk disertasinya. Ia meneliti perilaku nonverbal dalam komunikasi. Dalam analisisnya ia banyak mempertimbangkan aspek dinamis perilaku. Ia banyak memperhatikan perilaku sebagai bagian integral di dalam interaksi sosial, berlangsungnya perilaku, dan dinamika interaksi antar individu. Sebagai contoh aspek

komunikatif perilaku nonverbal dalam komunikasi antara dua orang, ia menggunakan perilaku meminta.

Selain orang Indonesia seperti tersebut sebelumnya, Karl Heider (1991, 1991) dari USA telah meneliti emosi dan perilaku nonverbal orang Indonesia, terutama orang Minangkabau dan perilaku nonverbal di film Indonesia. Dalam bukunya *Landscapes of emotion: Mapping three culutres of emotion in Indonesia*, Heider mengemukakan tentang istilah emosi dalam bahasa Minang, bahasa Indonesia oleh orang Minangkabau, dan bahasa Indonesia oleh orang Jawa. Ia membuat peta emosi berdasarkan kumpulan nama emosi yang digunakan oleh ketiga kelompok tersebut. Pertama kali ia membuat daftar kata-kata Indonesia yang digunakan untuk menggambarkan emosi. Prosedur ini juga dilakukan oleh Prawitasari (1990) ketika ia mengembangkan alat untuk mengungkap emosi dasar manusia. Ia memberikan daftar kata-kata sifat yang diperoleh dari Kamus Umum Bahasa Indonesia (Purwodarminto, 1982) kepada penilai untuk emosi jijik, malu, marah, sedih, senang, takut, dan terkejut. Demikian pula Heider mulai mengembangkan daftar induk kata-kata emosi dalam bahasa Indonesia. Ia menemukan 38 kata yang jelas menunjukkan kata-kata emosi. Ia mengembangkan daftar induk kata-kata emosi melalui kamus dan novel yang ditulis oleh orang Minangkabau. Untuk tiap kata yang tertera, responden diminta untuk mengemukakan tentang padan kata dalam bahasa Indonesia dan terjemahan yang seimbang dalam bahasa Minang. Dari 38 daftar kata induk, ia akhirnya menemukan 189 kata dalam bahasa Indonesia dan 197 dalam bahasa Minang. Ada beberapa kata yang akhirnya tidak digunakan karena kurang pas dengan tujuan pengelompokan kata emosi. Ia menyimpulkan bahwa emosi sedih, marah, gembira, dan terkejut mendekati kesamaan universal, tetapi emosi cinta, takut, jijik, dan muak lebih bersifat khusus budaya. Hal ini hampir sama dengan penemuan Prawitasari dan Martani (1993) yang menemukan kesamaan dan kekhususan budaya pada emosi marah, sedih, senang, dan takut di masyarakat Jawa, Menado, dan Ujung Pandang.

Ada berbagai fungsi perilaku nonverbal dalam interaksi sosial. Menurut Patterson (1990) fungsi-fungsi tersebut antara lain adalah menyediakan informasi, mengarahkan interaksi, mengungkapkan keintiman, kontrol sosial. Ekspresi wajah misalnya banyak memberikan informasi tentang keadaan emosi individu. Ekman dan Friesen (1984) menyebutkan bahwa orang dapat mempelajari emosi melalui tanda-tanda yang terlihat di wajah. Ekspresi wajah tersebut dapat menunjukkan rasa gembira, jijik, marah, sedih, takut, dan terkejut. Emosi-emosi ini dapat terlihat melalui gerakan-gerakan otot di dahi, sekitar mata, hidung, dan mulut. Senyum, misalnya, dapat dibedakan apakah senyum tersebut betul-betul mengungkapkan rasa senang atau menutupi rasa negatif. Senyum yang menunjukkan rasa senang dapat terlihat dari gerakan-gerakan otot di sekitar mata di samping bibir yang bergerak ke samping atas. Senyum untuk menutupi rasa negatif dapat terlihat dari bibir yang tersenyum tetapi gerakan otot di sekitar hidung, dahi, dan mata menunjukkan emosi lainnya (Ekman, Friesen, dan O'Sullivan, 1988). Penemuan ini diperkuat dengan penelitian selanjutnya oleh Frank, Ekman dan Friesen (1993) yang menunjukkan bahwa senyum gembira betul-betul berbeda dari senyum-senyum lainnya. Selain itu senyum juga dapat diukur dengan analisis citra digital dan subjek memberikan rating pada senyum yang direkam dengan video (Leonard, Voeller, dan Kulda, 1991).

Pengungkapan emosi sendiri juga masih dipertanyakan apakah sifatnya universal atau spesifik budaya. Seorang ahli linguistik, Wierzbicka (1992), banyak meneliti kata-kata untuk ungkapan emosi. Ia mengatakan bahwa kebanyakan ahli meneliti emosi secara lintas budaya dengan menggunakan bahasa Inggris. Hal ini jelas akan menghasilkan bias. Tidak semua kata Inggris mampu mengungkapkan emosi tertentu yang dialami oleh orang dari budaya lain. Untuk itu perlu berhati-hati dalam mengartikan hasil penelitian lintas budaya. Mungkin kata untuk mengungkapkan emosi tertentu dalam bahasa bukan Inggris akan lain. Seperti kata ekspresi *contempt* dalam penelitian Ekman dan Heider (1988) akan sulit untuk diberikan

padanannya dalam bahasa Indonesia. Bisa saja kata itu diartikan sebagai pecehan, hanya saja apakah itu tepat seperti yang dimaksudkan oleh kedua peneliti itu. Kemudian Russell (1991) juga mengemukakan bahwa orang dengan bahasa bukan Inggris akan membuat kategori emosi yang lain dari mereka yang berbahasa Inggris. Ia mengatakan bahwa kata emosi itu sendiri adalah spesifik budaya. Satu contoh misalnya tidak ada terjemahan emosi dalam bahasa Indonesia, adanya adalah kata rasa. Ada sebetulnya kata untuk mengungkapkan gejala rasa yaitu renjana. Hanya saja kalau itu yang digunakan orang lebih mengenal sebagai nama lagu yang diciptakan oleh Guruh Sukarnoputro. Ilmuwan perilaku di Indonesia menggunakan istilah emosi karena bahan acuannya adalah dari barat.

Ekspresi wajah terutama untuk memberikan informasi tentang suasana emosi individu. Hanya saja selanjutnya menurut Wierzbicka (1995) ekspresi marah, takut, jijik, sedih, ataupun gembira adalah khusus bahasa dan khusus budaya, dan tidak dapat menunjukkan kesamaan mendunia dalam area emosi. Ia selanjutnya mengatakan bahwa berbagai emosi dapat dikenal dalam istilah skenario kognitif yang diasosiasikan dengan semuanya itu dan bagaimana skenario kognitif tersebut diungkapkan dalam istilah konsep manusia universal. Lebih lanjut ia menunjukkan bahwa penggunaan konsep primitif dapat digunakan untuk menggali emosi manusia dari perspektif universal dan bebas bahasa. Karena setiap bahasa mempunyai klasifikasinya sendiri tentang pengalaman emosional manusia, kata-kata Inggris seperti *anger* atau *sadness* adalah bukti adanya bahasa Inggris dan bukan alat analitis yang bebas budaya. Sebaliknya konsep primitif seperti "baik" dan "buruk", atau "ingin", "mengerti", "mengatakan" dan "berpikir" bukan bukti bahasa Inggris tetapi menjadi milik dunia yaitu alfabeta pikiran manusia. Jadi yang penting adalah analisis berdasarkan universal leksikal untuk membebaskan manusia dari bias terhadap bahasa sendiri dan mencapai perspektif universal, bebas budaya pada kognisi manusia secara umum dan pada emosi manusia khususnya.

Apa yang dikatakan Wierzbicka (1995) tersebut hampir sama dengan apa yang diungkapkan oleh Russell dan Sato (1995). Mereka mengungkapkan bahwa kata-kata Inggris seperti *happy*, *sad*, *angry*, dan *afraid* menunjukkan taksonomi status emosional. Tetapi seberapa jauh taksonomi ini terikat bahasa dan budaya? Artikel mereka menyebutkan adanya metode untuk membandingkan kata-kata emosi dalam berbagai bahasa asli. Terjemahan untuk 14 kata-kata emosi dalam bahasa Inggris diperoleh untuk orang Cina dan Jepang. Mereka menilai tiap sebutan emosi yang diungkapkan oleh tiap satu set ekspresi wajah yang baku. Korelasi antara profil yang diperoleh untuk tiap dua kata merupakan indeks persamaannya. Metode ini menurut mereka peka dalam mengungkapkan kedua kesamaan dan perbedaan khusus dalam apa yang sebelumnya dianggap sebagai terjemahan yang seimbang.

Apa yang disebutkan oleh Wierzbicka (1995), Russell dan Sato (1995) ini lebih menyoroti adanya bahasa setempat dan keterbatasan bahasa Inggris dalam mengungkapkan makna emosi dalam bahasa setempat tersebut. Ahli-ahli ini mengingatkan peneliti emosi lainnya untuk lebih berhati-hati dalam mengartikan penelitian lintas budaya. Schimmack (1996) juga mengingatkan hal ini. Ia menganalisis kembali penelitian lintas budaya tentang pengenalan emosi melalui ekspresi wajah. Biasanya ditemukan bahwa jumlah emosi dalam stimulus berpengaruh terhadap ketepatan skor dan penilai orang kulit putih (Kaukasian) lebih baik daripada penilai yang bukan (non-Kaukasian). Ini diterangkan dengan adanya bias stimulus yang digunakan dalam penelitian-penelitian tersebut. Ia mengingatkan pula bahwa pengenalan emosi sedih dan takut menunjukkan kehati-hatian dan penghindaran penilai non-Kaukasian dalam menilai kedua emosi tersebut. Kehati-hatian ini menimbulkan ketidakajegan penilai atas kedua emosi itu. Apa yang dikemukakan oleh Schimmack (1996) tentang ketepatan penilai Kaukasian dibandingkan dengan non-Kaukasian tentang ekspresi wajah yang diungkapkan oleh stimulus Kaukasian agak berbeda dengan penelitian Prawitasari (1992).

Dengan stimulus ekspresi wajah non-Kaukasian, penilai yang terdiri atas profesional Amerika dan Indonesia sama baiknya dalam menilai emosi yang terungkap. Hanya saja mereka berbeda dalam menilai intensitas yang diperlihatkan. Bagi penilai profesional Indonesia ungkapan marah yang terlihat dinilai lebih intens daripada profesional Amerika.

Emosi dan Budaya

Dari ungkapan penelitian-penelitian tersebut terlihat berbagai kelemahan yang perlu diperhatikan dalam mengartikan hasil penelitian lintas budaya. Perlu diperhatikan keterbatasan stimulus yang digunakan maupun pengartian tiap budaya terhadap emosi yang terlihat. Khususnya tentang pengartian emosi sedih dan takut perlu diperhatikan makna budaya setempat tentang kedua emosi itu. Timbul pertanyaan mengapa begitu sulit bagi penilai dari berbagai budaya untuk mengenal itu seperti yang terungkap pada hasil penelitian Prawitasari, Martani, dan Adiyanti (1995). Dari apa yang diungkapkan dalam diskusi terlihat bahwa emosi sedih dan takut sangat pribadi, hanya orang-orang tertentu saja yang boleh melihatnya. Mereka mengungkapkan kedua emosi itu di muka orang yang dipercaya terutama keluarga, sehingga ungkapan di muka umum perlu dikendalikan. Kedua emosi ini juga dinilai negatif sesuai dengan ajaran agama yang mereka anut. Mereka harus mengendalikannya dengan baik.

Komunikasi nonverbal lainnya, seperti gerakan tangan dan tubuh atau disebut gestur, berikut postur tubuh dapat digunakan untuk mengarahkan interaksi, menunjukkan keintiman, maupun kontrol sosial. Gestur misalnya dapat dikategorikan sebagai gestur bebas dari percakapan dan gestur berhubungan dengan percakapan (Knapp dan Hall, 1992). Menurut Ekman, Friesen, dan Bear (1984) gestur bebas percakapan disebut emblem. Orang dapat menggantikan gerakan mengganggu untuk mengatakan "Ya" atau seperti di Bangladesh dengan menggerakkan kepala ke samping atas (pengamatan pribadi, July 1992). Gestur berhubungan dengan percakapan dapat disebut ilustrator (Ekman, Friesen, dan Bear,

1984). Gerakan-gerakan tersebut tidak akan ada artinya bila tidak disertai percakapan. Ini dimaksudkan untuk membantu menerangkan ataupun menekankan percakapan. Semua gerakan ini dapat digunakan dalam mengarahkan interaksi antar manusia. Misalnya orang akan menggerakkan tangannya untuk mempersilahkan orang lain ganti bicara.

Salah satu penelitian perilaku nonverbal juga telah dilakukan oleh Gunatirin dan Prawitasari (1996). Penelitian ini mengulang penelitian Bernieri, Gillis, dan Davis (1992) tentang teori penilaian sosial dengan beberpa modifikasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek Indonesia mampu menilai keterdekatan individu Amerika yang sedang berdialog dengan menggunakan isyarat-isyarat nonverbal. Perbedaan latar budaya tidak menghalangi terwujudnya pemahaman antara budaya satu dengan lainnya. Yang menarik dalam penelitian ini adalah adanya isyarat tentang kesopanan. Dalam salah satu video klip ada pasangan yang mengangkat kaki di meja. Bagi orang Indonesia mengangkat kaki di meja merupakan perilaku tidak sopan, sedangkan bagi orang Amerika mengangkat kaki tidak menunjukkan sopan tidaknya seseorang. Ini hanya merupakan salah satu cara untuk mengekspresikan kebebasannya tanpa konotasi kesopanan. Kesopanan dalam gerakan tidak dijumpai di Amerika. Bagi orang Amerika memegang kepala tidak mempunyai makna tidak menghormati. Sebaliknya bagi orang Indonesia kepala adalah tempat terhormat jadi tidak boleh dipegang. Tidak sopan memegang kepala orang Indonesia kecuali orang yang lebih tua terhadap yang lebih muda, itupun kalau hubungannya telah akrab. Tidak sembarang orang boleh memegang kepala orang lain. Juga cara memanggil berbeda antara orang Amerika dan orang Indonesia. Biasanya orang Amerika memanggil dengan telapak tangan ke atas dan dua jari biasanya jari telunjuk dan tengah digerakkan ke arah dirinya. Sedangkan orang Indonesia akan memanggil dengan cara "ngawe" yaitu tangan direntangkan dan telapak mengarah ke bawah dan semua jari digerakkan ke telapak tangan. Cara yang berbeda ini juga menimbulkan rasa tidak enak bagi orang Indonesia yang mengartikan

gerakan dengan kesopanan (pengalaman pribadi dengan orang Amerika yang sesuai dengan penelitian ini). Universalitas dan kekhususan budaya dalam komunikasi nonverbal ini memang ada dan didukung data dalam penelitian ini (Gunatirin dan Prawitasari, 1996). Kedekatan merupakan isyarat universal, kalau dua orang berdekatan dalam suatu dialog kedua bangsa mengartikan sama yaitu mereka telah akrab. Gerakan sopan dan tidak sopan merupakan khusus budaya Indonesia yang tidak dikenal di Amerika.

Terdapat pertentangan pendapat tentang faktor budaya dalam komunikasi nonverbal di antara para ahli. Hecht, Andersen, dan Ribeau (1989) menyatakan bahwa komunikasi nonverbal tidak dapat dipisahkan dari kebudayaan. Di lain pihak Ekman dan Friesen (1986), Ekman dan Heider (1988) menyatakan bahwa ekspresi wajah yang mengungkapkan rasa jijik bersifat universal. Meskipun ekspresi wajah yang mengungkap emosi bersifat universal tetapi terdapat perbedaan penilaian tentang intensitas masing-masing ekspresi wajah (Matsumoto dan Ekman, 1989). Selain ekspresi wajah, postur tubuh juga menunjukkan adanya universalitas dan pengaruh kebudayaan setempat. Kudoh dan Matsumoto (1985) menemukan bahwa faktor yang terungkap melalui postur tubuh antara orang Amerika dan orang Jepang sama tetapi urutannya berbeda. Selanjutnya Matsumoto dan Kudoh (1987) mengulang penelitian tersebut dan menemukan bahwa untuk orang Jepang penilaian terhadap postur tubuh lebih terfokus pada status dan kekuasaan, sedangkan orang Amerika lebih terfokus pada responsivitas antar pribadi seperti penilaian senang dan taksenang.

Demikian pula Patterson (1990, 1991) menyatakan bahwa oleh karena perilaku nonverbal biasanya bersifat mendua dan mungkin mempunyai bermacam-macam arti, orang dari budaya lain mungkin bervariasi dalam ekspresi dan pengartian fungsinya. Senada dengan berbagai ahli tersebut, Shaver, Wu, & Schwarts (1992) mengemukakan bahwa banyak bukti menunjukkan bahwa beberapa emosi dasar

mempunyai kesamaan di beberapa negara yang berbeda seperti Amerika, China, Italia, dan Ifaluk. Mereka menyimpulkan bahwa emosi dasar mempunyai kesamaan antededen dengan ciri abstrak, kesamaan tendensi tindakan, dan kesamaan fungsi hubungan sosial di negara-negara yang berbeda tersebut. Emosi dasar tersebut adalah gembira/bahagia, takut, marah/benci, dan sedih/depresi dengan kategori subordinasi positif dan negatif.

Masih dalam konteks emosi yang bersifat mendunia atau spesifik budaya, Frijda (1992) mengemukakan adanya label-label tertentu untuk emosi tertentu pula. Orang cenderung memberikan label bagi ekspresi emosi marah, sedih, takut, meskipun belum tentu orang yang diberikan label tersebut betul-betul mengalami emosi tersebut. Emosi lebih merupakan pengalaman internal bukan hanya sekedar kata yang dilabelkan padanya. Hal ini diperkuat oleh Mayer dkk. (1991) yang mengatakan bahwa pengalaman suasana hati lebih luas dibandingkan hanya isi emosi saja. Selain itu Shweder (1992) mengemukakan pula bahwa emosi adalah suatu sistem pengartian. Tiap budaya mempunyai sistem pengartiannya sendiri tentang emosi yang dialami maupun diungkapkan. Hal itu akan nampak baik dalam kata-kata ataupun pengalaman somatik. Emosi marah dikaitkan dengan tubuh yang tegang. Selanjutnya Mesquita dan Frijda (1992) mengatakan bahwa kesimpulan yang pasti tentang emosi secara lintas budaya akan sulit didapat karena tidak ditemukan kesatuan metodologi. Selain itu juga dikatakan bahwa masih langka informasi tentang emosi yang sifatnya mendunia ataupun spesifik budaya.

Penelitian emosi dan komunikasi nonverbal memang tidak sesederhana seperti yang dipikirkan orang, karena semuanya itu perlu diteliti dari berbagai sudut pandang. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Gross dan John (1997) tentang pengungkapan perasaan. Penelitian mereka menunjukkan bahwa ekspresivitas negatif meramalkan ekspresi perilaku kesedihan bukan keriangangan, dan ekspresivitas positif meramalkan keriangangan bukan kesedihan. Hubungan ini tetap seimbang ketika

pengalaman emosi subjektif dan respons fisiologis dikendalikan. Penelitian mereka ini menunjukkan pentingnya pendekatan multifaset untuk ekspresivitas emosional dan mempunyai implikasi untuk mengerti kepribadian dan emosi. Selain penelitian ini, penelitian Lambert, Khan, Lickel, dan Fricke (1997) menunjukkan adanya koreksi dalam stereotipi sosial. Orang yang menunjukkan kesedihan akan mengoreksi ekspresinya bila situasi menuntutnya, tidak demikian dengan ekspresi positif. Sekali lagi terlihat di sini bahwa ekspresi positif lebih dapat diterima daripada ekspresi negatif baik oleh diri sendiri atau dalam interaksi sosial.

Ekspresi Emosi Beberapa Kelompok Etnik

Selain perdebatan apakah ekspresi emosi mempunyai kesamaan atau perbedaan dalam budaya yang berbeda, sering muncul pula pertanyaan apakah emosi yang diekspresikan akan menimbulkan perubahan fisiologis. Bagi orang Jawa keselarasan merupakan kunci dalam kehidupannya (Magnis-Suseno, 1984). Apabila ia mengalami emosi tertentu, ia berusaha mengembalikan pada suasana emosi netral sebelumnya. Secara fisiologis, ini ada manfaatnya. Yang penting bukan mengabaikan emosi yang dialami, tetapi bagaimana menyadari emosi yang dialami, kemudian mengembalikan pada suasana netral sebelumnya. Gross & Levenson (1993) meneliti penekanan emosi yaitu mengendalikan ekspresi emosi secara sadar padahal emosi tertentu sedang dialami. Penelitian mereka menunjukkan bahwa penekanan mengurangi perilaku ekspresif dan menghasilkan status fisiologis yang tercampur yakni aktivitas somatik menurun dan detak jantung yang juga menurun. Tetapi keadaan ini diikuti oleh meningkatnya kejang mata dan aktivitas saraf simpatis dalam pengukuran kardiovaskular dan tanggapan elektrodermal. Penekanan tidak mempunyai dampak pada pengalaman emosi subjektif. Hasil penelitian kedua peneliti ini memang masih belum dapat disimpulkan dengan pasti karena penekanan menimbulkan penurunan pada detak jantung tetapi menaikkan kejang mata maupun suhu kulit.

Terlihat bahwa tubuh menyesuaikan dengan keadaan emosi individu. Mungkin ada benarnya pedoman orang Jawa yang menekankan keselarasan semua hal dalam kehidupannya. Yang penting sekarang adalah kesadaran individu untuk mengenal emosi yang dialami, mengendalikan ekspresinya, dan mengenal perubahan di dalam tubuhnya. Keadaan ini mungkin akan lebih menyehatkan dibandingkan mengekspresikannya langsung tanpa menyadarinya ataupun mengendalikannya. Seperti yang diungkapkan oleh Ortony, Clore, & Collins (1988) bahwa pengalaman emosi melayani fungsi pemrosesan informasi yang sangat penting. Pengalaman emosi dapat merupakan indikator untuk melakukan suatu tindakan tertentu. Jadi kesadaran akan pengalaman emosi saat itu merupakan situasi yang menyehatkan dibandingkan dengan pengalaman emosi yang tidak disadari tapi menimbulkan perubahan-perubahan fisiologis yang kurang menyehatkan. Ternyata ada benarnya ajaran Jawa bahwa manusia perlu waspada terhadap apa yang dialami dan dihadapinya saat ini (Magnis-Suseno, 1984; Mulder, 1984).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Esses & Zanna (1995) menunjukkan bahwa bila sekelompok individu dalam suasana rasa negatif, mereka cenderung menilai stereotipi yang dianggap kurang mengancam bagi kelompok etnik tertentu. Kelompok etnik yang lebih ajeg terpengaruh adalah orang asli Indian, orang Pakistan, dan Arab. Penelitian ini menunjukkan bahwa suasana rasa dapat berdampak nyata terhadap persepsi anggota kelompok. Selain itu suasana rasa juga mempengaruhi pengertian orang pada stereotipi ketika mereka menggambarkan kelompok tertentu secara utuh. Juga ada indikasi bahwa suasana rasa mungkin mempunyai pengaruh lemah terhadap stereotipi aktual yang digunakan. Penemuan ini berguna untuk mengenal asal dinamika persepsi antar kelompok yang penting untuk mengatasi prejudis dan diskriminasi. Jadi kalau orang Indonesia cenderung menunjukkan ungkapan wajah positif ada benarnya juga yaitu mengurangi kesan negatif bila orang lain sedang dalam suasana rasa negatif.

Selain ekspresi wajah positif, mereka juga banyak menunjukkan gestur pasif atau gerakan lemah supaya tidak terkesan ofensif. Misalnya mereka banyak *ngapurancang* yaitu membelenggu tangan kiri oleh tangan kanan di muka perut ketika berdiri atau berpeluk tangan ketika duduk. Hal ini dilakukan untuk kendali stimulus menurut istilah perilaku (Martin & Pear, 1992). Orang melakukan itu supaya gerakannya terbatas. Di muka orang yang dihormati, entah itu tamu, orang lebih tua, atau orang yang berkuasa, orang cenderung membatasi gerakannya. Mereka beranggapan bahwa terlalu banyak gerak kurang sopan. Dari pengamatan terutama pada orang Jawa, kendali stimulus ini lebih banyak dilakukan dibandingkan orang dari luar Jawa (pengamatan pribadi, 1994).

Di Sumatera Barat, Minangkabau sering lebih dikenal sebagai bentuk kebudayaan daripada sebagai bentuk negara atau kerajaan yang pernah ada dalam sejarah (Navis, 1984). Disebutkan bahwa Tambo adalah salah satu warisan kebudayaan Minangkabau yang penting. Tambo adalah kisah yang disampaikan secara lisan oleh "tukang kaba" yang diucapkan oleh juru pidato pada upacara adat. Ia dibagai dua jenis yaitu *tambo alam* yang mengisahkan asal-usul nenek moyang serta banggunya kerajaan Minangkabau, dan *tambo adat* yang mengisahkan adat atau sistem dan aturan pemerintahan Minangkabau pada masa lalu. Cara mengisahkan Tambo disesuaikan dengan keperluan dan keadaan sehingga dianggap sebagai karya sastra yang menjadi milik umum.

Lebih lanjut disebutkan bahwa orang Minangkabau menamakan tanah airnya *Alam Minangkabau*. Kata alam mengandung makna yang mendalam. Alam bagi mereka bukan hanya sebagai tempat lahir dan tempat mati, tempat hidup dan berkembang, melainkan mempunyai makna filosofis seperti ungkapan: Alam terkembang jadi guru. Oleh karena itu, ajaran dan pandangan hidup mereka diungkapkan dalam *pepatah*, *petitih*, *mamangan*, serta lain-lainnya dengan mengambil ungkapan dari bentuk, sifat, dan kehidupan alam. Unsur-unsur penting dalam alam seperti, matahari, bulan, bumi, bintang, siang, malam, pagi, petang, timur, barat,

utara, selatan, api, air, tanah, dan angin. Semua unsur alam itu mempunyai peran yang saling berhubungan tetapi tidak saling mengikat, masing-masing hidup dengan eksistensinya dalam suatu harmoni. tetapi dinamis sesuai dengan dialektika alam sehingga muncul kata *bakarano bakajadian* (bersebab dan berakibat). Falsafah ini menempatkan manusia sebagai salah satu unsur yang statusnya sama dengan unsur lainnya, seperti tanah, rumah, suku, dan *nagari*. Seperti unsur alam lainnya, manusia dapat berfungsi sempurna, sehingga kedudukan manusia satu dan lainnya sama. Dikatakan bahwa *Tagak samo tinggi, duduak samo randah* kata pituah mereka. Seperti unsur alam lainnya, kemampuan manusia dalam berbuat sesuatu tidak sama. Matahari akan bersinar dan bulan akan menggangtinya di malam hari. Buah mempunyai bentuk dan rasa yang berbeda-beda. Oleh karena itu pembedaan pandangan terhadap manusia ditentukan oleh prestasinya dalam berusaha menjadi mulia, ternama, pintar, atau kaya. Dari uraian Navis (1984) terlihat betapa kayanya adat istiadat Minang dengan filosofinya tentang manusia yang sama dengan unsur alam lainnya.

Ada beberapa catatan tentang perubahan kebudayaan Minangkabau yang ditulis oleh Sairin (1992). Ia menyatakan bahwa orang Minangkabau menyadari benar bahwa masyarakat dan kebudayaan, sebagai suatu pengetahuan atau cara memandang dan merasakan, selalu berubah. Disebutkannya bahwa orang Minangkabau relatif terbuka dan menganggap perubahan sebagai peristiwa yang wajar terjadi. Selanjutnya ia menyebutkan bahwa terjadi perubahan dalam kekerabatan. Antara lain hubungan antara mamak dan kemenakan sekarang semakin longgar, sedangkan hubungan antara ayah dan anak semakin kuat. Hal ini disebabkan sebagian karena adanya faktor pendidikan yang membuat ketergantungan anak terhadap ayah makin kuat. Anak harus mencantumkan nama ayahnya demikian juga dalam akte kelahiran. Meskipun demikian kedudukan mamak tetap diperlukan terutama untuk kegiatan seremonial. Selain perubahan fungsi mamak, juga sebutan orang tua mengalami perubahan. Misalnya, anak akan memanggil oom dan tante

untuk *mamak* dan *eteknya*. Nampak di sini bahwa masyarakat Minangkabau dalam keadaan transisi. Di satu pihak masyarakat belum dapat meninggalkan nilai-nilai budaya lama, di lain pihak nilai-nilai baru belum dihayati sepenuhnya.

Untuk kebudayaan Palembang baru ditemukan suatu tulisan kuno oleh van Sevenhoven yang diterjemahkan oleh Purbakawatja (1971). Nampaknya van Sevenhoven menulis berdasarkan pengamatannya terhadap orang-orang Palembang. Di situ disebutkan tabiat orang Palembang secara garis besar. Orang hanya mengenal dua golongan penduduk yaitu mereka yang memerintah dan mereka yang diperintah. Dari sini asal keangkuhan dan rasa rendah diri. Inilah ciri pokok tabiat orang-orang Palembang. Sifat ini berubah sesuai dengan keadaan yang dihadapi. Kadang-kadang mereka menjadi angkuh, sewenang-wenang, kejam atau kadang-kadang menjadi damba, hina, dan nista. Mereka disebutkan lebih cerdik dan cepat mengerti dibandingkan dengan orang Jawa. Ketrampilan mereka dalam pekerjaan tangan menonjol baik laki-laki dan perempuan. Tetapi mereka tidak mempunyai ahli sastra. Tulisnya lagi bahwa orang Palembang suka mengakhiri cerita dengan sumpah. Terlihat bahwa mereka belum mengenal Islam dengan mendalam. Mereka hanya mengenal agama itu secara lahiriah saja, masih banyak takhayul yang dipercayainya. Disebutkan pula bahwa orang Palembang sama dengan orang Jawa dalam hal pengendalian rasa marah. Mereka beranggapan bahwa marah akan membuat orang tidak tahu apa yang dikatakan atau dilakukannya. Di antara mereka sendiri kurang dapat saling mempercayai sehingga mereka banyak berhati-hati dalam berurusan dengan sesamanya. Mereka tidak mempunyai permainan yang dapat dinikmati bersama seperti wayang di Jawa, sehingga mereka kurang begitu gembira seperti orang Jawa.

Apa yang ditulis oleh van Sevenhoven ini telah lama sekali, nampaknya ditulis di jaman kolonial. Tulisan ini sebaiknya dikaji lebih

mendalam dengan acuan yang lebih baru. Sayangnya itu belum ditemukan sehingga apa yang dikutip tersebut harus diperlakukan ekstra hati-hati.

Penutup

Telah diungkapkan berbagai penelitian baik di Indonesia maupun di luar Indonesia mengenai emosi dan komunikasi nonverbal. Banyak hal perlu dipertimbangkan antara lain pengertian tiap budaya terhadap kedua hal itu. Selain budaya yang perlu banyak diperhatikan adalah penggunaan bahasa.

Pengungkapan dan pengertian emosi melalui komunikasi nonverbal tidak sesederhana yang diperkirakan. Ada banyak faktor yang mempengaruhinya. Dalam diskusi misalnya, ketika ditanya tentang emosi mungkin orang menjawab karena pengertiannya yang terbatas. Ada sebetulnya bahasa Indonesia untuk emosi yaitu *renjana*. Kata ini lebih berarti sebagai perasaan yang mendalam dan lebih berkaitan dengan rindu dan kasih. Apabila *renjana* yang ditanyakan kemungkinan besar orang tidak mengenalnya. Orang akan lebih mengenal sebagai nama lagu. Untuk tujuan akademik kata *renjana* juga tampak kurang pas untuk mengganti kata emosi. Hal ini dikemukakan oleh pembahas saat seminar hasil penelitian hibah bersaing awal 1997. Lebih lagi pertentangan tentang arti bahasa itu sendiri banyak diungkapkan oleh Wierzbicka (1992, 1995) maupun Russell dan Sato (1995). Kata-kata Inggris untuk emosi banyak menunjukkan taksonomi status emosional. Tetapi mereka berargumentasi seberapa jauh pengaruh budaya dan bahasa terhadap taksonomi ini. Schimmack (1996) juga mengingatkan keterbatasan bahasa ini dalam penelitian lintas budaya tentang pengenalan emosi melalui ekspresi wajah. Terlihat di sini betapa peneliti harus betul-betul berhati-hati dalam menggunakan istilah karena akan memberikan bias. Faktor bahasa ini perlu diperhatikan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

Daftar Pustaka

- Ekman, P. & Friesen, W.V. 1984. *Unmasking the Face: A New Science of the Body's Emotions*. CA: Consulting Psychologists Press.
- Ekman, P., Friesen, W.V., & Bear, J. 1984. The international language of gesture: Every little movement has a meaning its own, depending on the culture in which you make it. *Psychology Today*, 18, 5.
- Ekman, P. & Friesen, W.V. 1986. A new pan-cultural facial expression of emotion. *Motivation and Emotion*, 10,2, 159-168.
- Ekman, P., Friesen, W.V., & O'Sullivan, M. 1988. Smiles when lying. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 3, 414-420.
- Ekman, P. & Heider, K.G. 1988. The universality of a contempt expression: a replication. *Motivation and Emotion*, 12, 3, 303-308.
- Esses, V.M. & Zanna, M.P. 1995. Mood and the expression of ethnic stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 6, 1052-1068.
- Frank, M.G., Ekman, P., & Friesen, W.V. 1993. Behavioral markers and recognizability of the smile of enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 1, 83-93.
- Frijda, N.H. 1992. Labelling one's emotions. *Conference on Emotion and Culture*, June 10-14. Eugene, OR: University of Oregon.
- Gross, J.J. & Levenson, R. W. 1993. Emotional suppression: physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 6, 970-986.
- Gross, J.J. & John, O.P. 1997. Reveiling feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior. *Journal of Personality & Social Psychology*, 72, 2, 435-448.

- Gunatirin, E.Y. & Prawitasari, J.E. (1996). Judgement of rapport of Indonesian subjects: Replication and modification of Bernieri, Gillis, and Davis' research (1992) in supporting social judgement theory (in *bahasa Indonesia*). *Berkala Penelitian Pasca Sarjana*, 9 (2A, Mei, 313-328).
- Hecht, M.L., Andersen, P.A., & Ribeau, S.A. 1989. The cultural dimensions of nonverbal communication. Dalam M.K. Asante & W.B. Gudykunst (Eds.) *Handbook of international and intercultural communication*. Newbury Park, CA: Sage.
- Heider, K.G. 1991. *Landscapes of emotion: Mapping three cultures of emotion in Indonesia*. New York: Cambridge University Press.
- Heider, K.G. 1991. *Indonesian cinema: National culture on screen*. Honolulu: University of Hawaii Press.
- Keltner, D., Kring, A.M., Bonanno, A. 1999. Fleeting signs of the course of life: Facial expression and personal adjustment. *Current Directions in Psychological Science*, 8, 1, 18-22.
- Knapp, M.L. & Hall, J.A. 1992. *Nonverbal communication in human interaction (3rd. ed.)*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Kudoh, T. & Matsumoto, D. 1985. Cross-cultural examination of the semantic dimensions of body postures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 6, 1440-1446.
- Lambert, A.J., Khan, S.R., Lickel, B.A., & Fricke, K. 1997. Mood and the correction of positive versus negative stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 2, 1002-1016.
- Leonard, C.M., Voeller, K.K.S., & Kuldau, J.M. 1991. When's a smile a smile? Or how to detect a message by digitizing the signal. *Psychological Science*, 2, 3, 166-172.
- Magnis-Suseno, F. 1984. *Etika Jawa: Sebuah analisa falsafati tentang kebijaksanaan hidup Jawa*. Jakarta: Gramedia.

- Markam, S.S. 1992. Dimensi pengalaman emosi: Kajian deskriptif melalui nama-emosi berdasarkan teori kognitif. Jakarta: *Disertasi*. Jakarta: Program Pasca Sarjana.
- Martin, G. & Pear, J. 1992. *Behavior modification: What is it and how to do it*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Matsumoto, D. & Kudoh, T. 1987. Cultural similarities and differences in the semantic dimensions of body postures. *Journal of Nonverbal Behavior*, 11, 3, 166-179.
- Matsumoto, D. & Ekman, P. 1989. American-Japanese cultural differences in intensity ratings of facial expressions of emotion. *Motivation and Emotion*, 13, 2, 143-157.
- Matsumoto, D. & Ekman, P. 1992. American-Japanese cultural differences in the recognition of universal facial expressions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 23, 72-84.
- Mayer, J.D., Salovey, P., Gomberg-Kaufman, S., & Blainey, K. 1991. A broader conception of mood experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 1, 100-111.
- Mesquita, B. & Frijda, N.H. 1992. Cultural variations in emotions: A review. *Conference on Emotion and Culture*, June 10-14. Eugene, OR.: University of Oregon.
- Mulder, N. 1984. *Kebatinan dan hidup sehari-hari orang Jawa*. Jakarta: Gramedia.
- Mulder, N. 1992. *Individual and society in Java: A cultural analysis*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Navis, A.A. 1984. *Alam terkembang jadi guru: Adat dan kebudayaan Minangkabau*. Jakarta: Graffiti Press.
- Ortoni, A., Clore, G.L., & Collins, A. 1988. *The cognitive structure of emotions*. New York: Cambridge University Press.

- Patterson, M.L. 1990. Function of nonverbal behavior in social interaction. Dalam H.Giles & W.P. Robinson (Eds.) *Handbook of language and social psychology*. New York: John Wiley & Sons.
- Patterson, M.L. 1991. A functional approach to nonverbal exchange. Dalam R.S. Feldman & B. Rime' (Eds.) *Fundamentals of nonverbal behavior*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Poerwadarminta, W.J.S. 1982. *Kamus umum bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Prawitasari, J.E. 1990. Ekspresi wajah untuk mengungkap emosi dasar manusia. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J.E. & Hasanat, N.U. 1990. Kepekaan terhadap komunikasi nonverbal. *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. 1992. Perceived emotion: An interpretation of facial expressions by American and Indonesian professionals. Disajikan dalam *Emotion and Culture Conference*. Eugene: Department of Psychology, University of Oregon.
- Prawitasari, J.E. 1993. Keajegan gerak dan emosi. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J.E. & Martani, W. 1993. Kepekaan terhadap komunikasi nonverbal di antara masyarakat yang berbeda budaya. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J.E., Martani, W. & Adiyanti, M.G. 1995. Konsep emosi orang Indonesia: Pengungkapan dan pengartian emosi melalui komunikasi nonverbal di masyarakat yang berbeda latar budaya (Banjarmasin, Balikpapan, dan Yogyakarta). *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.

- Prawitasari, J.E., Martani, W. & Adiyanti, M.G. 1996. Konsep emosi orang Indonesia: Pengungkapan dan pengertian emosi melalui komunikasi nonverbal di masyarakat yang berbeda latar budaya (Sumatera). *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Prawitasari, J.E., Martani, W. & Adiyanti, M.G. 1997. Konsep emosi orang Indonesia: Pengungkapan dan pengertian emosi melalui komunikasi nonverbal di masyarakat yang berbeda latar budaya (Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Bali, Lombok). *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Russell, J.A. 1991. Culture and the categorization of emotions. *Psychological Bulletin*, 110, 3, 426-450.
- Russell, J.A. & Sato, K. 1995. Comparing emotion words between languages. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 26, 4, 384-391.
- Sairin, S. 1992. Beberapa catatan tentang perubahan kebudayaan Minangkabay. Dalam M. Zed, A. Miko, & E. Chatra. *Perubahan sosial di Minangkabay: Implikasi kelembagaan dalam Pembangunan Sumatra Barat*. Padang: Pusat Studi Pembangunan dan Perubahan Sosial Budaya Universitas Andalas.
- Schimmack, C.J. 1996. Varieties of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 2, 186-205.
- Shaver, P.R., Wu, S, & Schwartz, J. 1992. Cross-cultural similarities and differences in emotion and its representation: A prototype approach. Dalam M.S. Clarak (Ed.). *Emotion*. Newbury Park: Sage.
- Shweder, R.A. 1992. "You're not sick, you're just in love": Emotion as an interpretive system. *Conference on Emotion and Culture*, June 10-14. Eugene, OR.: University of Oregon.
- Srisayekti, W. 1994. Tingkah laku nonverbal: Suatu pengantar. *Jurnal Psikologi*, 2, 48-58.

- Van Sevenhoven, J.L. 1971. (diterjemahkan oleh Purbakawatja) *Lukisan tentang ibukota Palembang*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Wierzbicka, A. 1992. Human emotions: Universal or culture-specific? *Conference on Emotion and Culture*, June 10-14. Eugene, OR.: University of Oregon.
- Wierzbicka, A. 1995. Emotion and facial expression: A semantic prespective. *Culture & Psychology*, 1, 227-258.