

Konsepsi Emosi Marah Dalam Perspektif Budaya di Indonesia: Sebuah Pendekatan *Indigenous Psychology*

Mochamad Sulaiman Zuhdi, Fathul Lubabin Nuqul

Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang
email: lubabin_nuqul@uin-malang.ac.id

Abstrak

Artikel INFO

Diterima: 29 November 2021

Direvisi: 18 Februari 2022

Disetujui: 25 Mei 2022

DOI:

[http://dx.doi.org/10.24014/](http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.14680)

[jp.v14i2.14680](http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.14680)

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep emosi marah dengan perspektif budaya-budaya di Indonesia. Penelitian ini secara khusus memiliki urgensi dalam membangun teori emosi marah berdasarkan konsep dasar budaya di Indonesia yang merupakan pengembangan psikologi Indonesia, dan secara praktis dapat membantu memahami konflik-konflik yang ada di Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan mix method. Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner terbuka. Responden dalam penelitian terdiri dari 254 orang yang tersebar dalam enam suku di Indonesia, yaitu suku Jawa, suku Sunda, suku Madura, suku Bugis-Makassar, suku Batak, dan suku Minang. Data dianalisis menggunakan analisis open-ended, kategorisasi tanggapan, dan tabulasi silang dengan kategori suku. Secara umum temuan penelitian menunjukkan ada perbedaan konsep emosi marah antar suku di Indonesia. Untuk lebih jelasnya dibahas dalam hasil dan pembahasan.

Kata Kunci: emosi marah, indigenous psychology, lintas budaya.

Conception of Angry Emotions In Indonesian Cultural Perspective: an Indigenous Psychology Study Approach

Abstract

The aim of the research is to explore angry emotions based on the basic concepts of culture in Indonesia which are the development of Indonesian psychology and can practically help understand the conflicts that exist in Indonesia. This study uses a mix method approach. The research data was collected using an open questionnaire. Respondents in the study consisted of 254 people scattered in six tribes in Indonesia, namely the Javanese, Sundanese, Madurese, Bugis-Makassar, Batak, and Minang races. Data were analyzed using open-ended analysis, response categorization, and cross-tabulation with racial categories. In general, the findings of the study show there are differences in the concept of angry emotions between tribes in Indonesia. To furthermore discussed in the results and discussion.

Key Words: Emotion, Angry indigenous psychology, Cross-Culture.

Pendahuluan

Emosi marah merupakan salah satu permasalahan yang terus menarik untuk dikaji, terlebih dalam konteks budaya (Strongman, 2003). Efek dari emosi marah sering kali menyebabkan berbagai konflik, pembunuhan, dendam, dan tindakan-tindakan yang dapat merugikan orang lain. Meskipun demikian, jika emosi marah dapat dikendalikan dengan baik maka akan secara efektif dapat menghindari tindakan-tindakan yang merugikan orang lain. Karenanya emosi marah bersifat sangat sosial

dan implikasinya akan berdampak langsung pada masyarakat (Thontowi, et al., 2014).

Indonesia merupakan negara dengan masyarakat yang majemuk dan terdiri dari berbagai suku budaya. Berdasarkan data Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan pada tahun 2016 tercatat 1.268 suku budaya (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016). Setiap budaya memiliki nilai kultur yang bervariasi. Kemajemukan tersebut menjadikan Indonesia rawan terhadap konflik yang berlatar belakang budaya. Tercatat pada

tahun 2016 terdapat 1.404 konflik antara kelompok masyarakat dan 1.128 konflik antar desa (Badan Pusat Statistik, 2016). Pemicu dari konflik tersebut adalah adanya perbedaan pendapat, kesalahpahaman dalam memahami dan mengkal pesan atau nilai yang disampaikan oleh budaya suatu kelompok (Okezone, 2016).

Secara teoritis emosi adalah suatu proses penyampaian pesan subjektif terhadap orang lain mengenai suatu peristiwa yang dialaminya (Dayakisni & Yuniardi, 2008). Suatu budaya memiliki suatu nilai tentang bagaimana menyampaikan pesan tersebut. Ekman mengatakan bahwa perbedaan budaya memberikan pengaruh terhadap emosi seseorang tentang kapan, di mana, dan kepada siapa seseorang mengungkapkan atau menutupi ekspresi emosinya (Ekman, 2007; Matsumoto, Yoo, & Chung, 2010). Sehingga dari adanya perbedaan budaya tersebut sering kali terjadi *emotionally illerate* yaitu buta dalam memahami emosi yang disertai dengan minimnya kemampuan dalam memahami perasaan serta mengekspresikan emosinya dengan benar sesuai dengan norma sosial yang berlaku (Al-Baqi, 2015).

Ketidak mampuan memahami emosi pada masing-masing budaya berpotensi mengakibatkan konflik. Sebagai contoh, konflik yang terjadi pada tahun 2001 silam yaitu konflik Sampit yang melibatkan antara suku Dayak dan suku Madura. Berdasarkan hasil penelitian Rachbini mengatakan bahwa konflik tersebut didasari adanya stereotip kesukuan yang implikasinya kesalahpahaman antar kedua budaya dalam memahami karakteristik emosi marah. Suku Dayak memiliki stereotip bahwa suku Madura memiliki watak keras, tidak sopan, dan tidak dapat beradaptasi dengan baik. Sedangkan suku Madura tidak dapat memahami konteks budaya dalam masyarakat suku Dayak. Kondisi ini memunculkan konflik-konflik budaya (Kurniawan & Hasanat, tanpa tahun). Budaya memiliki nilai kultur masing-masing dan stereotip kesukuan. Kedua hal tersebut mengakibatkan setiap budaya memiliki standar sosial atau nilai yang membentuk tentang konsep emosi

seseorang yaitu mengenai kapan, di mana, dan kepada siapa emosi diekspresikan atau emosi diredam. Hal ini Ekman menyebutnya dengan *display rules* (Ekman, 2007; Wade & Tavris, 2007).

Hadiyono (2000) menemukan bahwa masyarakat Melayu mendefinisikan marah dengan istilah *amuk/amok*. Istilah tersebut memiliki arti bahwa emosi marah adalah gangguan psikopatologis yang ditandai dengan tindakan kekerasan yang membabi buta tanpa adanya kesadaran diri (Hadiyono, 2000). Definisi tersebut berbeda dengan budaya Jawa (Al-Baqi, 2015) dan Jepang (Matsumoto, Yoo, & Fontaine, 2008; Matsumoto, Yoo, & Chung, 2010) yang mendefinisikan emosi marah sebagai suatu hal yang tabu dan tidak patut untuk diungkapkan kepada orang lain.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Thantwi dkk (2014) yang menyelidiki mengenai penyebab emosi marah. Dalam penelitiannya menemukan penyebab marah pada remaja di Yogyakarta adalah pelanggaran terhadap kepercayaan, penghinaan, dan gangguan (Thontowi, et al., 2014). Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti, Husni, dan Fitriyani (2014) dengan subjek orang Kalimantan. Hasil penelitian Susanti dkk adalah penyebab marah dikaitkan dengan perasaan terluka, persepsi ketidakadilan, dan perilaku yang tidak diharapkan (Susanti, Husni, & Fitriyani, 2014).

Di sisi lain, terdapat perdebatan mengenai emosi. Beberapa tokoh mengatakan emosi bersifat universal dan tidak spesifik budaya, artinya semua budaya memiliki konsep emosi yang sama dengan budaya lain. Ekman dan tokoh evolusionis mengatakan emosi bersifat universal dan merupakan produk dari evolusi, artinya budaya masyarakat tidak mempengaruhi seseorang tentang cara mengekspresikan emosi. Sehingga semua budaya memiliki ekspresi yang sama (Strongman, 2003; Ekman, 2007).

Menurut Ibnu Khaldun bahwasanya emosi seseorang dipengaruhi oleh geografis tempat tinggalnya, seseorang yang tinggal di

daerah dengan iklim sangat panas atau dingin menyebabkan lebih ekspresif dibandingkan dengan daerah yang secara geografis berada di tengah-tengah (Kholdun, 2005). Pendapat ini dikuatkan oleh Rotton bahwa variabel iklim tidak hanya keadaan iklim, cuaca, dan geografis namun kebudayaan sosial juga merupakan variabel iklim (Veitch & Arkkelin, 1995).

Berdasarkan perbedaan mengenai universalitas emosi dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa teori-teori mengenai emosi khususnya emosi marah kemungkinan akan sering terjadi kesalahan dalam memahami dan menjelaskan peristiwa yang terjadi dalam masyarakat dengan konteks budaya yang berbeda. Karena teori-teori tersebut merupakan hasil penelitian dengan subjek yang berada dalam kebudayaan barat yang menganut kebudayaan individualistik, sehingga teori-teori tersebut dibatasi oleh batasan-batasan budaya dan nilai dari suatu daerah yang berimplikasi terhadap validitas serta reabilitas yang terbatas (Kim, Yang, & Hwang, 2006).

Mempertimbangkan penjelasan di atas, penelitian ini untuk memperluas kajian literatur mengenai emosi marah dengan menggunakan pendekatan psikologi lokal (*indigenous psychology*). Psikologi lokal adalah studi ilmiah mengenai perilaku dan pikiran atau mental masyarakat pribumi yang dirumuskan untuk masyarakat itu sendiri. Pendekatan ini membahas mengenai pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan yang dimiliki oleh seseorang sesuai dengan konteks alamnya. Sehingga dari pendekatan ini dapat dirumuskan ilmu pengetahuan pribumi yang sistematis, universal, dan dapat dibuktikan secara teoritis maupun empiris (Kim, Yang, & Hwang, 2006). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep marah pada beberapa suku di Indonesia. Konsep ini meliputi Definsi, Istilah dan ekspresi marah yang dimunculkan.

Metode

Subjek Penelitian

Subjek penelitian diambil dengan menggunakan *non random sampling*, Pada penelitian ini melibatkan 254 orang yang tersebar dalam enam suku di Indonesia, yaitu 54 orang dari suku Jawa, 53 orang dari suku Sunda, 51 orang dari suku Madura, 37 orang dari suku Bugis-Makassar, 45 orang dari suku Batak, dan 14 orang dari suku Minang. Dari sisi Jenis kelamin subjek, terdiri dari Perempuan sebanyak 150 orang (59,1 %), dan laki-laki sebanyak 104 orang (40,9%). Rentang usia antara 18 – 34 tahun, dengan rata-rata usia 24 tahun.

Instrument Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan *open-ended questionnaire* yang menanyakan mengenai definisi emosi marah, pengistilahan khas emosi marah, pengenalan ciri emosi marah, relasi individu penyebab emosi marah, pengekspresian, faktor penyebab, dan regulasi emosi marah. Untuk mendapatkan akurasi pertanyaan, Daftar pertanyaan ini merupakan pertanyaan terbuka yang sudah didiskusikan dengan peer reviewer. Beberapa contoh pertanyaan “*Uraikan definisi marah menurut budaya asal tempat anda tinggal*” dan “*Apa ciri-ciri orang yang sedang marah menurut suku anda?*”

Analisis Data

Proses analisis data mengacu pada konsep Smith (2009). Proses ini dimulai dengan mengkategorisasi hasil tanggapan responden. Kategorisasi menggunakan *open coding*, *axial coding*, dan *selective coding*. *Open coding* mengacu pada proses meneliti hasil data lapangan dengan teliti, dari baris demi baris dan kata demi kata. *Axial coding* mengacu pada proses analisis secara intens yang dilakukan dalam satu kategori dengan mempertimbangkan kondisi, konsekuensi dan lainnya. *Selective coding* mengacu pada proses memberikan kode secara sistematis untuk kategori inti atau dengan kata lain

membatasi pengodean hanya untuk kode-kode yang berhubungan dengan kode inti. Kemudian setelah tanggapan responden terkategori dilakukan analisis tabulasi silang dengan informasi latar belakang suku.

Hasil

Definisi emosi marah

Hasil penelitian menunjukkan gambaran emosi marah menurut responden penelitian. Definisi emosi marah mengacu pada perilaku, penyebab munculnya perilaku dan efek yang ditimbulkan dari munculnya suatu perilaku. Salah satu jawaban subyek antara lain:

“Marah itu saat saya merasa orang lain mengganggu kenyamanan (fisik atau psikologi) diri saya. Misalnya beberapa hari lalu saya marah ketika ada rekan kerja saya yang “menggurui” tapi dengan kata-kata yang menyudutkan, public shaming, merendahkan diri saya. Saya juga marah ketika ada teman atau keluarga atau orang yang saya hargai dan cintai, direndahkan dengan cara yang tidak baik oleh orang lain.” (Res, 26 th Perempuan, Jawa)

“Marah biasanya ketika kita membentak orang lain atau kesal dan mulai bicara menggunakan nada tinggi” (Res 21 th Perempuan Jawa)

Hasil analisis tematik didapatkan lima kategori yaitu bentuk perilaku (65,4%), faktor penyebab marah (23,6%), efek emosi marah (3,5%), instrumental (2%), dan sabar (0,4%). Pada tabel 1. menunjukkan sebagian besar masyarakat Indonesia mendefinisikan emosi marah dari bentuk perilakunya, seperti ekspresi emosi, meluapkan emosi, emosi tidak terkontrol, sesuatu yang tabu, kekesalan atau kekecewaan dan sifat yang ditakuti. Kemudian tercatat sebesar 23,6 % masyarakat Indonesia mendefinisikan emosi marah dengan faktor penyebab marah, misalnya ketidaksesuaian, kesalahan dalam berperilaku, penghinaan, terpancing emosi, dan lainnya. Berbeda dengan 3,5% masyarakat Indonesia yang mendefinisikan emosi marah dengan dampak yang ditimbulkan dari emosi marah, sebagai contoh distorsi kognitif, hati tersakiti, hati tidak tenang, menimbulkan konflik, perubahan mood dan lainnya, sedangkan 2% masyarakat Indonesia menjelaskan emosi marah sebagai bentuk instrumental, yaitu emosi yang menjalankan fungsi korektif dan konstruktif. Terakhir, tercatat 0,4% mendefinisikan emosi marah merupakan bentuk dari kesabaran.

Tabel 1. kategorisasi definisi emosi marah*kategori suku

Item	Kategori Suku						Total
	Jawa	Sunda	Madura	Bugis-Makassar	Batak	Minang	
Bentuk perilaku	32 (12,6%)	33 (13,0%)	39 (15,4%)	23 (9,1%)	28 (11%)	11 (4,3%)	166 (65,4%)
Penyebab marah	12 (4,7%)	16 (6,3%)	9 (3,5%)	9 (3,5%)	13 (5,1%)	1 (0,4%)	60 (23,6%)
Efek marah	4 (1,6%)	1 (0,4%)	0	2 (0,8%)	1 (0,4%)	1 (0,4%)	9 (3,5%)
Instrumental	1 (0,4%)	0	2 (0,8%)	0	1 (0,4%)	1 (0,4%)	5 (2,0%)
Sabar	1 (0,4%)	0	0	0	0	0	1 (0,4%)
Tidak terkategori	4 (1,6%)	3 (1,2%)	1 (0,4%)	3 (1,2%)	2 (0,8%)	0	13 (5,1%)
Total	54 (21,3%)	53 (20,9%)	51 (20,1%)	37 (14,6%)	45 (17,7%)	14 (5,5%)	254 (100%)

Istilah emosi marah

Dalam mengistilahkan emosi marah setiap suku budaya memiliki istilah atau bahasa yang berbeda. Hal itu dikarenakan setiap budaya memiliki bahasa yang berbeda-beda pula. Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan setiap bahasa dari masing-masing suku budaya memiliki pengistilahan yang bervariasi. Bahasa Jawa dalam mengistilahkan emosi marah terdapat delapan istilah yaitu *nesu*, *ngambek*, *ngamuk*, *muring-muring*, *sugetan*, *nggondok*, *purik*, dan *mbegot*. Pada bahasa Sunda memiliki istilah yang lebih banyak dari bahasa Jawa yaitu tercatat sebanyak empat belas istilah, di antaranya *ambek*, *ngamuk*, *umak-amuk*, *keuheul*, *pundungan*, *mere kedeweng*, *baeud*, *jararuwet*, *hese dibejaan*, *rarungsing*, *sia*, *ngadat*, *bendu*, dan *pikasebeleun*. Berbeda lagi dengan bahasa Madura, emosi marah terdapat tujuh belas istilah yaitu *ngamok*, *duson*, *mangkel*, *bejik*, *ngosok*, *makanah jah*, *pantek jih*, *gerjelenggeren*, *pekkel*, *ghighir*, *macampo ales*, *ceremet*, *bhellis*, *maradding*, *pujuen*, *po'kerembu'un*, dan *kikir*. Kemudian dalam bahasa Bugis-Makassar tercatat sebanyak dua belas istilah, di antaranya *micai*, *paemosiang*, *pakasiri'*, *allaro-larro*, *mo'jo*, *mannoko-noko*, *Nassau*, *larro moto moro*, *ta'giging*, *nyarenyare*, *majallo*, dan *ngusok*. Dalam bahasa Batak istilah emosi marah tercatat 21 istilah, yaitu *muruk*, *muting*, *manyolop*, *mardandi*, *berangan*, *siar*, *malua*, *rempot*, *bekbek*, *matu gutgut*, *gusar*, *goyak roakku*, *pacing akal*, *manggorai*, *bikkas*, *kreak*, *dengkor*, *koro-koroang*, *malas ta'mi*, *ballisi*, dan *sundala*, sedangkan dalam bahasa Minang hanya terdapat lima istilah, yaitu *mangambok*, *bongi*, *bacaco*, *nyoga*, dan *pamberang*.

Keseluruhan istilah tersebut memiliki makna yang berbeda-beda. Meskipun demikian terdapat beberapa istilah yang memiliki makna yang sama akan tetapi berbeda dalam bahasanya dari keenam suku tersebut. Sebagai contoh istilah *nesu* dalam bahasa Jawa memiliki kesamaan makna dengan *baeud* (bahasa Sunda), *nassu* (bahasa Bugis-Makassar), *muting* (bahasa Batak), dan *mangambok* (bahasa Minang).

Pengenalan emosi marah

Seseorang dapat menilai emosi yang sedang dialami oleh orang lain melalui ciri-cirinya. Sebagai contoh orang yang tersenyum menandakan orang tersebut sedang mengalami emosi bahagia. Begitu juga dengan emosi marah memiliki ciri-ciri untuk mengenalinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia mengenali emosi marah dari perubahan ekspresi wajah yang ditampakkan oleh seseorang. Berdasarkan analisis tematik ditemukan tujuh cara untuk mengenali emosi marah yaitu perubahan ekspresi wajah, ekspresi pasif, perubahan intonasi, ekspresi verbal, agresif, lepas kendali, dan perubahan fisiologis. Beberapa jawaban dari responden antara lain:

“cemberut, bibirnya manyung, matanya merah, tidak mau makan” (Res, 18 th, Perempuan Minang)

“biasanya dia sensitif dan mudah tersinggung kadang juga melontarkan kata-kata kotor” (Res, 22 th Laki-laki Madura)

Data pada tabel 2. Menunjukkan 39,6% masyarakat Indonesia dalam mengenali emosi marah melalui perubahan ekspresi wajah, 23,2% mengenali melalui ekspresi pasif, selain itu, 15,6% mengenali dari perubahan intonasi suaranya yang mulai meninggi. Berbeda dengan 9,1% responden yang mengenali melalui ekspresi verbal seperti berkata kotor atau berkata kasar, sedangkan 5,1% mengaku emosi marah dapat dikenali melalui perilaku agresif dan 3,5% mengenali dari perilaku seseorang yang sudah mulai lepas kendali. Terakhir, hanya 0,8% yang mengatakan mengenali emosi marah melalui perubahan fisiologis.

Berdasarkan hasil analisis tabulasi silang pada tabel 2. dapat dijelaskan bahwasanya masyarakat Indonesia tidak terdapat perbedaan cara mengenali emosi marah meskipun berbeda suku budayanya. Terbukti semua suku mengenali emosi marah

dari perubahan ekspresi wajah dan ekspresi pasif. Namun yang perlu digaris bawahi pada kategori ekspresi verbal suku Batak lebih banyak dari suku lainnya, sedangkan pada kategorisasi perilaku agresif suku Sunda lebih

banyak daripada suku lainnya. Selain itu, masyarakat suku Madura mengaku mengenali emosi marah dari perubahan intonasi suara lebih banyak dari suku lainnya.

Tabel 2. kategorisasi pengenalan ciri emosi marah * kategori suku

Item	Kategori Suku						Total
	Jawa	Sunda	Madura	Bugis-Makassar	Batak	Minang	
Perubahan ekspresi wajah	21 (8,3%)	26 (10,2%)	15 (5,9%)	14 (5,5%)	17 (6,7%)	6 (2,4%)	99 (39,6%)
Ekspresi pasif	14 (5,5%)	9 (3,5%)	15 (5,9%)	8 (3,1%)	10 (3,9%)	3 (1,2%)	59 (23,2%)
Perubahan intonasi	6 (2,4%)	7 (2,8%)	12 (4,7%)	4 (1,6%)	7 (2,8%)	3 (1,2%)	39 (15,6%)
Ekspresi verbal	6 (2,4%)	3 (1,2%)	4 (1,6%)	3 (1,2%)	7 (2,8%)	0	23 (9,1%)
Agresif	2 (0,8%)	5 (2,0%)	2 (0,8%)	2 (0,8%)	1 (0,4%)	1 (0,4%)	13 (5,1%)
Lepas kendali	2 (0,8%)	1 (0,4%)	2 (0,8%)	2 (0,8%)	2 (0,8%)	0	9 (3,5%)
Perubahan fisiologis	1 (0,4%)	0	1 (0,4%)	0	0	0	2 (0,8%)
Tidak terkategori	2 (0,8%)	2 (0,8%)	0	4 (1,6%)	1 (0,4%)	1 (0,4%)	10 (4,0%)
Total	54 (21,3%)	53 (20,9%)	51 (20,1%)	37 (14,6%)	45 (17,7%)	14 (5,5%)	254 (100%)

Ekspresi emosi marah

Emosi marah merupakan suatu pengalaman psikis yang dapat diketahui melalui ekspresi wajah (mimik), ekspresi verbal, ekspresi pasif, atau perilaku agresif. Data hasil penelitian menunjukkan masyarakat Indonesia dalam mengekspresikan emosi marah cenderung pasif. Berdasarkan analisis data secara tematik didapatkan beberapa kategori di antaranya ekspresi pasif, aktif verbal negatif, bahasa tubuh, aktif verbal positif, aktif fisik, dan ekspresi religius.

Data dari tabel 3. dapat dijabarkan bahwa terdapat 51,2% dari responden mengaku ketika sedang marah mengekspresikan dengan ekspresi pasif, misalnya dengan diam, mengacuhkan, menangis, menghindari,

dan lainnya. Berbeda dengan 21,3% yang menyatakan mengekspresikan emosi marah dengan ekspresi verbal yang negatif seperti mencaci, mencemooh, mengumpat, dan lainnya, sedangkan 10,2% memilih mengekspresikan dengan bahasa tubuh semisal cemberut, memalingkan wajah, dan tatapan tajam. 9,4% lainnya lebih memilih mengekspresikan dengan ekspresi verbal yang positif contohnya menyampaikan langsung dengan bahasa yang baik dan bercerita kepada orang lain mengenai kemarahannya. Hanya 4,3% yang memilih mengekspresikan dengan fisik seperti memukul dan lainnya, dan 0,8% mengaku lebih memilih untuk mengekspresikan dengan ekspresi religius seperti membaca istigfar.

Tabel 3. kategorisasi ekspresi emosi marah * kategori suku

	Kategori Suku						Total
	Jawa	Sunda	Madura	Bugis-Makassar	Batak	Minang	
Ekspresi pasif	32 (12,6%)	22 (8,7%)	28 (11%)	17 (6,7%)	23 (9,1%)	8 (3,1%)	130 (51,2%)
Aktif verbal negatif	9 (3,5%)	13 (5,1%)	12 (4,7%)	8 (3,1%)	10 (3,9%)	2 (0,8%)	54 (21,3%)
Bahasa tubuh	3 (1,2%)	7 (2,8%)	6 (2,4%)	4 (1,6%)	4 (1,6%)	2 (0,8%)	26 (10,2%)
Aktif verbal positif	7 (2,8%)	6 (2,4%)	4 (1,6%)	3 (1,2%)	4 (1,6%)	0	24 (9,4%)
Aktif fisik	1 (0,4%)	3 (1,2%)	1 (0,4%)	3 (1,2%)	1 (0,4%)	2 (0,8%)	11 (4,3%)
Ekspresi religius	2 (0,8%)	0	0	0	0	0	2 (0,8%)
Lainnya	0	0	0	0	2 (0,8%)	0	2 (0,8%)
Tidak terkategori	0	2 (0,8%)	0	2 (0,8%)	1 (0,4%)	0	5 (2,0%)
Total	54 (21,3%)	53 (20,9%)	51 (20,1%)	37 (14,6%)	45 (17,7%)	14 (5,5%)	254 (100%)

Pembahasan

Temuan di atas memperkuat konseptual mengenai definisi emosi marah pada teori-teori sebelumnya (misalnya averill, 1983; Novaco, 1986; Berkowitz dan Jones, 2004). Meskipun demikian temuan tersebut memberikan pandangan baru mengenai definisi emosi marah dalam perspektif konseptual. Bentuk perilaku meliputi atribusi dan perilaku (mengenai ekspresi terbuka, pengalaman subjektif, dan reaksi psikologis) (Strongman, 2003). Atribusi terhadap emosi marah diasumsikan sebagai emosi yang negatif bahkan emosi yang ditakuti, sedangkan perilaku meliputi pengekspresian emosi marah secara terbuka maupun tertutup. Sedangkan definisi yang mengacu pada penyebab dan efek ini berkaitan dengan perilaku. Karena terbentuknya perilaku dikarenakan adanya aksi (penyebab) yang mana perilaku tersebut menimbulkan efek. Dengan demikian, temuan tersebut identik dengan pernyataan averill dalam teori sosiokulturalnya, bahwa emosi marah adalah suatu sindrom perasaan, kognitif, dan reaksi fisiologis yang diatur dengan aturan-aturan sosial. Aturan-aturan sosial itu meliputi empat elemen penting yaitu penilaian, perilaku, prognostikasi, dan atribusi.

Hasil penelitian ini juga menolak beberapa teori emosi marah sebelumnya (misalnya averill, 1982; Chaplin, 2008, American Psychology Association, 2015), yang mana temuan penelitian melaporkan sebagian responden mendefinisikan emosi marah sebagai bentuk instrumental dan bagian dari kesabaran. Maksud dari instrumental adalah emosi marah menjalankan fungsi sebagai koreksi atau memperingatkan orang lain terhadap perilaku yang dianggap kurang sesuai. Sebagai Control dalam suku budaya Batak yang mendefinisikan emosi marah sebagai *siar* yaitu memberikan informasi atau peringatan.

Perbedaan yang mencolok dari definisi instrumental adalah fungsi sosial dari emosi marah dan bentuk perilakunya. Dari segi fungsi sosialnya definisi instrumental adalah sebagai fungsi korektif yang merupakan bagian dari konstruksi sosial. Sedangkan bentuk perilakunya mengarah kepada perilaku yang bersifat positif, tidak melibatkan perasaan negatif, artinya emosi marah digunakan untuk menunjang terjalinnnya situasi sosial yang dapat diterima oleh norma-norma sosial.

Definisi instrumental sejatinya merupakan suatu respons dari emosi marah yang sulit untuk didefinisikan dan dibagi dalam subkelas.

Karena respons atau tindakan instrumental seperti itu merupakan fungsi korektif dari emosi marah, yang mana bagian dari konstruksi sosial (Averill, 1983). Emosi merupakan konstruksi sosial yang melayani sistem sosial dan respon yang dimunculkan tidak dapat didefinisikan pada bagian-bagian (Misalnya kognitif, reaksi fisiologis, atau perasaan subjektif) (Averill, 1983). Sehingga dengan adanya emosi marah sebagai fungsi korektif menimbulkan konsekuensi, yaitu menegaskan kembali standar perilaku yang diterima secara luas.

Perbedaan tersebut dalam menjelaskannya tidak dapat dipisahkan dari konteks budaya responden. Masyarakat Indonesia berada pada kultur kolektif sedangkan teori-teori yang berkembang dirumuskan oleh teoritis barat yang secara budaya dikelompokkan dalam kultur individualistik. Budaya kolektivistik dalam kehidupannya saling bergantung satu sama lain, menjunjung tenggang rasa antar sesama, dan mendorong terciptanya hubungan komunal (Matsumoto, Yoo, & Fontaine, 2008). Melihat hal demikian bukanlah hal aneh, instrumental dan sabar disebutkan sebagai definisi emosi marah, kedua definisi tersebut terkait dengan terjalinnya hubungan interpersonal dan bagaimana konsekuensi emosi marah terhadap sistem sosial.

Pada tabel 1. juga menunjukkan hasil analisis tabulasi silang antara definisi emosi marah dengan kategori suku, dari situ dapat dijelaskan bahwasanya tidak terdapat perbedaan antar enam suku dalam mendefinisikan emosi marah. Hal itu ditunjukkan dengan semua suku mendefinisikan emosi marah dengan bentuk perilakunya, kemudian dari faktor penyebab, efek emosi marah, dan instrumental. Sedangkan emosi marah merupakan bentuk kesabaran terdapat dalam definisi pada suku Jawa.

Hasil penelitian ini menemukan bahwa ada perbedaan istilah dalam mendefinisikan emosi marah. Perbedaan-perbedaan istilah tidak lepas dari kategorisasi atau pemberian label oleh masyarakat pada suatu budaya. Bruner dan Greenfield (1996) menjelaskan

pengaruh budaya mempengaruhi kognitif seseorang dalam proses mengategorikan sesuatu (Dayakisni & Yuniardi, 2008). Berry (1999) menguatkan bahwa terdapat penemuan-penemuan dalam penelitian lintas budaya mengenai pengaruh faktor psikologis terhadap proses kategorisasi yang dilakukan oleh manusia, temuan tersebut di antaranya bentuk, warna, dan ekspresi emosi. Pengaruh budaya dalam hal ini dijelaskan sebagai pengaruh bawaan dan belajar (Dayakisni & Yuniardi, 2008).

Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Kayyal dan Russell (2013) melaporkan bahwa terdapat perbedaan nilai antara bahasa emosi yang terdapat dalam bahasa Arab dengan bahasa Inggris (Kayyal & Russell, 2013). Sehingga hal ini semakin menguatkan bahwa budaya membentuk bahasa atau istilah emosi yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan dalam penelitian ini sepakat dengan pendapat Ekman bahwa setiap emosi dapat dikenali dari ekspresi wajah (Ekman & Friesen, 1987; Ekman, 2007). Meskipun begitu terdapat data lain dari penelitian ini yang mengatakan emosi marah dapat dikenali dengan ekspresi pasif (misalnya diam, menghindari, mengalihkan, dan mengacuhkan). Hal ini mungkin akan sulit dikenali oleh budaya lain seperti yang diceritakan oleh Triandis mengenai tragedi Geneva (Triandis, 1997). Sehingga temuan ini juga menolak pendapat Ekman mengenai universalitas pengenalan emosi dari ekspresi wajah (Ekman, 2007). Selain itu juga menguatkan apa yang diungkapkan oleh Ekman (dalam Wade dan Tavis, 2007) "*Jelas terdapat emosi tanpa ekspresi dan ekspresi wajah tanpa emosi*".

Ibnu khaldun memberikan suatu gambaran yang berbeda, perbedaan pengenalan emosi dikarenakan pengaruh iklim di mana seseorang tinggal. Masyarakat yang berada di Asia menurut Ibnu khaldun berada di iklim tengah, karenanya kebudayaan Asia cenderung kalem dan berusaha mengontrol perilakunya dengan baik (Khaldun, 2005). Sehingga kebudayaan Asia lebih cenderung pasif dalam mengekspresikan emosi marahnya. Teori Ibnu

Kholidun terbukti dalam penelitian Tsai dkk (2007) yang melaporkan bahwa kebudayaan barat dalam mengekspresikan emosinya lebih ekspresif sedangkan kebudayaan timur (dalam hal ini termasuk Asia) dalam gairah mengekspresikan emosinya cenderung lemah (Tsai, Miao, Seppala, Fung, & Yeung, 2007). Prawitasari (1995) bahwa orang Indonesia mampu mengenali emosi yang disamarkan oleh orang lain karena kebiasaan orang Indonesia berekspresi pasif (Prawitasari, 1995).

Ekspresi pasif merupakan wujud dari adanya perbedaan aturan tampilan emosi atau yang biasa disebut dengan *display rules* yang dihasilkan oleh setiap budaya. Perbedaan-perbedaan *display rules* dalam budaya individualistik maupun budaya kolektivistik sejatinya tidak ada. Akan tetapi perbedaan tersebut terlihat ketika dilihat dari sudut pandang *in-group* dan *out-group*. Kaitannya dengan pengekspresian emosi, budaya kolektif mendorong memunculkan ekspresi emosi yang lebih positif daripada ekspresi negatif dan menekan pengekspresian perasaan negatif yang ditujukan pada anggota *in-group*. Karena harmoni dalam kelompok dianggap lebih penting (Matsumoto, Yoo, & Chung, 2010). Sedangkan pada budaya individualistik memperbolehkan mengekspresikan perasaan positif dan menekan perasaan negatif pada anggota *out-group* (Dayakisni & Yuniardi, 2008; Matsumoto, Yoo, & Chung, 2010).

Penelitian Puspakirana (2014) menguatkan penjelasan di atas. Pada penelitian tersebut meneliti mengenai ekspresi kemarahan pada keluarga Australia dan Indonesia. Temuan penelitiannya bahwa ekspresi kemarahan pada keluarga Australia lebih bebas dari pada keluarga Indonesia. Pada keluarga Indonesia pengekspresian kemarahan dengan berbicara dengan tenang, menasihati mengenai perilaku yang sopan, dan memecahkan masalah pribadi. Sedangkan pada keluarga Australia pengekspresian kemarahan dengan berteriak, membanting, dan menghentak (Puspakirana, 2014). Dengan demikian perbedaan antara budaya mempengaruhi pengekspresian emosi kemarahan.

Tabel 4. juga menjelaskan hasil dari analisis tabulasi silang antara ekspresi emosi marah dengan informasi latar belakang suku ditemukan tidak adanya perbedaan antar suku dalam mengekspresikan emosi marah. Hal ini dapat dibuktikan dengan seluruh suku lebih memilih mengekspresikan dengan ekspresi pasif. Namun ada hal yang menarik di mana suku Jawa lebih banyak memilih ekspresi pasif dengan 12,6% daripada suku-suku lainnya.

Vontress (1986) menjelaskan bahwa individu tidak hidup dalam satu kultur saja. Akan tetapi individu hidup dalam lima kultur, yaitu universal, ekologis, nasional, regional, dan *racial-ethnic*. Kelima kultur tersebut membentuk kekuatan-kekuatan sosial yang dapat mempengaruhi individu memersepsi permasalahan dan pemecahan masalahnya. Garis pemikiran tersebut dapat menjelaskan bahwa dalam hal ini kebudayaan nasional memberikan pengaruh yang lebih kuat terhadap individu daripada kebudayaan regional atau *racial-ethnic* (Dayakisni & Yuniardi, 2008).

Berdasarkan stereotip kebangsaan, menurut bangsa lain, Indonesia dikenal sebagai bangsa yang ramah tamah. Stereotip ini lebih condong terhadap stereotip dari suku Jawa. Menurut Warnaen (2002) stereotip orang Jawa merupakan yang menyamai stereotip orang Indonesia secara keseluruhan (Warnaen, 2002). Mulyana juga menambahkan bahwa terdapat stereotip yang melekat pada suku Jawa yaitu budaya Jawa berkarakter halus dan sopan, serta lemah dan tidak bisa berterus terang dalam menyampaikan suatu pesan (Mulyana, 1999).

Hal ini juga tidak terlepas dari konteks kultur Jawa. Bahwasanya Jawa berada dalam konteks budaya kolektor, yang mana secara garis besar penduduknya mengutarakan pesan-pesan yang akan disampaikan melalui bahasa yang implisit (Casmini, 2011). Sehingga tidak dapat dipungkiri masyarakat Jawa dalam mengekspresikan emosinya cenderung pasif (baca: diam).

Secara mendasar dapat dipahami dari mengekspresikan emosi marah dalam konteks masyarakat Indonesia tidak hanya sekedar mengekspresikan emosi, akan tetapi pengontrolan perilaku agar dapat mewujudkan kehidupan yang harmonis dikedepankan. Ekspresi pasif merupakan suatu cara mengekspresikan emosi negatif agar menjadikan seseorang mampu mengontrolnya dan perilaku yang dimunculkan dapat diterima oleh norma-norma sosial. Sehingga ekspresi emosi marah tidak hanya fokus pada melampiaskan nafsu tapi bagaimana mengontrol nafsu tersebut

Kesimpulan

Konsep emosi marah dalam konteks budaya di Indonesia sangat berbeda dengan konteks budaya luar, meskipun terdapat beberapa yang memiliki kesamaan. Secara konsep masyarakat Indonesia dalam mengekspresikan emosinya dengan pesan-pesan atau bahasa yang implisit. Sehingga adanya kemungkinan budaya lain tidak memahami pesan yang sedang disampaikan, terlebih pada suku Jawa yang cenderung pasif dalam mengekspresikan emosinya. Begitu juga dengan cara mengontrol emosi marah, setiap budaya memiliki aturan-aturan tersendiri mengenai hal itu. Meskipun demikian, pengekspresian emosi marah secara pasif mengarahkan individu untuk menjaga keharmonisan dalam bermasyarakat, terlebih lagi dalam masyarakat yang majemuk yang terdiri dari berbagai suku.

Daftar Pustaka

Al-Baqi, S. (2015, Juni). Ekspresi Emosi Marah. *Buletin Psikologi*, 1, 22-30.

Al-Ghazali, A. H. (1964). *Ikhyat' Ulumuddin*. (A. K. Amrullah, Trans.) Medan: Penerbit Imballo.

Averill, J. R. (1983). Studies on Anger and Aggression: Implications for Theories of Emotion. *American Psychologist*, 1145-1160.

Badan Pusat Statistik. (2015, November 18). *Mengulik Data Suku*. Retrieved Februari

13, 2017, from BPS: <https://www.bps.go.id/news/2015/11/18/127/mengulik-data-suku-di-indonesia.html>

Badan Pusat Statistik. (2016). *Statistik Kriminal 2016*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

Berkowitz, L., & Harmon-Jones, E. (2004). Toward an Understanding of the Determinants of Anger. *Emotion*, 4(2), 107-130.

Casmini. (2011). *Kecerdasan Emosi dan Kepribadian Sehat Dalam Konteks Budaya Jawa Di Yogyakarta (Disertasi)*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.

Dayakisni, T., & Yuniardi, S. (2008). *Psikologi Lintas Budaya*. Malang: UMM Press.

Duenwald, M. (2002, September 10). *Some Friends, Indeed, Do More Harm Than Good*. Retrieved Januari 2019, 17, from The New York Times: <https://www.nytimes.com/2002/09/10/health/some-friends-indeed-do-more-harm-than-good.html>

Ekman, P. (2007). *Membaca Emosi Orang: Panduan Lengkap Memahami Karakter, Perasaan, dan Emosi Orang*. Yogyakarta: Think.

Ekman, P., & Friesen, W. V. (1987). Universals and Cultural Differences in the Judgments of Facial Expressions of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4), 712-717.

Hadiyono, J. E. (2000). Emosi dan Ekspresinya Dalam Masyarakat. In A. Supratiknya, Faturochman, & S. Haryanto, *Tantangan Psikologi Menghadapi Milenium Baru* (pp. 33-55). Yogyakarta: Yayasan Pembina Fakultas Psikologi.

Helmi, A. F. (2004). Model Teoritik Gaya Kelekatan, Atribusi, Respons Emosi, dan Perilaku Marah. *Buletin Psikologi*, 12(2), 92-104.

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Statistik Kebudayaan Tahun 2016*. Jakarta: PDSPK Kemdikbud.

Khaldun, A. I. (2005). *Muqaddimah Ibnu Khaldun*. Lebanon: Dar El-Fikr.

Kim, U., Yang, K.-S., & Hwang, K.-K. (2006). Contributions to Indigenous and Cultural Psychology: Understanding People in Context. In U. Kim, K.-S. Yang, &

- K.-K. Hwang, *Indigenous and Cultural Psychology: Understanding People in Context* (p. 3). New York: Springer.
- Kurniawan, A. P., & Hasanat, N. U. (2010). Ekspresi Emosi Pada Tiga Tingkatan Perkembangan Pada Suku Jawa Di Yogyakarta: Kajian Psikologi Emosi Pada Masyarakat Jawa. *Jurnal Psikologi*, 7(1), 50-64.
- Kurniawan, A. P., & Hasanat, N. U. (tanpa tahun). Perbedaan Ekspresi Emosi Pada Beberapa Tingkat Generasi Suku Jawa Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 34(1), 1-17.
- Leersnyder, J. D., Boiger, M., & Mesquita, B. (2013). Cultural Regulation of Emotion: Individual, Relational, and Structural Sources. *Emotion Science*, 4(55), 1-11.
- Lim, N. (2016). Cultural differences in emotion: differences in emotional arousal level between the East and the West. *Integrative Medicine Research*, 5(2), 105-109.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Chung, J. M. (2010). The Expression of Anger Across Cultures. In M. Potegal, C. Spielberger, & G. Stemmler, *International Handbook of Anger: Constituent and Concomitant Biological, Psychological, and Social Processes* (pp. 125-137). Springer. doi:10.1007/978-0-387-89676-2
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Fontaine, J. (2008, Januari). Mapping Expressive Differences Around the World: The Relationship Between Emotional Display Rules and Individualism Versus Collectivism. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39, 55-74.
- Mulyana, D. (1999). *Nuansa-nuansa Komunikasi: Meneropong Politik dan Budaya Komunikasi Masyarakat Kontemporer*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nuh, S. M. (1987). 'Afat 'Ala At-thariq. Al-manshurah: Dar Al-wafa'.
- Okada, R. (2012). Friendship Motivation, Aggression, and Self-Esteem in Japanese Undergraduate Students. *Psychology*, 3(1), 7-11.
- Okezone. (2016, Februari 25). *Lima Konflik SARA Paling Mengerikan Ini Pernah Terjadi di Indonesia*. (R. Diputra, Editor) Retrieved September 8, 2018, from okezone.com: <https://news.okezone.com/amp/2016/02/25/340/1320731/lima-konflik-sara-paling-mengerikan-ini-pernah-terjadi-di-indonesia>
- Puspakirana, I. (2014). A Study of Cross-Cultural Understanding of Showing Anger in Indonesian and Australian Families. *Cross Cultural*, 2(2), 1-8.
- Salvas, M., Vitaro, F., Brendgen, M., Lacourse, E., Boivin, M., & Tremblay, R. E. (2010). Interplay Between Friends' Aggression and Friendship Quality in The Development of Child Aggression During The Early School Years. *Social Development*, 20, 645-663.
- Smith, J. A. (2009). *Psikologi Kualitatif: Panduan Prraktis Metode Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G. A., Russell, S. F., & Crane, R. J. (1983). Assessment of The State-trait Anger Scale. *Advances in Personality Assessment*, 2, 159-187.
- Strongman, K. T. (2003). *The Psychology of Emotion: From Everyday Life to Theory* (fifth ed.). England: Jhon Wiley and Sons, ltd.
- Suciati, R., & Agung, I. M. (2016). Perbedaan Ekspresi Emosi Pada Orang Batak, Jawa Melayu, Dan Minangkabau. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 99-108.
- Sugiarto, R. (2015). *Psikologi Raos*. Yogyakarta: Pustaka Ifada.
- Susanti, R., Husni, D., & Fitriyani, E. (2014). Perasaan Terluka Membuat Marah. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 103-109.
- Thontowi, H. B., Wulandari, R. C., Hakim, M. A., Moordiningsih, Yuniarti, K. W., & Kim, U. (2014). Causes of anger among senior high school students in Indonesia: An indigenous psychology approach. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 3(2), 29-38.
- Veitch, R., & Arkkelin, D. (1995). *Environmental Psychology: An Interdisciplinary Perspective*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Wade, C., & Tavis, C. (2007). *Psikologi* (9 ed.). (P. Mursalin, & Dinastuti, Trans.) Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Wagner, U., Galli, L., Schott, B. H., Wold, A., Schalk, J. v., Manstead, A. S., . . . Walter, H. (2015). Beautiful friendship: Social sharing of emotions improves subjective feelings and activates the neural reward circuitry. *SCAN, 10*, 801-808.
- Warnaen, S. (2002). *Stereotip Etnis Dalam Masyarakat Multietnis*. Yogyakarta: Matabangsa.
- Wright, M. F. (2017). Friends and Console Gaming Aggression: The Role of Friendship Quality, Anger, and Revenge Planning. *Games and Culture, 20*(10), 1-18.