

PERASAAN DAN EMOSI Serta Motive dan Tingkahlaku

Oleh : Diana Septi Purnama, M.Pd
Email : dianaseptipurnama@uny.ac.id



WWW.UNY.AC.ID

Perasaan

- Gejala psikis yang bersifat subyektif
- Dialami dalam kualitas senang atau tidak senang dalam taraf tertentu



Perasaan dibedakan menjadi

Perasaan Jasmaniah (rendah)

1. Perasaan Indriah → perasaan yang berhubungan dengan perangsang panca indera seperti asin, pahit, sedap, dsb.
2. Perasaan Vital → perasaan yang berhubungan dengan keadaan jasmani seperti perasaan segar, loyo, tidak berdaya, dsb.

Perasaan Rohaniah (luhur)

1. Perasaan keagamaan → berhubungan dengan agama
2. Perasaan intelektual → berhubungan dengan hasil kerja pikiran
3. Perasaan kesusilaan → berhubungan dengan tata krama
4. Perasaan keindahan → berhubungan dengan seni
5. Perasaan sosial → berhubungan dengan sesama manusia
6. Perasaan harga diri → berhubungan dengan penilaian orang lain terhadap diri sendiri

Perasaan menurut Linschoten

1. Suasana hati: rasa yang terkandung di dalam situasi kejiwaan, yang dapat berlangsung lama. Dibedakan menjadi:
 - a.euphoor: rasa gembira
 - b. netral: rasa acuh tak acuh
 - c. disphoor: rasa murung
 - d.humor: rasa yang timbul dan hilang di antara euphor dan netral
- 2 Perasaan dalam arti sempit: suatu rasa yang berkaitan dengan situasi konfrontasi antara nilai pribadi dengan nilai yang lain, sehingga menimbulkan nilai yang berbeda-beda rasanya bagi tiap orang. Misalnya melihat suatu obyek → A timbul rasa tertarik, tapi bagi B timbul rasa muak. Hal ini sangat tergantung pada nilai pribadinya dan nilai obyeknya
3. Emosi: suatu rasa yang menyimpang dari batas normal, sehingga kadang-kadang ybs sulit menguasai diri dan terganggu penyesuaiannya dengan lingkungannya.

Perbedaan antara emosi dan perasaan

- Emosi mempunyai intensitas lebih kuat dari perasaan
- Emosi dapat menimbulkan gangguan organis, sedang perasaan tidak dapat

Macam-macam perasaan yang lain

- Simpati → dapat mengetahui perasaan orang lain (feeling with another person)
- Empati → dapat merasakan perasaan orang lain, dan dirasakan seolah-olah ikut mengalaminya (feeling into a person)

Emosi

- ❑ Sesuatu yang sangat erat hubungannya dengan kondisi tubuh, seperti denyut jantung, sirkulasi darah, pernafasan, dll.
- ❑ Sesuatu yang dilakukan atau diekspresikan, misalnya tersenyum, tertawa, menangis.
- ❑ Sesuatu yang dirasakan, misalnya senang, kecewa, sedih
- ❑ Emosi menimbulkan suatu motif, misalnya emosi senang → motif untuk melakukan sesuatu. Emosi tidak senang → motif untuk menghindari sesuatu.

Berbagai bentuk ekspresi emosi

1. Startle Response (reaksi terkejut) → terdapat pada setiap orang, dan diperoleh sejak lahir (inborn), sehingga tidak dipengaruhi oleh pengalaman, dan oleh karenanya reaksi terkejut ini sama pada setiap orang. Misalnya menutup mata, mulut melebar, kepala dan leher bergerak ke depan.
2. Facial & Vocal Expression (ekspresi wajah dan suara) → melalui perubahan wajah dan suara dapat dibedakan keadaan emosi orang yang sedang marah, gembira, dsb.
3. Posture & Gesture (sikap dan gerak tubuh) → sangat dipengaruhi oleh kebudayaan dan pendidikan (dari hasil belajar). Misalnya orang marah dinyatakan dengan memukul meja, mengepalkan tangan



1. Teori Emosi James – Lange (Teori Perifer)

- James adalah psikolog Amerika, sedang Lange adalah ahli fisiologi dari Denmark. Mereka masing-masing bekerja sendiri, dan karena ada kesamaan pendapat, pada tahun 1880 mengajukan teori tentang emosi sbb:
- Emosi terjadi karena sensasi yang berasal dari jasmani, terutama organ-organ tubuh dari dalam, misalnya:
- Pendapat umum → orang melihat harimau – takut – lari.
- James Lange → orang melihat harimau – lari – baru merasa takut.
- Jadi orang menangis bukan karena sedih, tetapi orang menangis kemudian baru merasa sedih.

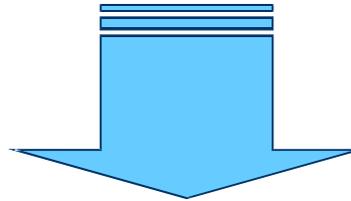


2. Teori Central >< Teori Perifer (Canon)

- Canon menentang teori James Lange. Ia membuktikan dengan melakukan penyelidikan fisiologis terhadap seekor kucing.
- Di dalam penyelidikan tersebut, syaraf simpatis dari kucing dipotong, maka apabila teori J – L benar, kucing yang syaraf simpatisnya telah dipotong tidak dapat marah lagi.
- Kemudian anjing dimasukkan, ternyata kucing yang melihat anjing masih dapat marah.
- Kesimpulan: keadaan organis bukan merupakan faktor yang menentukan munculnya emosi
- Jadi orang merasa sedih, sehingga ia menangis, dan menyebabkan terjadinya perubahan organis

Pengukuran Emosi

- Emosi dapat diukur dengan menggunakan alat melalui perubahan-perubahan fisiologik. Alat yang digunakan



1. Psikogalvanometer
2. Sphygmomanometer
3. Lie Detector

1. Psikogalvanometer

- Alat ini mengukur GSR (Galvanic Skin Response). Tujuannya untuk melihat adanya perubahan listrik pada permukaan kulit.
- Pada saat orang mengalami emosi, ia mengeluarkan keringat. Keringat mengandung asam dan garam, sehingga mampu mengalirkan listrik pada alat tersebut
- Alat ini merupakan pengukur aliran listrik yang sangat peka, dan mempunyai sepasang elektrode yang dapat dipasangkan secara berdekatan pada jari-jari testee (orang coba). Misalnya orang terkejut – mengalami emosi, maka tubuh mengeluarkan butir-butir keringat kecil yang dapat mengalirkan listrik, sehingga jarum pada alat bergerak.

2. Sphygmomanometer

- Alat ini mengukur tekanan darah yang terjadi pada orang
- Menurut Blate, dalam percobaannya menemukan bahwa orang yang terkejut ternyata tekanan darahnya meningkat, maka Blate mengambil kesimpulan → pada saat orang mengalami emosi, tekanan darahnya meningkat.

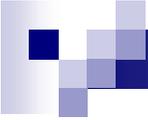
3. Lie Detector

- Sering digunakan untuk meneliti kejahatan-kejahatan.
- Alat ini dapat mencatat semua perubahan jasmani pada orang yang dicurigai
- Orang yang dicurigai diberi stimulan berupa pertanyaan-pertanyaan. Pada mulanya pertanyaan yang netral terhadap kejahatan, dan di antara pertanyaan tersebut secara tiba-tiba diselipkan pertanyaan yang berhubungan dengan kejahatan yang dicurigakan.
- Alat ini mempunyai alat pencatat otomatis, sehingga perubahan-perubahan fisik karena emosi dapat dilihat dalam catatan tersebut → catatannya disebut polygraf. Alat ini dapat mengukur intensitas emosi, tetapi jenis emosinya tidak dapat dideteksi



Pengertian motive

- Dorongan individu untuk melakukan aktivitas tertentu, pada umumnya didasarkan pada kebutuhan, dan dalam rangka mencapai tujuan tertentu.



Klasifikasi motive

Berdasarkan asalnya:

1. Motive dasar/primer/*drive/need*: motive yang dibawa sejak lahir. Berhubungan dengan kelangsungan hidup individu dan erat hubungannya dengan kebutuhan biologis, misal: makan, minum, hubungan seksual.
2. Motive yang dipelajari/sekunder/psikologis: motive yang dipelajari dari lingkungannya, misal: motif untuk mentaati sopan santun, bergaul,

Akibat motive yang dipelajari:

- Tujuan menjadi lebih khusus
- Motive dapat digabung menjadi lebih kompleks
- Cara untuk mencapai tujuan dapat berubah menjadi tujuan itu sendiri
- Stimulus yang baru mampu membangkitkan suatu motive



Klasifikasi menurut Woodworth

1. Motive yang berdasarkan kebutuhan internal dan jasmani, misal: lapar → timbul motive mencari makanan.
2. Motive darurat/emergensi: motive yang muncul bila situasi menuntut aktivitas yang cepat dan kuat.
3. Motive yang obyektif: motive yang diarahkan pada penanganan obyek/manusia yang berada dalam lingkungannya secara efektif, misal: motive untuk melakukan eksplorasi



Klasifikasi berdasarkan terjadinya

1. Motive intrinsik: motive yang timbul dari dalam diri seseorang tanpa ada pengaruh dari luar. Misal: siswa belajar karena ingin pandai.
2. Motive ekstrinsik: motive yang timbul karena pengaruh dari luar. Misal: belajar karena disuruh



Motive dan tingkah laku

Hubungan antara motive dan tingkah laku manusia sering tidak begitu jelas.

- Motive yang sama dapat muncul dalam tingkah laku yang berbeda
- Tingkah laku yang sama bersumber dari motive yang berbeda.
- Berbagai motive yang berbeda muncul di dalam satu tingkah laku yang sama (tingkah laku yang terjadi dalam waktu bersamaan)

Konflik Motive

Ini terjadi jika seseorang dalam waktu yang bersamaan menghadapi berbagai motive, sehingga di dalam dirinya akan terjadi pertentangan

1. Konflik Approach – Approach
individu menghadapi 2 motive yang sama-sama mengandung nilai-nilai positif dan kadar nilainya hampir sama kuat.



Konflik Motive

2. Konflik Approach – Avoidance

individu menghadapi satu obyek yang mengandung nilai positif dan nilai negatif.



3. Konflik Avoidance – Avoidance

individu menghadapi situasi yang sama-sama mempunyai nilai negatif. Yang menjadi konflik adalah individu harus menerima salah satu.



Konflik Motive

4. Konflik Double Approach – Avoidance individu menghadapi 2 motive yang sama-sama mengandung sekaligus nilai positif dan nilai negatif, hal ini menimbulkan respon untuk menghindari atau mendekati.



Reaksi terhadap konflik

1. Mengadakan seleksi/pemilihan, akan mudah dilakukan bila perbedaan nilainya sangat jelas.
2. Mengadakan kompromi, misalnya menggabungkan keduanya, tetapi tidak semua konflik dapat dikompromikan, atau memilih satu obyek dahulu untuk dipuaskan, kemudian pindah ke obyek lain (shifting).
3. Sikap meragukan, sering terjadi bila orang menghadapi konflik double approach – avoidance.

Prinsip Goal Gradient >< Gradient of Avoidance

- Prinsip goal gradient: semakin dekat individu pada tujuan semakin besar motivenya.
- Tindak lanjutnya: tujuan yang panjang dibagi-bagi menjadi beberapa unit tujuan yang lebih kecil.
- Prinsip gradient of avoidance: semakin dekat individu pada tujuan, semakin besar motive untuk menghindari → perlu diterapi.

Mengukur Motive

- ❑ Motive juga mempunyai aspek kuantitatif, sehingga kekuatan motive dapat diukur, tetapi motive tidak dapat diukur secara langsung, melainkan dengan cara tidak langsung, misalnya dengan mengukur tingkah lakunya.
 - ❑ Motive dikatakan lebih kuat apabila motive itu dapat mengalahkan atau melemahkan motive yang lain.
-
- 

Metode untuk mengukur motive

1. Metode Obstruction/rintangan
percobaan untuk mengukur beberapa motive
antara lain motive maternal, haus, lapar,
seksual, eksplorasi



A : diletakkan tikus yang dilaparkan
B : bagian yang diberi kisi-kisi yang dialiri listrik
D : diletakkan incentif yang diperlukan tikus

Jalannya percobaan metode rintangan

- Ada 2 motive secara bersamaan yang diukur, kedua motive harus berlawanan, misalnya motive mendapatkan makanan/air dengan motive menghindari rasa sakit.
- Motive mana yang paling kuat? Bila motive mencari makanan lebih kuat daripada menghindari rasa sakit → tikus mampu melewati rintangan untuk mendapatkan makanan.

Hasil penelitian metode rintangan

- Beberapa kali percobaan dengan menggunakan waktu 20 menit, hasil kekuatan motive dapat diurutkan:
 1. Motive maternal : 22,4 %
 2. Motive haus : 20,4 %
 3. Motive lapar : 18,2 %
 4. Motive seksual : 13,8 %
 5. Motive eksplorasi : 6,0 %

- Motive2 saling berhubungan, apabila motive lapar sangat kuat, ternyata motive seksual menurun. Jadi hubungannya saling melemahkan.
- Tikus yang berada dalam kondisi sangat haus dan sangat lapar, ternyata motive haus lebih besar dari motive lapar.
- Pada manusia, motive untuk berprestasi turun dalam belajar apabila individu sedang dalam keadaan jatuh cinta.

2. Metode Belajar

- Metode untuk mengukur kekuatan motive tentang kesiapan terhadap tugas2 yg dipelajari dlm kondisi motivasi berbeda. Dlm kondisi motive kuat → subyek lebih cepat belajar.
- Jalannya percobaan:
 - Dalam percobaan ini, tikus dibagi dalam 3 kelompok:
 1. Tikus dlm kondisi sangat lapar dan sangat haus
 2. Tikus dlm kondisi sangat lapar dan agak haus
 3. Tikus dlm kondisi agak lapar dan sangat haus
 - Waktu yang digunakan untuk penelitian 9 hari.
 - Selama 9 hari, tikus diberi makanan campuran bekatul. 9 hr kmd incentive air. Ternyata kelompok yg belajar lbh cepat adl kelp pertama, yi tikus dlm kondisi sangat lapar dan sangat haus. Mereka mengalami kesiapan dlm mempelajari dan menyesuaikan diri dg kondisinya, krn lbh cepat mendapatkan incentive.

3. Metode Kuesioner

- Metode kuesioner digunakan untuk mengukur motive pada manusia.
- Hasil penelitian, ternyata dlm kehidupan sehari-hari, urutan kekuatan motive pada manusia:
 - a. Motive lapar
 - b. Motive cinta pada keturunan (maternal)
 - c. Motive kesehatan (menghindari kesakitan)
 - d. Motive seksual