

E-ISSN: 2963-0746, P-ISSN: 2963-0738

DOI: <https://doi.org/10.38035/jpkn.v1i1>

Received: 01 Desember 2022, Revised: 22 Desember 2022, Publish: 01 Januari 2023

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



## Analisis Kelelahan Emosi dan Jiwa terhadap Berperilaku dan Bersikap di Masyarakat

**Raihan Saputra**

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia, email [raihansaputra0502@gmail.com](mailto:raihansaputra0502@gmail.com)

Corresponding Author: Raihan Saputra

**Abstract:** *The article Analysis of Emotional and Mental Fatigue on Behavior and Behavior in Society is a scientific article in the literature within the scope of psychology. This article aims to create a research hypothesis about the relationship between variables to be used in further research. Research objects in online libraries, Google Scholar, Mendeley, and other academic online media. Sourced from previous research that is relevant to this research. Writing this literature review article is a library search method from online media such as Google Scholar, Mendeley, and other online academic press. This literature review article results are 1) Emotional exhaustion influences behavior in society; 2) Emotional exhaustion affects behavior in society; 3) Mental fatigue affects behavior in society; 4) Mental Fatigue affects Behavior in Society. In addition to the two exogenous variables that affect the endogenous variables of behavior and attitude, there are other factors, namely family, mental state, and environmental conditions.*

**Keywords:** *Emotional Fatigue, Emotional Mental, Behavior, Behavior in Society*

**Abstrak:** Artikel Analisis Kelelahan Emosi dan Jiwa terhadap Berperilaku dan Bersikap di Masyarakat adalah artikel ilmiah studi pustaka dalam ruang lingkup ilmu psikologi. **Tujuan** artikl ini yaitu membuat hipotesis penelitian tentang hubungan antar variabel yang akan digunakan dalam penelitian selanjutnya. **Objek** riset pada pustaka online, *Google Scholar, Mendeley* dan media *online* akademik lainnya. Bersumber dari penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. **Metode** penulisan artikel literature review ini adalah metode pencarian pustaka dari media online seperti Google Scholar, Mendeley dan media akademik online lainnya. **Hasil** artikel literature review ini adalah: 1) Kelelahan Emosi berpengaruh terhadap Berperilaku dan Bersikap di Masyarakat; dan 2) Kelelahan Jiwa berpengaruh terhadap Berperilaku dan Bersikap di Masyarakat. Selain kedua variabel exogen yang mempengaruhi variabel endogen berperilaku dan bersikap, terdapat faktor lain yaitu keluarga, beban pikiran, kondisi mental, dan kondisi lingkungan.

**Kata Kunci:** Kelelahan Emosi, Jiwa, Bersikap dan Berperilaku

## PENDAHULUAN

Di masa yang penuh gejolak seperti sekarang ini, penelitian ini dilakukan karena banyak sekali kondisi dimana kondisi seseorang tidak stabil. Jadi bersikap dan berperilaku adalah hal yang paling penting dalam lingkungan bermasyarakat. Lingkungan tempat tinggal merupakan kunci dengan pengaruh yang besar, yang dapat lebih cepat merasuk ke dalam hati seseorang. Pada hakekatnya lingkungan dan pola asuh paling dekat dengan berbagai fenomena sosial dan bentuk-bentuk interaksi sosial, dan dalam masalah hubungan sosial tersebut terkadang terdapat masalah yang sulit diselesaikan. Terlebih lagi bagi generasi Z, yang dimana perkembangan teknologi dan revolusi industri 4.0, mereka mengalami berbagai masalah sosial yang timbul dari disrupsi tersebut. Sehingga mempengaruhi kondisi emosional mereka, karena harus mampu mengikuti perkembangan yang pesat dan cepat.

### Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan oleh peneliti, diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah Kelelahan Emosi dan jiwa dapat berpengaruh terhadap Berperilaku dimasyarakat?
2. Apakah Kelelahan Emosi dan jiwa berpengaruh terhadap Bersikap dimasyarakat?

## METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif dan penelitian kepustakaan. Dengan mengkaji berdasarkan penelitian terdahulu yang berkaitan atau relevan dengan penelitian ini. Peneliti mengumpulkan data yang bersumber dari aplikasi Google Scholar dan menggunakan Mendeley sebagai referensi bibliografi. Artikel penelitian kualitatif harus menggunakan asumsi metodologi yang konsisten, agar tidak menimbulkan pertanyaan oleh pembaca. Salah satu alasan dilakukannya penelitian ini adalah karena sifatnya yang eksploratif (Ali, H., & Limakrisna, 2013).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian pustaka yang relevan dengan penelitian sebelumnya, pembahasan dalam artikel kajian pustaka ini adalah sebagai berikut:

### **1. Pengaruh Kelelahan Emosi terhadap Berperilaku dan Bersikap dimasyarakat**

Jika Kelelahan emosi dapat dikondisikan dengan baik sesuai indikator yaitu: 1) Suasana lingkungan; 2) Hubungan dengan orang lain; akan mempengaruhi cara berperilaku dan Bersikap. Lingkungan yang baik dapat dilihat dari suasana lingkungannya, misalnya tingkat penduduk, tingkat pendidikan di lingkungan tersebut dan kebiasaan penduduk lingkungan tersebut. Mereka yang tinggal di lingkungan yang baik akan menerapkan perilaku yang baik sesuai dengan perlakuannya selama berada di lingkungannya. Namun, bagi mereka yang tinggal di lingkungan yang buruk, kondisi sosial ekonomi yang rendah, dan tidak mendukung pembangunan, maka bersikap dan perilaku tidak dapat terwujud. Lingkungan akan mendukung cara bersikap dan berperilaku seseorang.

Lingkungan mempengaruhi emosional seseorang hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh: (Ernilah, Toharudin, & Saefudin Wahid, 2022) dan (Ummah & Fitri, 2020).

### **2. Pengaruh Kelelahan Jiwa terhadap Berperilaku dan Bersikap dimasyarakat**

Jika berperilaku dan bersikap sudah dilaksanakan sebagaimana mestinya dan dapat diterapkan sesuai indikator yaitu: 1) Tingkatnya rasa empati dan turunkan ego; 2) Berikan pengajaran mengenai cara bersikap; dan 3) Pemberian pengetahuan akan mempengaruhi

pembentukan sikap dan perilaku. Lingkungan yang selalu memberikan arahan, bimbingan dan nasihat secara tidak langsung berdampak pada kondisi psikologi emosi. Seseorang yang selalu mendapat nasehat dan arahan dari orang tua dan lingkungan akan dengan mudah menemukan jati dirinya, sehingga akhlak dan perilakunya dapat dikendalikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh: (Putri & Budiani, 2013), (Churiyah, 2011), (Yuliastini & Putra, 2015).

### Penelitian Relevan

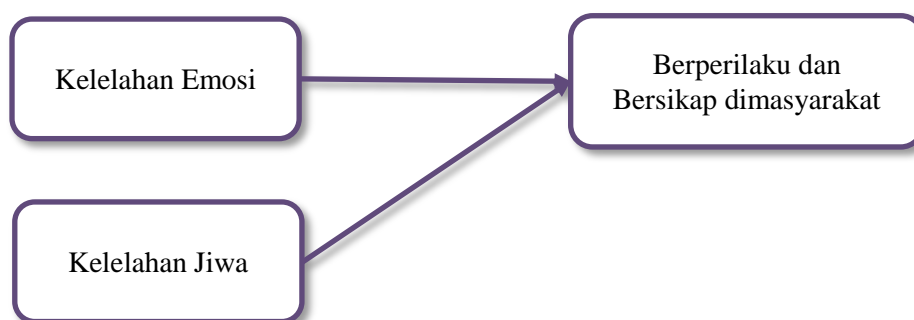
Pembahasan diatas bersumber dari penelitian yang relevan. Resume dari pembahasan dan sintesis di atas resume kan seperti tabel 1 penelitian relevan di bawah ini, agar tergambar dengan jelas dasar penetapan hipotesis.

**Tabel 1. Penelitian Relevan**

No	Author (Tahun)	Hasil Riset Terdahulu	Persamaan Dengan Artikel Ini	Perbedaan Dengan Artikel Ini	Dasar Hipotesis
1	(Putri & Budiani, 2013)	Kelelahan Emosional berpengaruh terhadap Perilaku Belajar	Kelelahan Emosional berpengaruh terhadap Berperilaku	Jiwa berpengaruh terhadap Berperilaku	H1
2	(Churiyah, 2011)	Konflik Peran, Kelelahan Emosional berpengaruh terhadap Kepuasan Kerja dan Komitmen Organisasi	Kelelahan Emosional berpengaruh terhadap Bersikap	Peran berpengaruh terhadap Kepuasan Kerja dan Komitmen Organisasi	H2
3	(Yuliastini & Putra, 2015)	Pengaruh Kelelahan Emosional Terhadap Kepuasan Kerja Guru SMK di Denpasar	Kelelahan Emosional berpengaruh terhadap Kepuasan Kerja	Terdapat lokus penelitian yaitu pada SMK di Denpasar	H1

### Kerangka Konseptual

Berdasarkan rumusan masalah, kajian teori dan penelitian terdahulu, maka diperoleh kerangka konseptual sebagai berikut:



**Gambar 1. Kerangka Konseptual**

Artikel ini membahas tentang pengaruh Kelelahan Emosi dan Jiwa terhadap Berperilaku dan Bersikap dimasyarakat. Ada faktor lain yang mempengaruhi Emosi dan Jiwa antara lain:

- 1) Lingkungan: (Gea, 2011), (Ridho, 2012), (Fitri, Ariesandi, & Jadmiko, 2019), (Ridho, 2012), (Sudiantini & Saputra, 2022), (Saputra, Khaira, & Saputra, 2023).
- 2) Usia: (Besari, 2021), (Munjiat, 2018), (Ala, Prawira, Prabowo, & Gemael, 2021).
- 3) Kondisi Status Ekonomi: (Hermawan, 2023), (Jailani, 2019), (Wijianto & Ulfa, 2016).

## KESIMPULAN

Berdasarkan teori, artikel dan pembahasan yang relevan, dapat dirumuskan hipotesis untuk penelitian selanjutnya:

1. Kelelahan Emosi berpengaruh terhadap Bersikap dan Berperilaku di Masyarakat.
2. Kelelahan Jiwa berpengaruh terhadap Bersikap dan Berperilaku di Masyarakat.

## Referensi

- Ala, F., Prawira, A. Y., Prabowo, E., & Gemael, Q. A. (2021). Model Pembelajaran Olahraga Renang Anak Usia Dini: Literature Review. *JSPEED*, 4(01), 19–26. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i2.995>
- Ali, H., & Limakrisna, N. (2013). Metodologi Penelitian (Petunjuk Praktis Untuk Pemecahan Masalah Bisnis, Penyusunan Skripsi (Doctoral dissertation, Tesis, dan Disertasi. In *In Deppublish: Yogyakarta*.
- Besari, A. (2021). Perkembangan Sikap dan Nilai Moral Peserta Didik Usia Remaja. *Jurnal Paradigma*, 11(1), 25–43.
- Churiyah, M. (2011). Pengaruh Konflik Peran, Kelelahan Emosional terhadap Kepuasan Kerja dan Komitmen Organisasi. *Jurnal Ekonomi Bisnis*, 16(2), 145–154. Retrieved from <http://fe.um.ac.id/wp-content/uploads/2009/10/8-Madziatul-Churiyah.pdf>
- Ernilah, E., Toharudin, M., & Saefudin Wahid, F. (2022). Pengaruh Lingkungan Keluarga dan Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah KONTEKSTUAL*, 3(02), 158–166. <https://doi.org/10.46772/kontekstual.v3i02.665>
- Fitri, R., Ariesandi, D., & Jadmiko, P. (2019). Religiusitas dan Persepsi Pengetahuan Lingkungan terhadap Pembelian Produk Ramah Lingkungan. *Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan*, 10(4), 1–8. Retrieved from <http://jurnalmanajemen.petra.ac.id/index.php/man/article/view/16635/16627>
- Gea, A. A. (2011). Enculturation Pengaruh Lingkungan Sosial terhadap Pembentukan Perilaku Budaya Individu. *Humaniora*, 2(1), 139. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v2i1.2966>
- Hermawan, E. (2023). The Relationship of Socio-Economic Status to Emotional and Consumptive Behavior. *International Journal of Psychology and Health Science (IJPHS)*, 1(1), 9–18.
- Jailani, M. (2019). Hubungan Status Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Motivasi Anak Untuk Berwirausaha. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 14(1), 35–42. <https://doi.org/10.33084/pedagogik.v14i1.835>
- Munjiat, S. M. (2018). Peran Agama Islam Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Usia Remaja. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 170–190. <https://doi.org/10.24235/tarbawi.v3i1.2954>
- Putri, A., & Budiani, M. S. (2013). PENGARUH KELELAHAN EMOSIONAL TERHADAP PERILAKU BELAJAR PADA MAHASISWA YANG BEKERJA. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 1–20.
- Ridho, M. A. (2012). Pengaruh lingkungan terhadap motivasi belajar dan dampaknya terhadap prestasi belajar siswa kompetensi keahlian audio video smk muh. kutowinangun kebumen. *Fakultas Teknik, Jurusan Pend. Teknik Elektronika Universitas Negeri Yogyakarta*, (2), 1–15.

- Saputra, F., Khaira, N., & Saputra, R. (2023). Pengaruh User Interface dan Variasi Produk terhadap Minat Beli Konsumen (Studi Literature). *Jurnal Komunikasi Dan Ilmu Sosial (JKIS)*, 1(1), 18–25.
- Sudiantini, D., & Saputra, F. (2022). Pengaruh Gaya Kepemimpinan: Kepuasan Kerja, Loyalitas Pegawai dan Komitmen di PT Lensa Potret Mandiri. *Formosa Journal of Sustainable Research (FJSR)*, 1(3), 467–478.
- Ummah, S. A., & Fitri, N. A. N. (2020). Pengaruh lingkungan keluarga terhadap perkembangan sosial Emosional Anak Usia Dini. *SELING (Jurnal Program Studi PGRA)*, 6(1), 84–88.
- Wijianto, W., & Ulfa, I. F. (2016). Pengaruh Status Sosial dan Kondisi Ekonomi Keluarga terhadap Motivasi Bekerja bagi Remaja Awal (Usia 12-16 Tahun) di Kabupaten Ponorogo. *Al Tijarah*. <https://doi.org/10.21111/tijarah.v2i2.742>
- Yulastini, N. W. D., & Putra, M. S. (2015). Pengaruh Kelelahan Emosional Terhadap Kepuasan Kerja Guru SMK di Denpasar. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 4(4), 943–959.