

## Emosi atau Persepsi tentang Emosi?

Johana E. Prawitasari

Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada  
e-mail: jepe@ygy.centrin.net.id/ johana@ugm.ac.id

**Abstract.** Empirical emotion study in psychology is relatively new. This is due mostly to the problem of measuring emotion. It is not only a psychological process but also intertwined with physiological processes, therefore, its measurement should cover both. Measuring emotion is debatable whether it should be based on self-report, other's-report, or should it be measured by technological devices like Magnetic Resonance Imaging (MRI), Facial Action Coding System (FACS), computer programming, or psycho-physiological measures like galvanoskin or electromyograph. The purpose of this article is to present research questions and results of studies done by the author alone or with other colleagues from 1990 to 1998. Also this article is to discuss the theme of the studies whether they are really studying emotion or perception of emotion.

Key words: emotion, emotion measurement, nonverbal communication, perception of emotion.

**Abstrak.** Penelitian empiris tentang emosi secara relatif masih baru. Hal ini terjadi sebagian besar disebabkan oleh masalah pengukuran emosi. Emosi tidak hanya merupakan suatu proses psikologis saja tetapi berkaitan erat dengan proses fisiologis, sehingga pengukurannya seharusnya meliputi kedua-duanya. Pengukuran emosi dapat diperdebatkan apakah seharusnya itu berdasarkan laporan diri, laporan orang lain, ataukah seharusnya itu diukur dengan alat berteknologi seperti *Magnetic Resonance Imaging* (MRI), *Facial Action Coding System* (FACS), program komputer, atau pengukuran psiko-fisiologis seperti galvanoskin atau elektromiograf. Tujuan penulisan artikel ini adalah menyajikan pertanyaan penelitian dan hasil penelitian yang telah penulis lakukan sendiri maupun dengan teman sejawat dari tahun 1990 sampai 1998. Artikel ini juga mendiskusikan tema penelitian-penelitian tersebut apakah betul-betul meneliti emosi atau persepsi tentang emosi.

Kata kunci: emosi, pengukuran emosi, komunikasi nonverbal, persepsi tentang emosi.

Penelitian tentang emosi dibandingkan dengan penelitian lain dalam psikologi relatif masih baru. Meskipun demikian, sudah ada beberapa teori kuno yang telah berspekulasi tentang itu. Misalnya yang terkenal teori James-Lange menyebutkan bahwa manusia lari dulu baru merasa takut ketika misalnya dikejar binatang buas. Dari teori ini terlihat bahwa emosi merupakan reaksi terhadap pengalaman tubuh. Baru kemudian orang memberi label pada pengalamannya itu. Atau, Darwin, yang menyatakan bahwa emosi manusia tidak berevolusi, sehingga sampai sekarang ketika seseorang mengalami emosi tertentu yang bekerja adalah otak primitif bukan otak luhur. Spekulasi penulis tentang hal itu, bahwa emosi dibutuhkan untuk kelangsungan dan perjuangan hidup, sehingga beroperasi seperti reaksi tubuh yang *self-regulated* atau swa-atur meskipun manusia telah hidup di zaman lebih modern.

Di zaman yang lebih kuno lagi, Plato menganggap rendah emosi manusia dibandingkan rasio. Pan-

dangan filosofis seperti ini banyak pula digunakan oleh agamawan yang menempatkan rasio di atas segalanya dan menganggap emosi tidak berguna. Tetapi tidak demikian adanya dengan Aristoteles. Ia lebih menempatkan emosi sebagai kemampuan manusia yang lebih berwarna. Emosi menurut pandangannya merupakan campuran kerja kognisi yang lebih tinggi dengan hasrat seksual yang lebih rendah.

Teori psikologi modern menempatkan emosi pada proporsinya seperti kemampuan manusia lainnya tanpa mengaitkan dengan penilaian moral. Misalnya, Ekman meneliti ekspresi wajah untuk menunjukkan emosi dasar manusia yaitu jijik, marah, senang, sedih, takut, terkejut. Ekman menyatakan bahwa emosi yang terlihat di wajah adalah gerakan otot saraf, jadi sifatnya universal. Semua manusia di mana pun dia berada akan menunjukkan gerakan saraf tertentu ketika mengalami emosi dasar tersebut. Ahli ini menggunakan berbagai media untuk menunjukkan hal itu. Terutama dengan Friesen,