

ABSTRAK

Pengaruh Emosi Sedih Terhadap *Working Memory* Serta Tinjauannya Dari Sudut Pandang Islam

Memori sangat penting bagi kehidupan manusia. Kemampuan memori dibutuhkan untuk mengingat identitas diri, masa lalu, interaksi sosial, dan untuk mengerjakan tugas-tugas yang kompleks. *Working memory* merupakan bagian dari memori manusia yang sering dipandang sebagai memori aktif atau sadar. *Working memory* dapat dipengaruhi oleh emosi, salah satu contoh emosi negatif adalah emosi sedih. Penelitian eksperimen ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh emosi sedih terhadap *working memory*. Partisipan penelitian berjumlah 40 orang dengan rentang usia 18-23 tahun yang dibagi kedalam 2 kelompok berbeda dengan teknik randomisasi yang diatur oleh sebuah sistem. Penginduksian emosi sedih dilakukan dengan menggunakan metode *Autobiographical Emotional Memory Task* (AEMT) dan diukur dengan menggunakan skala *Emotional Baseline*. Alat ukur *Corsi Block-Tapping Test* digunakan untuk mengukur *working memory*. Hipotesa penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik *U Mann Whitney*. Hasil uji hipotesa menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan skor corsi antara kelompok eksperimen dan kontrol. Maka, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa emosi sedih tidak memiliki pengaruh terhadap *working memory*. Disamping itu, penelitian ini dapat dikatakan sesuai dengan pandangan Islam bahwa dalam keadaan sedih, *working memory* seseorang tetap aktif. Namun cara berpikir rasional dan logisnya dapat berpengaruh jika individu dalam kondisi sedih.

Kata kunci: *Working Memory, Emosi Sedih, Corsi Block-Tapping Test*

ABSTRACT

“The Effect of Sad Emotions on *Working Memory* and Its Review in Islam”

Memory is very important for human life. Memory skills are needed to remember one's identity, past, social interactions, and to do complex tasks. Working memory is a part of human memory that is often seen as active or conscious memory. Working memory can be influenced by emotions, one example of negative emotions is sad emotions. This experimental study aims to see whether there is an influence of sad emotions on working memory. The research participants were 40 people with an age range of 18-23 years who were divided into 2 different groups with randomization techniques governed by a system. Induction of sad emotions is done using the Autobiographical Emotional Memory Task (AEMT) method and is measured using the Emotional Baseline scale. Corsi Block-Tapping Test is used to measure working memory. The hypothesis of this study was tested using the U Mann Whitney technique. In addition, this research can be said to be in accordance with the Islamic view that in a sad state a person's *working memory* remains active, but the rational and logical way of thinking can have an effect if the individual is sad.

Keywords: *Working memory, Sad, Corsi block-tapping test*