

**LAPORAN PENELITIAN
KOMPETITIF DOSEN INTERNAL**



**KONSEP MEMENDAM DAN MENGUNGKAPKAN PERASAAN:
POLA KOMUNIKASI MASYARAKAT SUKU JAWA DAN SUKU BATAK
DALAM MENGEKPRESIKAN EMOSI**

Dr. Esty Aryani Safithry, M.Psi., Psikolog

Haris Munandar, M.Psi

Wasis Priyo Nugroho, S.Psi., M.A

NIDN. 1107018501

NIDN. 1110069301

NUPTK. 5860778679130132

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALANGKARAYA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI, FAKULTAS PSIKOLOGI

Januari 2026

HALAMAN PENGESAHAN PENELITIAN KOMPETITIF DOSEN INTERNAL

Judul Penelitian	:	Konsep Memendam dan Mengungkapkan Perasaan: Pola Komunikasi Masyarakat Suku Jawa dan Suku Batak dalam Mengekspresikan Emosi
Tema Penelitian	:	Sosial Humuniora-Seni Budaya-Pendidikan
Nama Ketua Peneliti	:	Wasis Priyo Nugroho, S.Psi., M.A
NUPTK	:	5860778679130132
Jabatan Fungsional	:	Tenaga Pengajar
Program Studi	:	S1 Psikologi
Nomor HP	:	0812 1727 5957
Alamat Email	:	wasispriyonugroho@umpr.ac.id
Nama Anggota (1)	:	Dr. Esty Aryani Safithry, M.Psi., Psikolog (NIDN: 1107018501)
Program Studi	:	Psikologi
Nama Anggota (2)	:	Haris Munandar, M.Psi (NIDN: 1110069301)
Program Studi	:	Psikologi
Biaya Penelitian	:	-
Waktu Penelitian	:	05 November 2025 – 12 Januari 2026
Jumlah Mahasiswa Terlibat	:	1. Jusika NIM. 24.91.029941 2. Rebina Dwi Parina NIM. 24.91.031061

Paraf Kaprodi Fakultas Psikologi	Laporan penelitian telah didata oleh prodi
 Istiqamah Hafid, M.Psi NIK. 20.0203.020	

Palangka Raya, 15 Januari 2026

Ketua Peneliti,



Wasis Priyo Nugroho, S.Psi., M.A
NUPTK. 5860778679130132



IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul Penelitian

Konsep Memendam dan Mengungkapkan Perasaan: Pola Komunikasi Masyarakat Suku Jawa dan Suku Batak dalam Mengekspresikan Emosi.

2. Dosen Pengusul

Nama	: Wasis Priyo Nugroho, S.Psi., M.A
NUPTK	: 5860778679130132
Bidang Keahlian	: Psikologi Sosial
Alokasi Waktu	: 8 Jam/Minggu

3. Objek Penelitian

Artikel ilmiah dan hasil penelitian terdahulu yang membahas ekspresi emosi, regulasi emosi, dan pola komunikasi emosional pada masyarakat yang berasal dari Suku Jawa dan Suku Batak.

4. Masa Pelaksanaan

Mulai	: Bulan November Tahun 2025
Berakhir	: Bulan Januari Tahun 2026

5. Lokasi Penelitian

-

6. Instansi yang Terlibat

-

7. Temuan yang ditargetkan

Tersusunnya sintesis ilmiah mengenai perbedaan ekspresi emosi, regulasi emosi, serta pola komunikasi pada masyarakat Jawa dan Batak, faktor sosial-budaya yang memengaruhinya, serta implikasinya terhadap hubungan interpersonal dan kesejahteraan psikologis.

8. Kontribusi mendasar pada bidang Keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan bidang keilmuan khususnya psikologi sosial.

9. Luaran yang diharapkan

Artikel pada jurnal terakreditasi Nasional sinta 3 atau sinta 4

DAFTAR ISI

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	3
2.1. Komunikasi dan Ekspresi Emosi	3
2.2. Konsep Ekspresi Emosi Suku Jawa	3
2.3. Etika Jawa dalam Ekspresi Emosi	4
2.4. Metafora sebagai Media Ekspresi Emosi.....	5
2.5. Ekspresi Emosi dan Pola Komunikasi Suku Batak.....	6
2.6. Pola Komunikasi Suku Batak	7
BAB III. METODE PENELITIAN	8
3.1. Rancangan Penelitian.....	8
3.2. Sumber Data.....	8
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	9
4.1. Konsep memendam perasaan dalam Suku Jawa.....	9
4.2. Konsep mengungkapkan perasaan dalam budaya Batak	9
BAB V. PENUTUP.....	10
5.1. Kesimpulan	10
DAFTAR PUSTAKA.....	11

BAB I. **PENDAHULUAN**

1.1. Latar Belakang

Setiap budaya memiliki keberagamannya masing-masing, mulai dari kebiasaan, adat, peraturan hingga karakteristik masyarakatnya. Dalam suatu budaya, memiliki ketetapan yang berbeda-beda misalnya peraturan pada budaya tertentu dapat dianggap hal yang tidak biasa pada budaya lain, termasuk terkait dengan cara berkomunikasi (Long et al. 2013). Menurut Tobing (2007), kaidah dalam tata cara berkomunikasi pada suatu budaya dengan budaya lainnya dapat memiliki perbedaan sebagai bentuk sosio-pragmatik, sehingga suatu bahasa dapat diekspresikan secara berbeda oleh setiap budaya. Sebagai contoh, suku di Indonesia seperti suku Batak memiliki gaya bicara yang keras yang mana hal tersebut dianggap wajar dalam mengekspresikan kata-kata dengan bersikap terbuka dan tidak menutupi, namun kondisi tersebut berbeda dengan suku Jawa yang memiliki gaya bicara lebih halus, sehingga ketika berbicara dengan nada yang tinggi pada suku Jawa, sering dianggap tidak sopan terlebih lagi pada orang yang lebih tua (Anggraini & Desiningrum, 2018). Pengekspresian bahasa dalam berkomunikasi merupakan bagian dari interaksi sosial yang dilakukan oleh individu dengan melibatkan emosi sebagai bentuk sikap dan hasil buah pikiran yang terwujud ke dalam suatu tindakan tertentu (Lewis & Jones, 2000; Al Baqi, 2015)

Ekspresi emosi umumnya mengacu pada komunikasi emosi seseorang melalui ekspresi wajah, bahasa tubuh, nada suara, komunikasi verbal dan isyarat non-verbal lainnya. Ekspresi emosi yang sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari adalah ekspresi wajah dan komunikasi verbal misalnya mengatakan "Saya merasa sedih" atau "Saya marah" diikuti dengan ekspresi wajah yang menggambarkan salah satu emosi tersebut (Chaplin, 2015). Keltner dan Ekman (2003) mengemukakan bahwa terdapat beberapa emosi yang pada dasarnya dapat diartikan sama oleh individu-individu dari latar belakang budaya yang berbeda yaitu emosi yang bersifat universal misalnya marah, muak, jijik, takut, bahagia, sedih, dan terkejut. Oleh karena itu, memahami ekspresi emosi dalam perbedaan lintas budaya merupakan salah satu hal penting dalam kehidupan sehari-hari terlebih sebagai masyarakat Indonesia yang berada di lingkungan majemuk dengan keberagaman suku dan budaya.

Budaya dapat dijadikan sebagai kerangka acuan dalam bersikap dan bertingkah laku karena budaya merupakan suatu warisan yang cenderung dipertahankan serta sudah menyatu dalam kehidupan masyarakatnya. Selain itu, budaya juga dapat membentuk, memperkuat, serta merubah sikap serta perilaku individu maupun kelompok karena adanya internalisasi dan implementasi dari budaya yang dianut (Syamaun, 2019). Melekatnya suatu budaya pada masyarakat dapat disebabkan karena sifat budaya yang selalu diturunkan ke generasi-generasi selanjutnya melalui berbagai metode seperti pendidikan (formal dan non formal), produk kesenian, adat istiadat serta tradisi yang diajarkan oleh generasi sebelumnya kepada generasi selanjutnya (Lestari, 2016).

Penerapan konsep budaya secara turun menurun oleh generasi sebelumnya ke generasi selanjutnya dilakukan sejak individu berusia anak-anak hingga remaja, hal ini bertujuan untuk melestarikan budaya agar dapat terus dipertahankan. Penelitian yang dilakukan Nadhiroh dan Setyawan (2021) mendapati bahwa budaya yang terus dipertahankan secara turun-temurun salah satunya tata krama berbahasa, hal ini sering dijumpai pada masyarakat suku Jawa. Masyarakat suku Jawa menuturkan perkataan sebagai bentuk menghormati lawan bicaranya. Pemilihan kata-kata dalam lisan menjadi representasi dari kesan yang diekspresikan dalam pengucapan dan perilaku pada masyarakat suku Jawa. Pola pewarisan nilai-nilai dalam berkomunikasi dan mengekspresikan emosi pada gilirannya dapat berbeda secara signifikan dengan budaya pada kelompok suku atau etnis lainnya.

Perbedaan pola komunikasi dan pengekspresian emosi pada setiap suku yang ada di Indonesia dapat terjadi karena adanya perbedaan budaya yang diinternalisasi dan juga pengaruh dari lingkungannya. Sebagai contoh, pada masyarakat suku Batak, sering dikaitkan dengan karakteristik sikap masyarakatnya dengan karakter yang tegas, terbuka, dan spontan. Hal ini berbeda dengan masyarakat suku Jawa yang dalam interaksi sosialnya kerap dipersepsi dengan sikap yang halus, sabar, dan uggah-ugguh. Adanya perbedaan ini membuat persepsi orang Batak menilai orang Jawa memang lebih lembut dan santun, namun cenderung menghindari konfrontasi permasalahan secara langsung. Sebaliknya, apa yang dipandang sebagai perilaku “kurang sopan” oleh masyarakat Jawa, justru dipahami sebagai bentuk kejujuran dalam budaya Batak (Anggraini & Desiningrum, 2018).

BAB II. **TINJAUAN PUSTAKA**

2.1. Komunikasi dan Ekspresi Emosi

Salah satu sarana mengekspresikan emosi adalah melalui komunikasi karena komunikasi dapat digunakan untuk membangun dan memelihara keintiman, kepercayaan dan keterikatan dalam relasi sosial (Domingue & Mollen, 2009). Menurut Ge et al. (2022) terdapat dua pola komunikasi yaitu *direct communication* dan *indirect communication*. Pola komunikasi *direct communication* lebih mengedepankan metode konfrontasi yaitu menghadapi masalah secara langsung, sedangkan *indirect communication* lebih condong pada metode non-konfrontatif yaitu menangani konflik secara tidak langsung dan cenderung menyembunyikan perasaan. Pola komunikasi berkaitan dengan ekspresi diri yang dipengaruhi oleh adanya aspek budaya dalam mengekspresi emosi dan juga meregulasi emosi (Holodynski & Friedlmeier, 2005). Penelitian yang dilakukan Simbolon (2012) mengemukakan bahwa individu dari suku Jawa saat pertama kali berkenalan dengan orang Batak mengalami hambatan dalam berkomunikasi karena suku Batak cenderung mengekspresikan emosi dengan suara keras dan lantang, sedangkan orang Jawa cenderung terkesan sopan, lemah lembut dan halus. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penafsiran dan juga pengekspresian emosi antara suku Jawa dan suku Batak.

2.2. Konsep Ekspresi Emosi Suku Jawa

Menurut Suciati dan Agung (2016) pola komunikasi dan ekspresi emosi masyarakat suku Batak berbeda dengan masyarakat suku Jawa yang lebih menekankan konsep kedamaian dalam diri (tentram) dan keharmonisan dengan lingkungan sekitar (rukun). Selain itu, masyarakat suku Jawa juga memiliki tiga konsep utama dalam bersikap yaitu rila, nrima, dan sabar. Rila atau ikhlas adalah kesediaan menyerahkan segala yang dimiliki; nrima adalah merasa cukup dengan segala yang dimiliki, tidak memberontak, dan selalu mengucapkan terima kasih; dan sabar adalah sifat menahan tindak kekerasan untuk menjaga keharmonisan (Astutik, 2013). Berdasarkan konsep-konsep hidup tersebut, masyarakat Jawa cenderung meredam perasaan dan demi menghindari ketegangan untuk menjaga kerukunan (Trimulyaningsih, 2017). Maka dari itu, hal ini semakin memperkuat adanya perbedaan pada masyarakat suku Batak dan suku Jawa dalam mengekspresikan diri melalui pola-pola komunikasi yang ditampilkan.

Menurut Mesquita et al. (2016) perbedaan budaya memiliki peran terhadap perbedaan dalam mengekspresikan emosi dikarenakan adanya pengaruh konstruksi dari suatu budaya seperti pengalaman, persepsi dan kebiasaan. Budaya juga memengaruhi emosi dalam berbagai

cara termasuk dalam membatasi bagaimana emosi itu dipersepsikan, dirasakan dan diekspresikan (Lim, 2016). Budaya memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap cara individu berpikir dan berperilaku karena secara tidak langsung budaya membentuk *mindset* yang dikembangkan oleh individu sejak masih kecil (Rahmani, 2014).

Budaya dapat menjadi patokan dari indikator terkait bagaimana manusia untuk bisa berperilaku secara tepat dan tidak tepat. Hal tersebut juga berpengaruh pada bagaimana cara individu merespon, menghadapi, dan memecahkan permasalahan yang terjadi dalam interaksi dengan individu lain (Zakiya & Hariyadi, 2022). Misalnya dalam suku Jawa, terdapat keyakinan pada masyarakatnya yaitu ketika memperlihatkan perasaan-perasaan secara spontan seperti sedih, kecewa, dan marah terhadap orang lain dianggap kurang pantas, sehingga individu cenderung menyembunyikan perasaannya tersebut dan tidak diperlihatkan kepada orang lain (Baqi, 2015). Hal tersebut membuat kebanyakan masyarakat dari suku Jawa akan memperlihatkan senyuman sebagai manifestasi dari ekspresi marah, demi menjunjung prinsip-prinsip budaya Jawa.

2.3. Etika Jawa dalam Ekspresi Emosi

Menurut Andayani dan Faturochman (2019) dalam budaya Jawa terdapat istilah *Jothakan* yaitu kondisi ketika ada konflik antara dua individu atau lebih dan kedua belah pihak merasa benar dan sulit memaafkan rekannya. Dalam kondisi tersebut, individu yang berasal dari suku Jawa cenderung untuk menghindari konflik terbuka dan berharap masalah dapat terselesaikan dengan sendirinya. Alasan masyarakat Jawa cenderung tidak menghadapi konflik secara terbuka adalah karena budaya Jawa kurang memberi ruang bagi individu untuk mengekspresikan emosi dalam konflik secara terbuka (Andayani & Faturcohman, 2019). Matsumoto et al. (2008) mengemukakan bahwa aspek budaya dapat memengaruhi ekspresi emosi karena dari kebudayaan yang dianut individu terdapat proses internalisasi reaksi emosi dalam menentukan sikap yang tepat saat menghadapi peristiwa tertentu sesuai dengan aturan budaya yang dianut.

Lebih lanjut, budaya dapat menjadi *display rules* yaitu budaya memberikan peraturan kepada individu dan kelompok dalam menentukan gaya dan cara mengekspresikan emosi yang tepat (Matsumoto et al., 2008). Menurut Zuhdi dan Nuqul (2022) suku Jawa lebih menyukai menyampaikan pesan-pesan melalui bahasa yang tidak langsung (implisit), sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa masyarakat suku Jawa dalam mengekspresikan emosinya cenderung pasif. Lebih lanjut, nilai-nilai dari budaya yang diwariskan dalam bentuk ajaran seperti norma dan nilai-nilai kehidupan dapat terinternalisasi pada diri individu karena adanya pengaruh dari lingkungan yang turut berperan dalam pembentukan kepribadian (Uyun et al. 2023).

Etika Jawa pada dasarnya mengacu kepada konsep kebudayaan yang mempunyai nilai dan didasarkan pada kepentasan atau tidak pantasnya suatu perilaku diterapkan dalam kehidupan sehari-hari masyarakatnya. Dalam budaya Jawa, terdapat dua kaidah dasar yaitu prinsip rukun yang bertujuan untuk menjaga keharmonisan hubungan antarindividu dan prinsip hormat yang menekankan pada pembawaan diri individu dalam berbicara serta bersikap kepada orang lain sesuai dengan derajat dan kedudukannya (Soleh, 2016). Namun, dengan adanya kebiasaan tersebut membuat masyarakat suku Jawa cenderung kurang ekspresif karena akhirnya membentuk perilaku yang mengedepankan rasa khawatir mengenai perkataan dan perbuatan yang dilakukan dapat menyinggung orang lain (Zakiya & Hariadi, 2022). Hal ini dikarenakan sejak kecil telah terdidik untuk memiliki rasa malu dan sungkan terlebih kepada orang yang lebih tua (Pratiwi, 2014).

Menurut Baqi (2015) masyarakat suku Jawa terkenal dengan aturan baku dalam menggunakan tutur kata dan tata krama, misalnya ketika seorang anak berbicara dengan orang tuanya atau orang yang lebih tua dari dirinya maka wajib menggunakan bahasa Jawa halus (*kromo inggil*) sebagai bentuk penghormatan kepada orang yang lebih tua. Selain itu, dalam budaya Jawa individu harus berbicara secara halus dan perlahan-lahan serta sebisa mungkin untuk menyembunyikan perasaan asli sebagai bentuk implementasi dari prinsip *isin* dan *sungkan*. Lebih lanjut, dalam budaya Jawa ketika individu mampu mengontrol dorongan-dorongan emosinya dan semakin menguasai tata krama pergaulan, maka akan semakin dianggap dewasa dan diakui sebagai anggota masyarakat Jawa yang mengedepankan prinsip suku Jawa (Kurniawan & Hasanat, 2010).

2.4. Metafora sebagai Media Ekspresi Emosi

Dalam mengekspresikan emosi, budaya Jawa memiliki metafora yang dapat digunakan sebagai media untuk berkomunikasi yang disebut dengan *metaphorical expressions* (Nirmala, 2013). *Metaphorical expression* digunakan untuk mengungkapkan suatu makna namun menggunakan istilah lain yang dapat menggambarkan makna tersebut, misalnya “*banyu pinarang*” yang memiliki makna “hubungan saudara kandung tidak boleh rusak/harus akur” (Noviana & Saifudin, 2021). Lebih lanjut, *metaphorical expression* budaya Jawa memiliki istilah “*ngopeni rasa wedi*” yang memiliki arti “membuka perasaan yang dingin” metafora tersebut digunakan untuk menggambarkan tindakan atau usaha seseorang dalam mengungkapkan perasaan yang terpendam misalnya perasaan sedih, kecewa atau terluka (Rahardian & Nirmala, 2018).

Dalam budaya Jawa, memiliki kecenderungan untuk menahan atau menyembunyikan emosi atau perasaan yang kuat, terutama dalam situasi formal atau berhubungan dengan orang lain, sehingga metafora sering digunakan untuk menghindari rasa tersinggung dalam kehidupan bermasyarakat. Menurut Mohammad et al. (2016) metafora adalah mekanisme penting dalam berkomunikasi untuk mengekspresikan emosi karena kata-kata metaforis cenderung membawa lebih banyak emosi daripada penggunaan kalimat literal. Penelitian yang dilakukan Gibss et al. (2002) mengemukakan bahwa penggunaan kalimat metafora dalam berkomunikasi dinilai lebih mampu mengekspresikan pesan-pesan yang mengandung emosional. Dalam pembentukan metafora, terdapat peran budaya dalam memaknai dan mengasosiasikan leksikal yang disampaikan oleh penutur karena pada dasarnya setiap budaya memiliki bentuk metafora dan leksikal yang berbeda (Rahardian, 2018).

2.5. Ekspresi Emosi dan Pola Komunikasi Suku Batak

Berbeda dengan budaya suku Jawa yang identik dengan sikap segan dan suka menyembunyikan perasaan, suku Batak lebih mudah mengekspresikan emosi melalui komunikasi dikarenakan budaya suku Batak memiliki kecenderungan atau kebiasaan untuk mengekspresikan emosi secara terbuka yang mana ekspresi seperti kegembiraan, kesedihan, marah dan frustasi dapat diterima dan dihargai dengan baik, sehingga menciptakan lingkungan yang membuat individu lebih bebas dalam mengekspresikan perasaan mereka dalam kehidupan sehari-hari (Perwanginangin & Perbawaningsih, 2016). Selain itu, perumpamaan dalam kehidupan suku Batak “*lamot-lamot hat ani begu, risi-risi hata ji jolma*” yang memiliki arti bahwa orang harus berbicara apa adanya walaupun menyakitkan (Suharmono, 2016).

Hal tersebut akhirnya membentuk cara komunikasi orang Batak yang lebih mudah dalam mengekspresikan emosi dan mengungkapkan perasaan dirinya dengan berterus terang dalam berbicara (Sianturi & Hadiyati, 2019). Menurut Suciati dan Agung (2016) suku Batak identik dengan keterbukaan dan spontanitas dalam berperilaku secara verbal maupun non verbal, selain itu ketika menunjukkan emosi marah, orang Batak sering memilih untuk langsung mengekspresikan rasa marahnya dibandingkan dengan suku Jawa yang cenderung memilih untuk memendam rasa marah. Pada dasarnya karakteristik suku Batak tersebut terbentuk dari nilai-nilai budaya Batak yang telah diturunkan dari generasi ke generasi. Hal tersebut membentuk persepsi bahwa masyarakat suku Batak cenderung lebih mudah mengekspresikan emosi dibandingkan masyarakat dari suku Jawa.

2.6. Pola Komunikasi Suku Batak

Menurut Hasmayni (2016) masyarakat suku Batak memiliki keterbukaan dalam mengekspresikan emosi lebih tinggi dibandingkan suku Jawa yang tertampilkan dalam bentuk emosi marah. Namun, walaupun suku Batak lebih ekspresif dari suku Jawa, suku Batak juga tetap mengedepankan nilai-nilai yang terkandung di dalam adat *saur matua* yaitu nilai kemanusiaan dan norma kesopanan yang menuntut masyarakat suku Batak untuk berperilaku sesuai tata krama, sopan santun dan saling menghargai serta menghormati perasaan orang lain dengan beretika saat berbicara dan bersikap (Hudiyono & Hanum, 2020).

Penelitian yang dilakukan Andayani dan Mardianto (2015) mengenai asertivitas suku Batak menunjukkan bahwa suku Batak memiliki tingkat asertivitas yang tinggi dan cenderung lebih ekspresif dalam menyampaikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan termasuk mengungkapkan perasaan positif dan perasaan negatif. Selain itu, suku Batak lebih condong menggunakan strategi tutur dengan cara berterus terang dan penggunaan tutur dalam budaya Batak tidak bersifat hierarkis, sedangkan suku Jawa lebih sering menggunakan strategi bertutur dalam hati serta memiliki hierarki dalam bahasa tutur yang digunakan (Tobing, 2007).

BAB III. **METODE PENELITIAN**

3.1. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur yang bertujuan untuk mengulas dan mengintegrasikan konsep terkait memendam dan mengungkapkan perasaan serta pola komunikasi dalam mengekspresikan emosi pada masyarakat suku Jawa dan suku Batak. Sumber literatur diperoleh dari artikel penelitian empiris serta buku yang tersedia dalam bentuk teks lengkap.

3.2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam studi literatur yaitu artikel-artikel yang berasal dari jurnal atau buku yang memberikan penjelasan empiris atau kajian teoritis yang relevan dengan topik penelitian (Habsy, 2017). Maka dari itu, dalam penelitian ini seluruh data diperoleh melalui penelusuran dan analisis terhadap artikel ilmiah dan buku yang memiliki keterkaitan langsung dengan fokus dari topik yang sedang dikaji.

BAB IV. **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1. Konsep memendam perasaan dalam Suku Jawa

Hasil analisis dari studi literatur menunjukkan bahwa budaya suku Jawa memiliki kecenderungan untuk lebih menekankan pada pengendalian diri dan pengelolaan emosi secara internal. Adapun nilai-nilai yang terinternalisasi seperti rukun, sabar, nrima, dan rila menjadi landasan utama dalam membentuk pola perilaku dalam menghindari konflik serta konfrontasi permasalahan secara langsung. Pada berbagai penelitian yang telah dikaji, hasilnya menunjukkan bahwa individu dari suku Jawa lebih memilih untuk mengelola perasaan negatif, terutama pada situasi yang dapat memunculkan ketegangan. Ekspresi emosi negatif seperti marah dan kecewa sering kali tidak ditampilkan secara eksplisit, melainkan disamarkan melalui *Metaphorical expression* sebagai bahasa yang bersifat implisit serta pola komunikasi dengan *indirect communication*. Strategi ini dipandang sebagai bagian dari upaya dalam menjaga keharmonisan relasi sosial guna menghindari terjadinya konflik dan rasa tidak nyaman antar-individu. Pola ini memiliki keterkaitan dengan adanya konsep rasa malu (isin) dan juga sungkan yang telah ditanamkan sejak masa kanak-kanak.

4.2. Konsep mengungkapkan perasaan dalam budaya Batak

Pada kajian literatur, masyarakat Batak digambarkan memiliki kecenderungan untuk mengekspresikan emosi dengan lebih terbuka dan secara langsung. Hal ini dipandang sebagai bentuk kejujuran dan sikap terus terang dalam relasi sosial. Emosi seperti marah, sedih, dan kecewa maupun penolakan lebih sering disampaikan secara eksplisit (*direct communication*) melalui komunikasi verbal yang tegas dan lugas. Berdasarkan kajian literatur, masyarakat suku Batak berpandangan bahwa menyampaikan perasaan dan mengekspresikan emosi secara langsung merupakan langkah untuk memitigasi permasalahan agar tidak berlarut-larut. Prinsip mengungkapkan perasaan dengan apa adanya menjadi dasar dalam pola komunikasi interpersonal sehingga ekspresi emosi menjadi hal yang wajar dan merupakan bagian dari interaksi sosial. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa ekspresi emosi tidak selalu dimaknai sebagai tindakan yang agresif, melainkan sebagai bentuk asertivitas dalam berinteraksi di lingkungan sosial.

BAB V. **PENUTUP**

5.1. Kesimpulan

Komunikasi merupakan sarana yang digunakan untuk mengutarakan pendapat, mengekspresikan emosi hingga menjalin relasi dengan individu lain. Pada setiap budaya, memiliki pola dan cara komunikasi yang berbeda-beda berdasarkan adat istiadat dan norma yang berlaku pada budaya tersebut. Suku Jawa dan Suku Batak memiliki perbedaan yang mana suku Jawa memiliki kebiasaan gaya berkomunikasi yang halus dan cenderung memendam, hal ini berbeda dengan budaya suku Batak yang lebih tegas dan terbuka. Perbedaan tersebut tidak terlepas dari adanya proses internalisasi pada masing-masing budaya yang telah diajarkan sejak dulu baik secara formal maupun non-formal. Selain itu, dalam budaya Jawa kecenderungan untuk mampu mengkontrol emosi dan perasaan khususnya pada situasi formal serta situasi yang berhubungan dengan orang lain, hal ini merupakan etika Jawa yang telah diajarkan secara turun menurun.

Namun, budaya Batak sebenarnya juga tetap mengedepankan unsur kesopanan dalam berkomunikasi dan berinteraksi, akan tetapi cara menyampaikannya berbeda dengan suku Jawa. Budaya suku Jawa lebih mengarah kepada *indirect communication* yaitu lebih condong pendekatan non-konfrontatif dalam menangani konflik dengan menyembunyikan perasaan, sedangkan suku Batak lebih condong menggunakan *direct communication* yaitu lebih memilih untuk mengkonfrontasi masalah secara langsung dibandingkan suku Jawa. Akan tetapi, suku Jawa maupun suku Batak memiliki keunikannya masing-masing dalam mengekspresikan emosinya melalui komunikasi yang mana hal tersebut dapat dibandingkan melalui pendekatan praktik dan teoritis, namun perbedaan tersebut tidak dapat diklaim mengenai budaya mana yang paling ideal dalam mengekspresikan emosi melalui komunikasi karena keduanya memiliki ciri khasnya masing-masing berdasarkan norma yang diterapkan serta adat istiadat yang berlaku secara turun menurun.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, T. R. (2019, October). The Dynamics of Jothakan: How it becomes a conflict resolution in Javanese context. In *6th International Conference on Community Development (ICCD 2019)* (pp. 570-573). Atlantis Press.
- Anggraini, L. N. O., & Desiningrum, D. R. (2020). Hubungan antara regulasi emosi dengan intensi agresivitas verbal instrumental pada suku batak di ikatan mahasiswa sumatera utara universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 1103-1111.
- Astutik, I. D. (2013). Budaya Jawa Dalam Novel Tirai Menurun Karya NH.DINI (Kajian Antropologi Sastra). *Sastra Indonesia Fakultas Bahasa Dan Seni Universitas Negeri Surabaya*, 22(3), 1–11. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-sapala/article/viewFile/1993/5390>
- Baqi, A. S. (2015). Ekspresi emosi marah. *Buletin psikologi*, 23(1), 22-30.
- Chaplin, T. M. (2015). Gender and emotion expression: A developmental contextual perspective. *Emotion Review*, 7(1), 14-21.
- Domingue, R., & Mollen, D. (2009). Attachment and conflict communication in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(5), 678-696.
- Ge, F., Park, J., & Pietromonaco, P. R. (2022). How you talk about it matters: Cultural variation in communication directness in romantic relationships. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(6), 583-602.
- Gibbs Jr, R. W., Leggitt, J. S., & Turner, E. A. (2002). *What's special about figurative language in emotional communication?*. Psychology Press.
- Habsy, B. A. (2017). Seni memahami penelitian kuliatif dalam bimbingan dan konseling: studi literatur. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 90-100.
- Holodynski, M., & Friedlmeier, W. (2005). Ontogenesis of emotions and their regulation. *Development of Emotions and Their Regulation: An Internalization Model*, 8(2), 89-180.
- Keltner, D., Sauter, D., Tracy, J., & Cowen, A. (2019). Emotional expression: Advances in basic emotion theory. *Journal of nonverbal behavior*, 43, 133-160.
- Kurniawan, A. P., & Hasanat, N. U. (2007). Perbedaan ekspresi emosi pada beberapa tingkat generasi suku Jawa di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 34(1), 1-17.
- Lestari, R. (2016). Transmisi Nilai Prososial Pada Remaja Jawa. *Jurnal Indigenous*, 1(2), 33–44. <https://doi.org/10.23917/indigenous. v1i1.3043>

- Lewis, M., & Haviland-Jones, J. M. (2000). *Handbook of Emotion 2nd Edition*. The Guilford Press.
- Liana, J. A., & Herdiyanto, Y. K. (2017). Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Dengan Komitmen Pada Pasangan Yang Menjalani Hubungan Berpacaran. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 84-91.
- 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.
- Long, K. A., Lobato, D., Kao, B., Plante, W., Grullón, E., Cheas, L., ... & Seifer, R. (2013). Perceptions of emotion expression and sibling-parent emotion communication in Latino and non-Latino white siblings of children with intellectual disabilities. *Journal of Pediatric Psychology*, 38(5), 551-562.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Nakagawa, S. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of personality and social psychology*, 94(6), 925.
- Mesquita, B., Boiger, M., & De Leersnyder, J. (2016). The cultural construction of emotions. *Current opinion in psychology*, 8(1), 31-36.
- Mohammad, S., Shutova, E., & Turney, P. (2016, August). Metaphor as a medium for emotion: An empirical study. In *Proceedings of the Fifth Joint Conference on Lexical and Computational Semantics* (pp. 23-33).
- Nadhiroh, U. (2021). Peranan pembelajaran bahasa jawa dalam melestarikan budaya jawa. *JISABDA: Jurnal Ilmiah Sastra Dan Bahasa Daerah, Serta Pengajarannya*, 3(1), 1-10.
- Nirmala, D. (2013). Local Wisdom in Javanese Proverbs (a cognitive linguistic approach). *International Seminar “Language Maintenance and Shift III.* (pp. 124-128)
- Noviana, F., & Saifudin, A. (2021). Conceptual Metaphors of “water” in Javanese Proverbs from a Cognitive Linguistic Perspective. In *E3S Web of Conferences* (pp. 1-7). EDP Sciences.
- Peranginangin, B. B., & Perbawaningsih, Y. (2017). Model Komunikasi Interpersonal Generasi Muda Suku Batak Karo di Yogyakarta Melalui Tradisi Ertutur. *Jurnal Aspikom*, 2(6), 425-436.
- Pratiwi, W. E. (2014). Pengaruh budaya Jawa dan harga diri terhadap Asertivitas pada remaja siswa kelas X di SMA Negeri 3 Ponorogo. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 164-169
- Rahardian, E. (2018). Menilik cara pandang masyarakat Jawa tentang emosi melalui metafora. *Kandai*, 14(1), 1-14.

- Rahardian, E., & Nirmala, D. (2018). The force scheme in Javanese emotion metaphors. *PAROLE: Journal of Linguistics and Education*, 8(1), 12-18.
- Rahmani, N. S. (2014). Kajian Berbagai Bidang: Perkembangan Psikologi Masa Kini. Beta
- Setyanto, A. E., Anggraini, L. S., & CW, D. T. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Memudarnya Etika Komunikasi Masyarakat Jawa Di Kota Surakarta. *Komunikasi Massa Jurnal*, 121.
- Siantury, P. D., & Ratna, F. N. R. H. N. (2019). Hubungan Antara Self-Disclosure Dengan Alienasi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Suku Batak. *Jurnal Empati*, 8(1), 277-283.
- Simbolon, D. (2012). Memahami Komunikasi Beda Budaya Antara Suku Batak Toba dengan Suku Jawa di Kota Semarang. *Jurnal The Messenger*, 4(2), 43-49.
- Suciati, R., & Agung, I. M. (2016). Perbedaan ekspresi emosi pada orang batak, jawa, melayu, dan minangkabau. *Jurnal Psikologi*, 12(2).
- Suharnomo. (2016). Manajemen indonesia: Strategi mengelola karyawan dalam perspektif budaya nasional. Raja Grafindo Persada.
- Syamaun, S. (2019). Pengaruh Budaya Terhadap Sikap Dan Perilaku Keberagamaan. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 81-95.
- Trimulyaningsih, N. (2017). Konsep Kepribadian Matang dalam Budaya Jawa-Islam: Menjawab Tantangan Globalisasi. *Buletin Psikologi*, 25(2), 89–98.
<https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28728>
- Uyun, Z., Mulati, Y., Rohmah, P. Z., & Ahmed, N. M. I. (2023). Penyusunan dan Pengembangan Alat Ukur Resiliensi Keluarga di Suku Jawa. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 200-212).
- Zakiya, N., & Hariyadi, S. (2022). Nilai Budaya Kolektivisme dan Perilaku Asertif pada Suku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11(2), 62-71.