

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penelitian Relevan

Sebuah penelitian agar mempunyai orisinalitas perlu adanya penelitian yang relevan. Penelitian yang relevan berfungsi untuk memberikan pemaparan tentang penelitian dan analisis sebelumnya yang telah dilakukan. Penelitian mengenai novel *Gendut? Siapa Takut!* karya Alnira ini belum ada meneliti, namun untuk pendekatan psikoanalisis sudah banyak dilakukan peneliti sebelumnya, dibawah ini beberapa penelitian yang relevan:

1. Penelitian yang pertama berjudul Emosi Tokoh Dalam Novel *Padang Bulan* Karya Andrea Hirata, dalam penelitian ini penulis menjelaskan mengenai emosi tokoh yang meliputi: (1) emosi bahagia yang berupa (a) emosi senang, (b) emosi gembira, (c) emosi bangga; (2) emosi cinta yang berupa (a) cinta terhadap kekasih, (b) cinta seorang kakak kepada adik; (3) emosi sedih berupa (a) kehilangan seorang ayah, (b) kehilangan kebersamaan bersama keluarga, (c) kehilangan masa remaja, (d) kehilangan menjadi bagian dari peserta kursus, dan (e) kehilangan kebersamaan dengan kekasih; (4) emosi takut yang berupa (a) kecemasan, (b) fobia terhadap hewan; (5) emosi malu berupa (a) malu merepotkan teman, (b) malu memiliki banyak kekurangan, (c) malu kalah dalam pertandingan catur, (d) malu memiliki tubuh yang pendek, (e) malu merencanakan proyek peninggi badan, (f) malu diperlakukan seperti anak kecil; (6) emosi bersalah berupa (a) tidak mematuhi perintah orang tua, (b) pergi meninggalkan orang tua, (c) keliru memberikan informasi; (7) emosi marah berupa (a) marah yang merugikan diri

sendiri, (b) marah yang merugikan orang lain, (c) marah dengan tindakan diam; (8) emosi benci berupa mengalahkan Zinar dalam permainan catur. Selanjutnya terdapat tipe kepribadian yang dialami oleh tokoh dalam novel *Padang Bulan* karya Andrea Hirata, yaitu ditunjukkan melalui kepribadian introvert dan ekstrovert.

2. Penelitian relevan yang kedua berjudul *Klasifikasi Emosi Positif dan Emosi Negatif Pada Novel Nadira* Karya Leila S. Chudori. Klasifikasi emosi yang digambarkan para tokoh pengarang melalui para tokoh di dalam novel *Nadira* Karya Leila S. Chudori terdapat klasifikasi emosi: 1. Emosi positif yang terdiri dari (a) cinta, (b) bahagia; 2. Emosi negatif yang terdiri dari (a) konsep rasa bersalah, (b) rasa bersalah yang dipendam, (c) menghukum diri sendiri, (d) rasa malu, (e) kesedihan, (f) kebencian, (g) cinta.
3. Penelitian relevan yang ketiga berjudul *Klasifikasi Emosi Tokoh Utama Dalam Novel Pasung Jiwa* Karya Okky Madasari. Klasifikasi emosi pada penelitian ini dilakukan berdasarkan jenis-jenis emosi yang dikemukakan oleh para ahli. Jenis emosi pada tokoh utama yang ditemukan dalam novel *Pasung Jiwa* Karya Okky Madasari terdiri dari emosi takut yang berupa kecemasan yang dirasakan oleh tokoh utama, emosi cemburu akibat kurangnya kepercayaan diri dan takut hubungannya akan berakhir, emosi gembira berupa mencapai keberhasilan dan terbebas dari suatu ketegangan dan kegembiraan akibat kelahiran adik perempuan dari tokoh utama yang manis dan cantik, emosi marah berupa tindakan penolakan ekspresi wajah yang ditunjukkan oleh tokoh utama, emosi sedih berupa kehilangan benda kesayangan yaitu radio, dan kehilangan hobi barunya akibat dilarang oleh kedua orang tuanya, serta kehilangan harga diri akibat remasan pada payudara

serta sedih akibat mendapatkan pengkhianatan dari sahabatnya, emosi benci berupa serangan dari tokoh utama kepada lawan dan rasa ingin menghancurkan lawan. Emosi malu berupa perasaan tidak nyaman apabila perbuatannya diketahui orang lain dan emosi cinta terhadap seorang ibu.

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah: (1) Objek yang akan diteliti. Dalam penelitian Rakhma Reza, novel *Padang Bulan* karya Andrea Hirata digunakan sebagai sumber data, dalam penelitian Hera Elistiana, sumber datanya adalah novel *Nadira* karya Leila S. Chudori, dan penelitian oleh Mita Arniantika. Sumber informasi berupa novel *Pasung Jiwa* karya Okky Madasari. Sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan sumber data dari novel *Gendut? Siapa Takut!* karya dari Alnira. (2) Teori yang digunakan. Penelitian sebelumnya menggunakan teori struktural dan teori klasifikasi emosi, sedangkan penelitian ini hanya menggunakan teori klasifikasi emosi sebagai dasar analisis.

B. Hakikat Novel

Novel dalam bahasa Inggris disebut dengan *novellete* merupakan karya sastra yang juga disebut dengan karya fiksi. Dalam bahasa Italia adalah *novella*, dan dalam bahasa Jerman disebut *novelle* yang berarti barang baru yang kecil, kemudian definisi ini dikembangkan lagi menjadi cerita pendek dalam bentuk prosa.

Novel dalam bahasa Latin, yaitu *novellus*. Kata *novellus* dibentuk dari kata *novus* yang berarti baru atau *new* dalam bahasa Inggris. Dikatakan baru karena bentuk novel adalah bentuk karya sastra yang datang kemudian dari bentuk karya sastra lainnya, yaitu puisi dan drama (Priyatni, 2015: 124).

Dapat dipahami bahwa secara etimologis, istilah novel berasal dari kata *novellus* yang berarti baru. Jadi, novel memiliki definisi ventuk karya sastra secara fiksi yang paling baru. Di samping kepanjangannya cerita pendek dan roman maka novel memiliki ciri-ciri lainnya, yaitu pelaku utamanya mengalami perubahan nasib hidup.

Novel merupakan bentuk prosa fiksi yang paling baru dalam sastra Indonesia karena baru ditulis pada tahun 1945-an oleh Idrus, dengan novelnya yang berjudul *Aki*. Menurut Robert Lindell, karya sastra yang berupa novel pertama kali lahir di Inggris dengan judul *Pamella* yang terbit tahun 1740 (Waluyo, 2017: 26).

C. Unsur-Unsur Karya Sastra

Unsur-unsur pembangun novel secara garis besar dikelompokkan menjadi dua bagian, unsur yang dimaksud ialah:

1. Unsur Intrinsik

Unsur yang membangun karya sastra itu sendiri. Unsur inilah yang menyebabkan suatu teks hadir sebagai teks sastra. Unsur intrinsik dalam sebuah novel adalah unsur-unsur yang secara langsung turut membangun cerita seperti plot, peristiwa, tokoh (penokohan), latar, sudut pandang, dan amanat.

2. Unsur Ekstrinsik

Unsur Ekstrinsik menurut Nurgiyantoro (2010) adalah unsur yang berada di luar karya fiksi yang mempengaruhi lahirnya karya namun tidak menjadi bagian di dalam karya fiksi itu sendiri. Sebelumnya Wellek dan Warren dalam Nurgiyantoro (2010) juga berpendapat bahwa unsur ekstrinsik merupakan keadaan subjektivitas

pengarang yang tentang sikap, keyakinan, dan pandangan hidup yang melatarbelakangi lahirnya suatu karya fiksi, dapat dikatakan unsur biografi pengarang menentukan ciri karya yang akan dihasilkan. Oleh karena itu, berdasarkan penguraian diatas dapat dimaknai bahwa latar belakang pengarang serta kondisi masyarakat akan menentukan karya sastra seperti apa yang akan muncul pada waktu tertentu.

D. Tokoh dan Penokohan

1. Tokoh

Tokoh merupakan unsur yang penting dalam novel. Dalam pembicaraan sebuah fiksi, sering dipergunakan istilah tokoh, istilah tokoh menunjukan pada orang atau pelaku cerita. Aminuddin (2010: 79) mengemukakan bahwa tokoh adalah pelaku yang mengemban peristiwa dalam cerita fiksi sehingga peristiwa itu mampu menjalin suatu cerita. Abrams (Nurgiyantoro, 2010: 165) mengemukakan bahwa tokoh cerita adalah orang-orang yang ditampilkan dalam suatu karya naratif, atau drama, yang oleh pembaca ditafsirkan memiliki kualitas moral dan kecendrungan tertentu seperti yang diekspresikan dalam ucapan dan apa yang dilakukan dalam tindakan. Tokoh dalam hal ini merujuk pada orang atau individu yang hadir sebagai pelaku dalam sebuah cerita. Jumlah tokoh dalam cerita bervariasi, dari kevariatifan jumlah tokoh yang ada dalam cerita pasti ada tokoh sentral (*central character*) dan tokoh tambahan (*peripheral character*).

Tokoh utama adalah tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam novel. Ia merupakan tokoh yang paling banyak di ceritakan, baik sebagai pelaku kejadian maupun yang dikenai kejadian (Nurgiyantoro, 2010: 166-167). Dengan kata lain, tokoh utama merupakan tokoh yang menjadi pusat perhatian cerita, sehingga

mempunyai posisi dominan sebagai tokoh yang banyak terlibat dalam peristiwa cerita atau banyak diceritakan. Tokoh utama biasanya hadir dalam beberapa peran, diantaranya sebagai tokoh protagonis dan tokoh antagonis.

Tokoh tambahan adalah kebalikan dari tokoh utama, merupakan tokoh yang keberadaannya hanya sebagai penambah atau pelengkap dari tokoh utama. Kehadiran tokoh tambahan ini biasanya berfungsi untuk menjelaskan keberadaan tokoh-tokoh utama, dan porsi penceritaannya hanya sedikit.

2. Penokohan

Penokohan dan perwatakan adalah pelukisan mengenai tokoh cerita, baik keadaan lahirnya maupun batinnya yang dapat berubah, pandangan hidupnya, sikapnya, keyakinannya, adat istiadatnya, dan sebagainya. Penokohan adalah pelukisan gambaran yang jelas tentang seseorang yang ditampilkan dalam sebuah cerita. Penokohan dan perwatakan sangat erat kaitannya. Penokohan berhubungan dengan cara pengarang menentukan dan memilih tokoh-tokohnya serta memberi nama tokoh tersebut, sedangkan perwatakan berhubungan dengan bagaimana watak tokoh-tokoh tersebut (Nurgiyantoro, 2010: 165).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat dikatakan bahwa penokohan adalah gambaran atau penggambaran tokoh dalam cerita oleh pengarang, baik secara fisik maupun mental. Menurut Nurgiyantoro (2010: 194-210) ada dua penggambaran perwatakan dalam prosa fiksi yaitu sebagai berikut:

a. Secara eksplositori

Teknik eksplositori sering juga disebut sebagai teknik analitis, yaitu pelukisan tokoh cerita dilakukan dengan memberikan diskripsi, uraian, atau penjelasan secara

langsung. Tokoh cerita hadir dan dihadirkan oleh pengarang ke hadapan pembaca secara tidak berbelit-belit, melainkan begitu saja dan langsung disertai deskripsi kediriannya yang mungkin berupa sikap, sifat watak, tingkah laku atau bahkan ciri fisiknya.

b. Secara dramatik

Penampilan tokoh cerita dalam teknik dramatik dilakukan secara tidak langsung. Artinya, pengarang tidak mendeskripsikan secara eksplisit sifat dan sikap serta tingkah laku tokoh. Pengarang membiarkan para tokoh cerita untuk menunjukkan kediriannya sendiri melalui berbagai aktivitas yang dilakukan, baik secara verbal lewat kata maupun nonverbal lewat tindakan atau tingkah laku dan juga melalui peristiwa yang terjadi.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *protagonis* adalah tokoh sentral yang selalu disebutkan dalam beberapa kejadian di setiap cerita. Baik sebagai pelaku dari apa yang terjadi maupun sebagai objek dari apa yang terjadi, sehingga dalam cerita tokoh utama menjadi fokus cerita.

E. Psikologi Sastra

Asumsi dasar psikologi sastra dipengaruhi oleh pemahaman bahwa: pertama, karya sastra merupakan produk psikologis. Imajinasi pengarang muncul sebagai hasil dari interpretasi pemikiran pengarang dalam keadaan setengah sadar, yang kemudian dituangkan ke dalam bentuk sadar. Kedua, psikologi sastra menganalisis karakter. Berapa lama pengarang menggambarkan tokoh agar karya sastra menjadi lebih hidup. Gambaran ini dapat dilihat melalui dialog atau dikte tokoh dalam karya sastra.

Psikologi sastra adalah telaah karya sastra yang diyakini dapat mencerminkan proses dan aktivitas kejiwaan. Menelaah suatu karya psikologis, keterlibatan antara psikologi pengarang dan kemampuan pengarang menampilkan tokoh dalam memainkannya yang melibatkan masalah kejiwaan. Karya sastra dapat ditelaah melalui pendekatan psikologi karena dalam karya sastra menampilkan watak dan tokoh, meskipun imajinatif, dapat menampilkan berbagai problem psikologis (Endraswara, 2011: 96).

Pada dasarnya, psikologi sastra akan ditopang oleh tiga pendekatan sekaligus. Pertama, pendekatan tekstual, yang mengkaji aspek psikologis tokoh dalam karya sastra. Kedua, pendekatan reseptif-pragmatik, yang mengkaji aspek psikologis pembaca sebagai penikmat karya sastra yang terbentuk dari pengaruh karya yang dibacanya, serta proses resepsi pembaca dalam menikmati karya sastra. Ketiga, pendekatan ekspresif, yang mengkaji aspek psikologis sang penulis ketika melakukan proses kreatif yang terproyeksi lewat karyanya, baik penulis sebagai pribadi maupun wakil masyarakatnya (Roekhan dalam Endraswara, 2011:97-98).

Dalam pandangan Wellek dan Warren dan Hardjana (Endraswara, 2011:98-99), psikologi sastra memiliki empat jalur penelitian. Pertama, kita memeriksa psikologi penulis sebagai tipe atau kepribadian. Kajian ini ditujukan untuk psikologi seni. Peneliti mencoba menangkap keadaan psikologis pengarang ketika ia menciptakan sebuah karya sastra. Kedua, kajian proses kreatif dalam kaitannya dengan psikologi. Penelitian ini juga terkait dengan psikologi proses kreatif. Apa saja langkah-langkah psikologis ketika ekspresi karya sastra menjadi fokus. Ketiga, kajian hukum-hukum psikologi dalam karya sastra. Dalam kaitan ini, penelitian dapat diarahkan pada teori-teori psikologi seperti psikoanalisis sebagai teks tertulis. Premis

dari penelitian ini adalah bahwa penulis sering menggunakan teori-teori psikologi tertentu dalam karyanya. Kajian ini benar-benar mengangkat teks sastra sebagai bidang kajian. Keempat, penelitian tentang dampak psikologis teks tertulis terhadap pembaca. Penelitian ini lebih condong pada aspek pragmatis psikologis teks sastra dalam hubungannya dengan pembaca.

Semakin tinggi tingkat rangsangan teks bagi jiwa pembacanya, berarti kualitas karya tersebut juga semakin tinggi. (Endraswara, 2011:103). Selanjutnya Endraswara menjelaskan bahwa penelitian psikologis dibagi menjadi dua tujuan: penelitian psikologis tokoh dan proses kreatif pengarang. Mempelajari psikologi karakter, langkah-langkahnya adalah sebagai berikut: pertama, pendekatan psikologi sastra terdiri dari aspek internal dan eksternal, tetapi unsur internal lebih ditekankan. Kedua, selain karakter dan watak, perlu juga dianalisis tema karya tersebut. Analisis karakter berfokus pada menyimpulkan perilaku karakter. Subjek tidak harus menjadi tokoh utama, bisa menjadi tokoh pendukung jika peneliti dapat menjelaskan mengapa tokoh tersebut dianalisis. Ketiga, konflik tokoh yang berkaitan dengan cerita. Misalnya, ada karakter yang memiliki fobia, halusinasi, kegilaan, dll. Dan perlu berhubungan secara struktural dengan cerita. Ini menghindari para peneliti terjebak dengan hanya teori psikologis. Jika penelitiannya hanya mengenai aspek-aspek teori psikologi, berarti pindah ke bidang penelitian psikologi dan bukan studi psikologi sastra.

Apabila subjek penelitiannya adalah perspektif kreativitas, maka peneliti dapat mengambil langkah-langkah sebagai berikut: pertama, aspek eksternal, meliputi cita-cita, keinginan, obsesi, keinginan dan persyaratan pribadi. Untuk mengetahui pengalaman pribadi yang diungkapkan dalam karyanya, perlu diperoleh biografi pengarangnya. Kedua, latar belakang penciptaan karya sastra harus dipelajari,

sehingga peneliti dapat mengetahui mengapa pengarang menulis karyanya. Apakah si penulis hanya menyebarkan perasaannya atau ada maksud lain. Ketiga, peneliti harus menghubungkan dampak psikologis dari karya tersebut kepada pembaca. Apakah pembaca memahami gambaran psikologis tokoh tersebut atau tidak? Berdasarkan kedua tujuan tersebut, tampaknya kajian karakter dapat disebut sebagai kajian tekstual. Merupakan kajian yang harus mampu membahas isi dan makna penokohan dalam kaitannya dengan struktur umum alur. Tujuan penelitian kreatif hanya dapat dicapai melalui penelitian dokumenter seperti biografi pengarang dan/atau wawancara dengan pengarang (jika masih hidup) (Endraswara, 2011:105).

Dalam kajian psikologi, karya sastra tidak dapat dipisahkan dari bidang psikoanalisis. Psikoanalisis diperkenalkan oleh Sigmund Freud. Tiga unsur psikologis yang dianalisis dalam psikoanalisis adalah id, ego, dan superego. Ketiga elemen ini seperti rantai, saling berhubungan dan membutuhkan satu sama lain. Id adalah inti kepribadian seseorang, kepribadian di alam bawah sadar seseorang, yang mengandung naluri dan nafsu yang tidak mengenal nilai. Ego adalah kepribadian yang mengarahkan setiap individu ke dunia luar, dunia realitas. Superego adalah sistem kepribadian yang mengandung nilai dan bersifat evaluatif (terkait dengan baik dan buruk).

Sejak abad empat sebelum Masehi, Aristotle telah menggunakan pendekatan kejiwaan untuk menerapkan batasan kejiwaan untuk menerapkan klasik tentang timbulnya tragedi yang dikombinasikan dengan rasa belas kasih dan rasa ketakutan yang menyebabkan katarsis (Guerin *et al.*, 1979: 121). Katarsis adalah upaya mengatasi tekanan emosi masa lalu atau efek terapis dari pengalaman yang menekan

(Rycroft, 1995: 19). Sir Philip Sidney menyatakan bahwa efek moral sebuah karya sastra adalah sastra psikologis.

Pada dasarnya psikologi dibangun atas dasar asumsi-asumsi genetik yang artinya berkaitan dengan asal-usul karya, dan itu artinya psikologi dianalisis dalam kaitannya dengan aspek-aspek kejiwaan pengarang. Sejak abad ke-20 karya sastra melalui pendekatan psikologi, terutama teori yang dilakukan Sigmund Freud (1856-1939).

Mengapa kita harus menelaah karya sastra melalui psikologi sastra? Karya sastra baik novel, drama, dan puisi pada zaman modern ini penuh dengan unsur-unsur psikologis sebagai manifestasi: kejiwaan pengarang, para tokoh fiktional dalam kisah dan pembaca. Dengan demikian telaah sastra melalui pendekatan psikologi mendapat tempat dihati para peneliti, mahasiswa dan para dosen sastra.

Ada tiga alasan mengapa psikologi masuk pada kajian sastra menurut Darma (2019: 145-146), yaitu:

1. Untuk mengetahui perilaku dan motivasi para tokoh dalam karya sastra.
2. Untuk mengetahui perilaku dan motivasi pengarang.
3. Untuk mengetahui reaksi psikologi pembaca.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Psikologi sastra adalah studi yang berfokus pada tindakan psikologis karakter atau aktor dalam karya sastra. Artinya, menurut rinciannya Psikologi sebagai ilmu mengalami perkembangan yang sesuai dalam penelitiannya dengan ruang lingkup kajian. Salah satunya adalah jurusan studi psikologi berkaitan dengan perkembangan jiwa manusia dari masa kanak-kanak hingga usia tua.

F. Kepribadian

Pada tahun 1879, psikologi merupakan satu disiplin ilmu yang berdiri sendiri, dan salah satu bidang penting yang terdapat di dalamnya adalah bidang yang mempelajari manusia serta dikenal sebagai psikologi kepribadian. Sama halnya dengan bidang psikologi lain, psikologi kepribadian memberikan sumbangan yang berharga bagi pemahaman kita tentang manusia melalui kerangka kerja yang ilmiah, yakni dengan menggunakan konsep-konsep yang mengarah langsung dan terbuka bagi pengujian empiris serta menggunakan metode yang valid dan memiliki ketepatan.

Hal yang membedakan psikologi kepribadian dengan bidang-bidang psikologi lainnya adalah usahanya untuk mensitesiskan dan mengintegrasikan prinsip-prinsip yang terdapat pada bidang-bidang psikologi lain tersebut.

Menurut Tirtawati (2014: 59), peneliti kepribadian berusaha untuk memformulasi konsep-konsep atau rumusan-rumusan teoritis yang bisa menguraikan dan menerangkan relasi dari prinsip-prinsip yang diambil dan disatukannya. Dengan kata lain, semua faktor yang menentukan atau mempengaruhi tingkah laku manusia merupakan objek penelitian dan pemahaman para ahli psikologi kepribadian.

Teori kepribadian adalah sekumpulan anggapan atau konsep-konsep yang satu sama lain berkaitan mengenai tingkah laku manusia (Hall Lindzey, 1970).

Adapun fungsi-fungsi yang harus dimiliki oleh setiap teori kepribadian antara lain:

1. Fungsi Deskriptif (menguraikan atau menerangkan)

Fungsi deskriptif ini menjadikan suatu teori kepribadian dapat mengorganisasi maupun menerangkan tingkah laku atau kejadian-kejadian yang dialami individu secara sistematis.

2. Fungsi Prediktif (meramalkan)

Fungsi prediktif ini menjadikan suatu teori kepribadian bisa saja meramalkan tingkah laku, kejadian, atau akibat-akibat yang belum muncul pada diri individu.

Dari penjelasan di atas, bisa disimpulkan bahwa psikologi kepribadian adalah bidang yang memiliki daerah minat yang demikian luas di banding dengan bidang-bidang psikologi yang lainnya. Sehingga psikologi kepribadian adalah studi yang mencakup sebagian besar bidang psikologi. Hal ini terjadi karena tujuan utama dari studi psikologi kepribadian adalah memahami manusia secara total ataupun menyeluruh.

G. Emosi

1. Pengertian Emosi

Emosi yaitu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap dan tingkah laku dalam bentuk ekspresi tertentu. Yang dimaksud emosi merupakan keadaan yang timbul oleh sesuatu tertentu (khusus), dan emosi yang cenderung terjadi dalam kaitannya dengan perilaku yang mengarah atau menyingkiri terhadap sesuatu dan perilaku tersebut pada umumnya disertai dengan ekspresi kejasmanian, sehingga orang lain dapat mengetahui bahwa seseorang sedang mengalami emosi (Walgito, 1980: 209).

2. Klasifikasi Emosi

Kegembiraan, kemarahan, ketakutan, dan kesedihan kerap dianggap emosi yang paling mendasar (Minderop, 2010: 39). Situasi yang membangkitkan perasaan-

perasaan tersebut sangat berkaitan dengan tindakan yang ditimbulkan dan mengakibatkan meningkatnya ketegangan. Ciri khas yang menandai perasaan benci ialah timbulnya keinginan untuk menghancurkan objek yang menjadi sasaran kebencian. Perasaan benci bukan sekedar timbulnya perasaan tidak suka yang dampaknya ingin menghindar dan tidak bermaksud ingin menghancurkan. Sebaliknya, perasaan benci selalu merekat dalam diri seseorang dan ia tidak akan merasa puas sebelum menghancurkannya, bila objek tersebut telah hancur ia baru merasa puas. Perasaan bersalah dan menyesal juga termasuk ke dalam klasifikasi emosi.

3. Jenis-Jenis Emosi

Jenis emosi menurut Kerch dalam Minderop (2010: 39-40) ada tujuh, yaitu konsep rasa bersalah, kesedihan, kebencian, rasa bersalah yang dipendam, cinta, rasa malu, dan menghukum diri sendiri. Sedangkan, menurut Sarwono (2010: 134) ada lima yaitu takut, gembira, marah, cemburu dan kecerdasan emosi.

a. Emosi Takut

Emosi takut ialah bentuk emosi yang mendorong individu untuk menjauhi sesuatu atau menghindari sesuatu yang ditakuti. Rasa takut juga bisa dikatakan sebagai kelainan kejiwaan atau sering disebut dengan kecemasan. Kecemasan sendiri merupakan rasa takut yang tidak jelas rasanya dan tidak jelas alasannya. Kecemasan dapat disebabkan oleh emosi yang takut akan hal yang sebelumnya tidak pernah dilakukan atau ketakutan akan sesuatu yang tidak diharapkan (Sarwono, 2010: 134). Sedangkan, menurut Hude (2006: 192) emosi takut ialah sesuatu hal yang penting yang diperlukan seseorang untuk mempertahankan kehidupan. Melalui emosi takut

seseorang dapat mengambil sikap dan perbuatan untuk mempertahankan diri. Maksudnya adalah bahwa emosi takut merupakan bentuk kecemasan yang ada pada pikiran seseorang sehingga diperlukan untuk seseorang menghindari sesuatu yang ia takuti untuk mempertahankan hidupnya.

b. Emosi Gembira

Gembira merupakan ekspresi dari kelegaan, yaitu perasaan terbebas dari ketegangan. Kegembiraan biasanya disebabkan oleh sesuatu hal yang bersifat tiba-tiba menurut Sarwono (2010: 135). Sedangkan, menurut Huges (2006: 137) Emosi gembira merupakan segala sesuatu yang membuat kesenangan dalam hidup. Perasaan tersebut yaitu cinta, puas, gembira dan bahagia adalah kondisi yang diinginkan seseorang. Hingga dapat disimpulkan bahwa kegembiraan merupakan perasaan yang senang dimana dalam kondisi tersebut seseorang merasa terbebas dari suatu ketegangan.

c. Emosi Cemburu

Menurut Muna (2007: 13) menyatakan bahwa cemburu yakni suatu reaksi emosi yang dirasakan oleh seseorang karena adanya orang ketiga yang dapat mengancam suatu hubungan. Sementara itu, menurut Sarwono (2010: 135) menyatakan bahwa emosi cemburu merupakan bentuk kekhawatiran atau kurangnya percaya diri terhadap diri sendiri yang menimbulkan sebuah ketakutan akan hilangnya kasih sayang dari seseorang. Maksudnya yaitu, cemburu merupakan suatu rasa kurang percaya diri terhadap diri sendiri yang dapat mengancam hilangnya seseorang yang dicintai dalam sebuah hubungan.

d. Emosi Marah

Perilaku yang disertai dengan emosi marah adalah tindakan yang diam hingga tindakan yang agresif yang bisa mengancam orang lain. Emosi marah dibedakan menjadi dua, yaitu faktor eksternal yaitu sesuatu yang datang dari luar diri kita seperti lingkungan sosial, gangguan alam, cuaca, dsb. Sebaliknya, faktor internal yaitu mengenai sesuatu yang datang dari dalam diri seseorang (Hude, 2006: 163). Sedangkan, menurut Sarwono (2010: 135) sumber utama kemarahan ialah hal yang mengganggu aktifitas untuk sampai tujuannya. Dengan demikian aktifitas ketegangan yang terjadi tidak mereda. Hal tersebut, membuat seseorang yang bersangkutan menjadi marah. Dapat disimpulkan bahwa emosi marah ialah perasaan yang tidak menyenangkan yang dapat mengakibatkan keinginan untuk membalas dendam kepada seseorang yang membuatnya marah

e. Emosi Sedih

Kesedihan berhubungan dengan kehilangan sesuatu yang penting atau bernilai. Intensitas kesedihan tergantung pada nilai, biasanya kesedihan yang mendalam ialah ketika kehilangan orang yang dicintai. Kesedihan mendalam juga bisa karena kehilangan milik yang sangat berharga yang mengakibatkan kekecewaan atau penyesalan (Minderop, 2013: 41-42). Sedangkan, menurut Hude (2006, 179-180) menyatakan bahwa hal yang dapat membuat sedih yaitu kesulitan, kegagalan, kematian, kecelakaan, dan sebagainya. Ekspresi yang lazim dari sebuah kesedihan adalah keluarnya air mata. Dapat disimpulkan bahwa emosi sedih adalah perasaan yang tidak diinginkan oleh seseorang karena kesedihan berhubungan dengan kehilangan sesuatu yang penting dari diri seseorang.

f. Emosi Benci

Perasaan benci sangat berhubungan dengan perasaan marah, cemburu, iri hati. Ciri khas yang menandai perasaan benci ialah timbulnya nafsu atau keinginan untuk menghancurkan objek yang menjadi sasaran kebencian. Perasaan benci bukan sekedar timbulnya perasaan tidak suka yang dampaknya ingin menghindar dan tidak ingin menyakitinya. Dan sebaliknya perasaan benci akan selalu melekat pada diri seseorang dan ia tidak akan pernah merasa puas sebelum objek tersebut hancur menurut Kerch, *et al.*, (dalam Minderop, 2010: 44).

g. Emosi Rasa Bersalah

Rasa bersalah bisa disebabkan oleh adanya konflik antara ekspresi impuls dan standar moral. Semua masyarakat kultural memiliki peraturan untuk mengendalikan impuls yang diawali dengan pendidikan sejak anak-anak hingga dewasa termasuk pengendalian nafsu seks. Seks dan agresi ialah dua wilayah yang saling menimbulkan konflik yang dihadapkan pada standar moral. Pelanggaran terhadap standar moral tersebut yang menimbulkan rasa bersalah.

Perasaan bersalah kerap kali berlalu begitu cepat, tetapi dapat pula bertahan lama. Derajat lebih rendah dari seseorang yang memiliki perasaan bersalah ialah ketika ia mengingkarinya dan merasa benar. Upaya tersebut dilakukan karena adanya kekuatan positif untuk memperoleh kesenangan. Larangan-larangan moral cenderung oleh suatu masyarakat, yang disebabkan oleh kepentingan masyarakat untuk mencegah terjadinya suatu kejadian, yang pada dasarnya masyarakat itu sendiri menginginkannya. Alasan yang lebih penting yaitu adanya pelanggaran yang kadang

memuaskan karena dialami sebagai penolakan kekuasaan dari luar sebagai suatu ekspresi otonomi dan kekuasaan diri pribadi (Minderop, 2013: 40-41).

h. Emosi Rasa Malu

Rasa malu berbeda dengan rasa bersalah. Timbulnya rasa malu tidak ada kaitannya dengan rasa bersalah. Seseorang mungkin merasa malu ketika ia merasa kurang dimata orang lain. Orang tersebut tidak merasa bersalah karena tidak melanggar nilai-nilai moralitas. Perasaan ini tidak terjadi kepada anak kecil (Minderop, 2013: 43). Dapat disimpulkan bahwa rasa malu ialah sebuah kondisi yang dialami seseorang akibat sebuah tindakan yang dilakukan dan ingin ditutupi karena perasaan tidak nyaman karena apabila perbuatannya diketahui oleh orang lain.

i. Emosi Cinta

Psikolog perlu mendefinisikan cinta dengan cara memahami mengapa timbul cinta dan apakah terdapat bentuk cinta yang berbeda. Gairah cinta dari bentuk romantis tergantung pada setiap individu dan objek cinta, adanya nafsu dan keinginan untuk bersama-sama. Gairah seksual yang kerap kali timbul akibat perasaan cinta. Menurut kajian cinta romantis, cinta dan suka pada dasarnya memiliki arti yang sama.

Perasaan cinta bervariasi dalam beberapa bentuk. Cinta diikuti oleh perasaan setia dan sayang. ada beberapa yang berpendapat bahwa cinta tidak mementingkan diri sendiri, jika tidak demikian berarti bukan cinta sejati (Minderop, 2010: 44-45). Dapat disimpulkan bahwa cinta merupakan perasaan ingin saling memiliki. Dengan adanya cinta, seseorang akan merasa berarti.