

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Manusia memiliki kemampuan mengelola informasi yang diperlukan untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Informasi dikelola secara mental dengan kondisi aktif secara bersamaan seperti perencanaan, penalaran, pemecahan masalah, membaca, dan abstraksi (Lerik, 2016). Beberapa orang dapat melakukan tugas-tugas tersebut lebih baik daripada orang lain, sebagai contoh, dalam dunia pendidikan terdapat mahasiswa yang memiliki tingkat kinerja, kecepatan belajar, dan gaya belajar yang lebih baik daripada mahasiswa yang lain (Rahman & Firman, 2019). Mahasiswa diharapkan mampu menerima informasi, menyimpan, membuka, dan menggunakan pengetahuannya dalam kegiatan perkuliahan serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2017). Dengan demikian, penyerapan dan pemahaman informasi dengan baik dalam perkuliahan perlu dimiliki mahasiswa, karena dalam proses belajar mengajar, pemahaman konsep akan mempengaruhi sikap, keputusan, dan cara-cara memecahkan masalah (Soelistyowati, 2018).

Diketahui bahwa pemrosesan informasi pada manusia terjadi di dalam memori. Atkinson dan Shiffrin (dalam Alsaeed, 2017), menjelaskan bahwa manusia memiliki struktur memori yang dibagi menjadi tiga, yaitu *sensory memory*, *short term memory*, dan *long term memory*. *Sensory memory* menangkap informasi yang diterima oleh panca indera. Lebih lanjut, Atkinson dan Shiffrin (1968) menjelaskan bahwa apabila informasi tersebut diperhatikan, maka akan dilanjutkan untuk diproses ke dalam *short term memory* atau *working memory* (dalam Alsaeed, 2017). Proses masuknya informasi ke dalam *working memory* melibatkan atensi (Alsaeed, 2017). *Working memory* menurut teori Baddeley dan Hitch (dalam Hurriyati, dkk., 2017), merupakan salah satu model pemrosesan *memory* yang dilihat sebagai suatu wilayah penyimpanan aktif yang berfungsi untuk menyimpan dan memanipulasi informasi. Informasi tersebut dapat disimpan atau dilanjutkan untuk masuk ke dalam *memory* jangka panjang dengan cara mengulang-ulang informasi untuk diingat, atau dapat terlupakan karena terganti dengan informasi yang baru (Schwartz, 2018).

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa ketika informasi masuk, bagian yang sangat berpengaruh untuk memprosesnya adalah *working memory*.

Dalam perspektif Islam, istilah yang paling dekat dengan *working memory* adalah akal. Menurut pandangan Islam, kata “akal” berasal dari Bahasa Arab “*Aql*” yang berarti mengikat, mencapai, berlandung, berakal, berpikir, mencegah atau menahan, hati, dan paham (Yusuf, 2013). Fungsi akal menurut Islam diketahui adalah untuk mengingat dan berpikir serta penimbang kebenaran dan kesalahan (Amin, 2018). Banyak kata yang menyinggung tentang akal di dalam Al-qur’an. Dengan terulangnya kata “akal” dalam jumlah yang banyak di dalam Al-Qur’an menandakan pentingnya peran dari akal itu sendiri (Amin, 2018). Allah SWT berfirman:

يَعْتَلُونَ لَا الَّذِينَ الْبُكْمُ الصُّمُّ اللَّهُ عِنْدَ الدَّوَابِّ شَرٌّ إِنَّ

Artinya: “*Sesungguhnya makhluk bergerak yang bernyawa yang paling buruk dalam pandangan Allah ialah mereka yang tuli dan bisu (tidak mendengar dan memahami kebenaran) yaitu orang-orang yang tidak mengerti.*” (Q.S. Al-Anfal: 22).

Menurut Allen, dkk (2014), *Working Memory* berfungsi sebagai penyimpanan sementara, memanipulasi, dan menanggapi informasi yang berasal dari lingkungan dan memori jangka panjang. Pemrosesan tersebut terkait dengan verbal dan visual. Dengan kata lain, berdasarkan fungsinya, *Working Memory* merupakan bagian yang memiliki peran sangat penting bagi manusia dalam mengelola informasi yang didapatkan. Sebagai contoh, *Working Memory* digunakan ketika seseorang mencoba untuk mengikuti instruksi *multi-step* yang membutuhkan dirinya untuk mengingat dan memperbarui informasi saat sedang dalam proses menyelesaikan tugas tersebut (Vandenbroucke, dkk., 2017). Selain itu, diketahui bahwa kapasitas *working memory* dalam jumlah besar penting untuk berbagai kegiatan dan terkait dengan proses belajar serta perilaku yang terkait dengan belajar (De Smedt dkk., 2009). Pada konteks Pendidikan di perguruan tinggi, kapasitas *working memory* yang rendah akan membuat mahasiswa sulit memfokuskan perhatian terhadap penjelasan dosen, lebih mudah lupa terhadap instruksi pada saat proses belajar mengajar, memiliki masalah dalam membaca, pelajaran matematika, dan pelajaran bahasa (Alloway & Elsworth, 2012). Oleh karena itu, kondisi *Working Memory* yang baik

diperlukan, karena *Working Memory* berperan penting dalam proses kognitif seseorang di kehidupan sehari-hari terutama dalam proses belajar, yaitu untuk mengolah informasi agar dapat dipahami dan direspon dengan baik.

*Working memory* seseorang dapat dipengaruhi oleh emosi. Salah satu penelitian yang menunjukkan bahwa kognitif seseorang termasuk *memory* dapat dipengaruhi oleh emosi, dijelaskan oleh Tyng, dkk. (2017), bahwa emosi memiliki pengaruh pada proses kognitif manusia mencakup persepsi, perhatian, pembelajaran, memori, penalaran, dan pemecahan masalah. Sebagai contoh, pada penelitian yang dilakukan oleh Martono dan Hastjarjo (2008) menunjukkan bahwa seseorang cenderung akan lebih mudah mengingat informasi yang memiliki emosi yang sama dengan emosi yang sedang ia rasakan. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketika seseorang menerima informasi yang positif dan keadaan dirinya sedang berada dalam emosi yang positif, maka ia akan cenderung lebih mudah untuk mengingat informasi tersebut dibandingkan dengan ketika ia menerima informasi negatif saat dirinya sedang merasakan emosi positif.

Emosi bukan hanya sekedar “perasaan” sederhana. Emosi merupakan kesatuan atau suatu bentuk kerjasama antara pengalaman seseorang, ekspresi perilaku, dan komponen fisiologis/neurologis dengan rentang waktu yang beragam (Vikan, 2017). Ekman dan Cordaro (2011), menyebutkan bahwa terdapat 7 emosi dasar, yaitu marah, takut, jijik, terkejut, sedih, muak, dan bahagia. Emosi dapat dibedakan menjadi dua, yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif merupakan emosi yang selalu diinginkan oleh setiap orang dan emosi negatif merupakan emosi yang tidak diinginkan terjadi pada diri setiap orang (Nadhiroh, 2015). Emosi positif muncul ketika kita memunculkan ekspresi wajah yang positif seperti tertawa ataupun tersenyum (Lathifah, dkk., 2015).

Emosi positif dan negatif diketahui dapat memiliki konsekuensi yang berbeda-beda tergantung pada konteksnya (Gruber, dkk., 2011). Dalam beberapa konteks, emosi positif mungkin akan menjadi tidak menguntungkan dan justru emosi negatif yang menjadi menguntungkan. Sebagaimana pada penelitian yang dilakukan oleh Tamir (2009), yang menunjukkan bahwa

partisipan yang diharapkan menyelesaikan tugas yang membutuhkan konfrontasi aktif akan termotivasi untuk meningkatkan pengalaman kemarahan mereka (dalam Gruber, dkk., 2011). Tamir menjelaskan bahwa orang yang bahagia akan lebih buruk mengerjakan tugas tersebut daripada orang yang marah (Tamir, dkk., 2008; Tamir & Ford, 2010; Gruber, dkk., 2011).

Pada konteks kognitif, ada beberapa studi yang meneliti keterkaitan emosi positif dengan *working memory* seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Esmacili, dkk. (2011), menunjukkan bahwa emosi positif mempengaruhi *working memory*. Hasil yang berbeda ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Allen, dkk., (2014), yang menunjukkan bahwa emosi positif dan emosi negatif mengganggu kinerja *working memory*. Oleh karena itu, dapat dilihat bahwa penelitian mengenai pengaruh emosi terhadap *working memory* masih terbatas pada emosi positif dan emosi negatif secara umum. Studi mengenai pengaruh emosi positif tertentu secara spesifik terhadap *memory* masih terbatas. Padahal, apabila diteliti lebih lanjut, meskipun emosinya sama-sama tergolong kedalam emosi positif, mungkin saja akan menghasilkan efek yang berbeda. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Michie (2009), yang menunjukkan bahwa meskipun *pride* dan *gratitude* merupakan dua emosi yang relevan secara moral, kedua emosi tersebut memiliki efek peran yang berbeda dalam memotivasi perilaku prososial seorang pemimpin organisasi.

Salah satu emosi positif adalah emosi bahagia (Armenta, dkk., 2017). Studi terbaru terkait emosi dasar masih menjadikan emosi bahagia sebagai salah satu dari 4 emosi dasar yang dicetuskan oleh Jack, dkk. (2014). Emosi bahagia merupakan emosi yang mendasar dari emosi positif lainnya, karena emosi bahagia juga dirasakan ketika seseorang sedang merasakan emosi positif lain (Armenta, dkk., 2017). Selain itu, emosi bahagia diketahui juga merupakan emosi yang paling sering dilaporkan (Trampe, dkk., 2015). Emosi bahagia merupakan sebuah perasaan yang dinikmati dan dicari oleh seseorang (Ekman & Cordaro, 2011). Kebahagiaan merupakan hasil akhir dari tercapainya berbagai keinginan dan kebutuhan yang mana hal tersebut menjadi *goals* yang paling dicari oleh seseorang dalam kehidupan (Safaria, 2014). Energi positif yang dimiliki oleh orang yang bahagia lebih baik daripada orang yang tidak

bahagia (Safaria, 2014). Orang dengan emosi bahagia memiliki lebih banyak sumber daya mental, lebih kreatif, penuh perhatian (*mindfulness*), lebih optimis, pemikiran dan perhatiannya lebih luas, serta lebih terbuka terhadap informasi (Safaria, 2014).

Dari pandangan Islam, manusia diperintahkan untuk mengejar kebahagiaan akhirat dan dunia (Hamim, 2016). Cara meraih kebahagiaan itu sendiri dalam Islam adalah dengan beriman kepada Allah dan beramal shaleh, sehingga dirinya dijauhkan dari kesengsaraan dan memperoleh kebahagiaan yang hakiki. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an surat At-Tin ayat 6:

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ

Artinya: “Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal shaleh; Maka bagi mereka pahala yang tiada putus-putusnya”. (Q.S. At-Tin: 6).

Penelitian mengenai emosi bahagia telah banyak dilakukan. Studi sebelumnya berfokus pada studi yang meneliti kaitannya dengan variabel lain. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Guven dan Hoxha (2014), yang meneliti tentang bagaimana hubungan antara emosi bahagia dengan pengambilan resiko. Penelitian lain mengenai emosi bahagia juga dilakukan oleh Jeon, dkk (2014), yang menunjukkan bahwa pengemudi dengan keadaan bahagia akan cenderung menilai aman situasi dan percaya diri, sehingga menjadi lebih bebas dan santai dalam mengemudi.

Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti merasa perlu untuk meneliti mengenai *working memory* berdasarkan fungsi dari *working memory*. *Working memory* memiliki peran yang penting dalam menyimpan dan mengolah informasi yang berguna untuk menjalani kehidupan sehari-hari terutama dalam proses belajar. Pentingnya kondisi *working memory* yang baik, menjadi perlu diperhatikan. Salah satu yang dapat mempengaruhi *memory* adalah emosi. Namun, sejauh hasil riset peneliti pada penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian mengenai pengaruh emosi terhadap *working memory* masih terbatas pada emosi positif dan negatif secara umum. Padahal, apabila diteliti lebih lanjut, meskipun emosinya sama-sama tergolong ke dalam emosi positif, mungkin saja dapat menghasilkan efek yang berbeda. Salah satu emosi positif adalah emosi bahagia. Energi positif yang dimiliki oleh orang yang bahagia

lebih baik daripada orang yang tidak bahagia, (Safaria, 2014). Penelitian mengenai emosi bahagia juga masih terbatas pada penelitian yang membahas pengaruhnya terhadap variabel lain seperti pengambilan risiko, *risky driving behavior*, dan lain sebagainya. Dengan demikian, peneliti ingin melihat lebih lanjut apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari emosi bahagia terhadap *working memory*. Skripsi ini merupakan bagian dari payung penelitian eksperimen dalam studi emosi.

## **1.2 Pertanyaan Penelitian**

- Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari emosi bahagia terhadap *Working Memory*?
- Bagaimana pengaruh emosi bahagia terhadap *Working Memory* menurut tinjauan agama Islam?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh yang signifikan dari emosi bahagia terhadap *Working Memory* serta mengetahui tinjauannya dalam agama Islam.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

- a) Sebagai sumbangsih ilmu pengetahuan di berbagai bidang terutama dalam bidang Psikologi Kognitif mengenai pengaruh emosi bahagia terhadap *Working Memory*.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

- a) Diharapkan dapat menjadi acuan untuk strategi dalam proses belajar yang memerlukan daya ingat dan pemrosesan informasi yang baik.

## 1.5 Kerangka Berpikir

