

Persepsi Sosial dan Kognisi Sosial: Perspektif Psikologi dalam Dinamika Sosial

Bayu Satria¹, Neviyarni S²

Program Studi Magister Psikologi, Universitas Negeri Padang
e-mail: bayusatria@student.unp.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara persepsi sosial dan kognisi sosial dalam memahami dinamika interaksi sosial. Persepsi sosial mencakup pengamatan dan penafsiran terhadap orang lain melalui isyarat sosial seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan konteks situasional. Di sisi lain, kognisi sosial berfokus pada pemrosesan informasi sosial, termasuk pembentukan stereotip, atribusi, dan bias kognitif. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan mengkaji berbagai referensi akademik dan empiris terkait kedua konsep tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi antara persepsi sosial dan kognisi sosial memainkan peran penting dalam pembentukan kesan, pengambilan keputusan sosial, dan pengelolaan hubungan interpersonal. Pemahaman mendalam tentang kedua konsep ini memberikan wawasan untuk meningkatkan kualitas komunikasi dan mengurangi bias dalam interaksi sosial sehari-hari, khususnya di lingkungan yang kompleks dan dinamis.

Kata Kunci: *Kognisi Sosial, Persepsi Sosial, Psikologi Sosial.*

Abstract

This study aims to analyze the relationship between social perception and social cognition in understanding the dynamics of social interaction. Social perception includes the observation and interpretation of others through social cues such as facial expressions, body language, and situational context. Social cognition, on the other hand, focuses on the processing of social information, including stereotype formation, attribution, and cognitive biases. This research uses the literature study method, by reviewing various academic and empirical references related to both concepts. The results show that the interaction between social perception and social cognition plays an important role in impression formation, social decision-making, and interpersonal relationship management. An in-depth understanding of these two concepts provides insights to improve the quality of communication and reduce bias in everyday social interactions, particularly in complex and dynamic environments.

Keywords: *Social Cognition, Social Perception, Social Psychology.*

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari, individu terus menilai dan memahami lingkungan sosialnya. Baik disadari maupun tidak, manusia selalu melihat orang lain, memahami apa yang mereka lakukan, dan membuat kesimpulan berdasarkan isyarat sosial yang mereka lihat. Kemampuan untuk memahami dunia sosial melalui pengamatan interaksi, perilaku, dan ekspresi orang lain

dikenal sebagai persepsi sosial. Persepsi sosial tidak terjadi di ruang hampa, namun sangat dipengaruhi oleh proses mental yang lebih dalam yang disebut kognisi sosial.

Persepsi sosial dan kognisi sosial membentuk interaksi sosial dan pengambilan keputusan sehari-hari. Keduanya memengaruhi cara seseorang memikirkan, menyimpan, dan mengelola informasi sosial melalui berbagai mekanisme psikologis, seperti pembentukan stereotip, atribusi, dan pemrosesan otomatis informasi. Seseorang dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana kedua ide ini bekerja sama untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang dinamika psikologis yang memengaruhi perilaku sosial dalam interaksi interpersonal dan kelompok.

Artikel ini akan membahas hubungan antara persepsi sosial dan kognisi sosial, serta implikasinya pada berbagai situasi sosial. Harapannya adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana persepsi dan pemikiran sosial memengaruhi cara manusia berinteraksi dan membuat keputusan dalam lingkungan sosial yang kompleks.

METODE

Artikel ini ditulis dengan menggunakan metode studi literatur, di mana sumber utama yang digunakan adalah buku-buku akademik dan literatur ilmiah yang relevan dengan topik persepsi sosial dan kognisi sosial. Proses penulisan dimulai dengan pengumpulan data dari berbagai referensi literatur psikologi sosial yang membahas konsep persepsi sosial dan kognisi sosial serta hubungan keduanya dalam konteks kehidupan sosial sehari-hari. Buku-buku yang digunakan sebagai referensi Metode ini digunakan untuk mencapai tujuan penulisan artikel yang menyeluruh yang didasarkan pada dasar ilmiah yang kuat dalam studi persepsi sosial dan kognisi sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Persepsi Sosial

Persepsi sosial merupakan proses pengamatan dan interpretasi terhadap orang lain untuk memahami mereka sebagai objek sosial. Proses ini memainkan peran penting dalam interaksi sosial, karena memungkinkan individu untuk membaca dan memahami informasi yang disampaikan melalui perilaku orang lain. Persepsi sosial sangat bergantung pada berbagai isyarat sosial, baik verbal maupun nonverbal, seperti ekspresi wajah, nada suara, gestur tubuh, dan postur. Menurut Aronson et al. (2010), isyarat-isyarat ini memberikan petunjuk penting tentang emosi, niat, dan karakteristik seseorang, yang membantu kita membentuk kesan pertama dan menarik kesimpulan tentang mereka. Robbins (dalam Rahmawati, 2020) menambahkan bahwa persepsi sosial melibatkan proses organisasi dan interpretasi kesan indrawi yang bertujuan memberi makna pada orang lain, sehingga setiap tindakan yang kita amati menjadi lebih mudah dipahami dalam konteks sosial. Sarwono dan Meinarno (2018) berpendapat bahwa Persepsi sosial adalah proses di mana individu memahami, menginterpretasikan, dan mengevaluasi orang lain berdasarkan informasi yang ditangkap oleh panca indera.

Faktor-faktor utama yang memengaruhi persepsi sosial adalah penerima, situasi, dan objek.

Penerima (*Perceiver*)

Faktor penerima merujuk pada karakteristik individu yang mengamati. Sikap, pengalaman, dan konsep diri seseorang sangat memengaruhi cara mereka memahami orang lain. Robbins (dalam Rahmawati, 2020) menyatakan bahwa individu dengan konsep diri tinggi cenderung memandang orang lain secara lebih positif, optimis, dan terbuka. Sebaliknya, individu dengan konsep diri rendah sering kali melihat orang lain dengan sikap pesimistik dan cenderung skeptis. Pengalaman hidup dan nilai-nilai budaya juga memainkan peran penting. Misalnya, seseorang yang tumbuh dalam budaya yang menekankan kerja sama cenderung melihat orang lain sebagai mitra daripada pesaing.

Situasi

Situasi sosial merupakan faktor yang mempengaruhi persepsi individu, di mana lingkungan dan konteks interaksi dapat menentukan bagaimana perilaku orang lain diinterpretasikan (Sarwono & Meinarno, 2018). Lingkungan tempat interaksi berlangsung dapat memengaruhi cara individu memahami perilaku orang lain. Rahmawati (2020) menjelaskan bahwa individu cenderung melakukan seleksi informasi, di mana perhatian lebih diberikan pada aspek-aspek yang menarik atau relevan dengan kebutuhan mereka. Kesamaan, seperti latar belakang budaya atau status sosial, juga memengaruhi bias dalam persepsi. Misalnya, seseorang mungkin lebih mudah memahami atau merasa terhubung dengan individu yang memiliki kesamaan dengan dirinya. Selain itu, organisasi perceptual membantu individu mengelompokkan informasi sosial secara sistematis sehingga memudahkan pemahaman dalam situasi kompleks.

Objek

Objek dalam konteks persepsi sosial merujuk pada individu atau kelompok yang diamati. Objek yang diamati berupa keunikan, intensitas perilaku, dan kedekatan emosional, berkontribusi pada pembentukan persepsi sosial, terutama dalam menarik perhatian dan membentuk kesan (Taylor et al., 2014). Keunikan adalah salah satu ciri yang membuat seseorang menarik perhatian pengamat. Misalnya, seseorang dengan penampilan yang mencolok atau perilaku yang berbeda dari norma sosial cenderung lebih mudah dikenali dan diingat. Kekontrasan, atau perbedaan antara seseorang dengan lingkungannya, juga dapat memengaruhi persepsi. Selain itu, intensitas perilaku, seperti nada suara yang tinggi atau gerakan tubuh yang ekspresif, dapat menambah kesan yang lebih kuat pada pengamat. Kedekatan emosional atau fisik antara pengamat dan objek juga memengaruhi persepsi, di mana hubungan yang lebih dekat cenderung menghasilkan penilaian yang lebih positif (Rahmawati, 2020).

Dengan memahami faktor-faktor ini, kita dapat melihat bagaimana persepsi sosial terbentuk secara kompleks dan beragam, tergantung pada karakteristik pengamat, situasi, dan objek yang diamati. Hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan dinamika sosial dalam memahami dan membangun hubungan interpersonal.

Kognisi Sosial

Kognisi sosial adalah proses mental yang digunakan individu untuk memahami, menyimpan, dan memproses informasi tentang lingkungan sosial mereka. Kognisi sosial mencakup proses mental yang digunakan individu untuk memahami, menyimpan, dan memproses informasi sosial, termasuk persepsi, ingatan, dan penilaian tentang orang lain (Fiske & Taylor, 2017). Menurut Bandura, teori kognitif sosial menonjolkan gagasan bahwa sebagian besar pembelajaran manusia terjadi dalam sebuah lingkungan sosial (Rahmawati, 2022). Proses ini membantu individu menginterpretasikan perilaku orang lain, memahami hubungan sosial, dan membuat keputusan berdasarkan informasi sosial. Taylor (dalam Rahmawati, 2020) mendefinisikan kognisi sosial sebagai kemampuan individu untuk menarik kesimpulan dari informasi sosial di sekitarnya. Kemampuan ini penting untuk membantu seseorang menavigasi interaksi sosial yang kompleks dan memahami bagaimana individu lain berpikir, merasa, dan bertindak.

Aspek-Aspek Kognisi Sosial

Skema

Skema adalah struktur mental yang berfungsi untuk mengorganisasi informasi sosial yang diterima individu. Skema berperan penting dalam kognisi sosial, membantu individu mengorganisasikan informasi sosial dan mempercepat pemahaman terhadap situasi yang kompleks (Baron & Branscombe, 2014). Skema membantu individu memahami situasi sosial dengan lebih cepat dan efisien. Baron dan Byrne (dalam Rahmawati, 2020) menyebutkan bahwa skema terdiri dari beberapa jenis:

- a. **Self-schema:** Skema yang menggambarkan karakteristik individu tentang dirinya sendiri, seperti keyakinan dan atribut pribadi. Misalnya, seseorang yang percaya dirinya seorang pemimpin akan cenderung berperilaku sesuai dengan keyakinan tersebut.
- b. **Person schema:** Skema yang memuat informasi tentang karakteristik orang lain, seperti sifat, kepribadian, atau perilaku khas. Skema ini membantu individu mengategorikan orang lain, misalnya sebagai ramah atau pendiam.
- c. **Skema peran:** Konsep tentang norma dan perilaku yang diharapkan dari individu dalam peran sosial tertentu, seperti dokter yang diharapkan bertindak profesional dan berempati.
- d. **Skema kejadian:** Pengetahuan tentang urutan peristiwa sosial, seperti langkah-langkah dalam wawancara kerja atau acara makan malam formal. Skema ini membantu individu menavigasi situasi sosial dengan memahami apa yang diharapkan terjadi.

Heuristik

Heuristik adalah jalan pintas mental yang digunakan individu untuk mempercepat pengambilan keputusan dalam situasi sosial (Plous, 2022). Meskipun efisien, heuristik sering kali menghasilkan kesimpulan yang tidak akurat. Baron dan Byrne (dalam Rahmawati, 2020) mengidentifikasi beberapa jenis heuristik yang umum digunakan:

- a. **Representasi:** Penilaian berdasarkan kemiripan antara individu dengan stereotip kelompok tertentu. Misalnya, seseorang yang berpakaian formal mungkin langsung diasosiasikan dengan profesi tertentu, seperti pengacara.
- b. **Ketersediaan informasi:** Keputusan yang didasarkan pada seberapa mudah informasi tertentu muncul dalam pikiran. Contohnya, jika seseorang baru saja mendengar berita tentang kejahanatan, ia mungkin lebih cenderung mempersepsikan lingkungan sebagai berbahaya.
- c. **Priming:** Proses di mana eksposur terhadap rangsangan tertentu meningkatkan ketersediaan informasi terkait. Sebagai contoh, membaca artikel tentang empati dapat membuat seseorang lebih peka terhadap tindakan baik orang lain.

Bias Kognitif

Bias kognitif adalah kesalahan sistematis dalam pemrosesan informasi sosial yang dapat memengaruhi pemahaman dan penilaian individu. Sarwono dan Meinarno (dalam Rahmawati, 2020) menjelaskan beberapa jenis bias yang umum:

- a. **Fundamental attribution error:** Kecenderungan untuk mengaitkan perilaku orang lain dengan faktor internal, seperti kepribadian, sambil mengabaikan pengaruh faktor situasional.
- b. **Bias negativitas:** Fokus yang lebih besar pada informasi negatif dibandingkan informasi positif, yang sering kali mengarah pada persepsi yang lebih pesimis tentang orang lain atau situasi.
- c. **Self-serving bias:** Kecenderungan untuk mengatribusi keberhasilan pada faktor internal (seperti kemampuan pribadi) dan kegagalan pada faktor eksternal (seperti situasi yang tidak mendukung).

Kognisi sosial memberikan dasar untuk memahami bagaimana individu berpikir tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan hubungan di antara mereka. Dengan memahami aspek-aspek ini, kita dapat meningkatkan kesadaran akan bagaimana proses mental memengaruhi interaksi sosial, sekaligus meminimalkan bias yang mungkin terjadi. Hal ini penting untuk memperbaiki komunikasi, pengambilan keputusan, dan hubungan interpersonal dalam berbagai konteks kehidupan.

Interaksi Persepsi dan Kognisi Sosial

Persepsi sosial dan kognisi sosial adalah dua proses yang saling melengkapi dalam memahami dan menavigasi lingkungan sosial. Persepsi sosial berfungsi sebagai tahap awal di mana individu mengumpulkan data melalui pengamatan terhadap isyarat sosial, baik verbal maupun nonverbal. Isyarat ini meliputi ekspresi wajah, kontak mata, nada suara, gestur, dan postur tubuh. Informasi ini kemudian diproses oleh kognisi sosial untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam, seperti mengenali emosi, niat, atau karakteristik orang lain. Dengan kata lain, persepsi sosial menyediakan bahan mentah, sementara kognisi sosial bertindak sebagai alat analisis untuk mengolah data tersebut menjadi wawasan yang bermakna.

Knapp et al. (2014) menegaskan bahwa komunikasi nonverbal, seperti kontak mata atau perubahan ekspresi wajah, sering kali menjadi sumber utama informasi sosial. Sebagai contoh, kontak mata dapat diinterpretasikan sebagai tanda perhatian atau ketertarikan, sedangkan ekspresi wajah dapat menunjukkan kebahagiaan, kesedihan, atau kemarahan. Proses kognisi sosial membantu individu menarik kesimpulan dari isyarat-isyarat ini, misalnya dengan mengidentifikasi apakah seseorang bersikap ramah, defensif, atau netral.

Interaksi antara kedua proses ini memungkinkan individu untuk membuat penilaian cepat sekaligus mendalam dalam situasi sosial. Misalnya, dalam sebuah percakapan, persepsi sosial membantu individu mengenali perubahan nada suara atau postur tubuh lawan bicara yang mungkin menunjukkan ketidaknyamanan. Informasi ini kemudian diolah melalui kognisi sosial untuk menarik kesimpulan, seperti menyadari bahwa topik pembicaraan mungkin tidak disukai oleh lawan bicara. Proses ini memungkinkan individu untuk menyesuaikan respons mereka, seperti mengubah topik atau menawarkan klarifikasi, demi menjaga interaksi tetap berjalan lancar.

Selain itu, interaksi antara persepsi dan kognisi sosial juga penting dalam membentuk kesan pertama dan mengambil keputusan sosial. Sebagai contoh, saat bertemu seseorang untuk pertama kalinya, individu mungkin mengamati penampilan fisik, nada suara, atau gaya bicara mereka (persepsi sosial). Informasi ini kemudian diproses oleh kognisi sosial untuk menghasilkan kesimpulan awal, seperti apakah orang tersebut terlihat percaya diri, ramah, atau dapat dipercaya. Meskipun kesan pertama ini bisa berubah seiring waktu, proses awal ini sering kali memengaruhi bagaimana hubungan selanjutnya berkembang.

Pemahaman tentang interaksi antara persepsi dan kognisi sosial juga penting untuk mengurangi bias dan kesalahpahaman dalam hubungan interpersonal. Kolaborasi antara persepsi sosial dan kognisi sosial memungkinkan individu untuk mengurangi ambiguitas dalam interaksi sosial dan membuat penilaian yang lebih tepat (Sanderson, 2010). Dengan menyadari bagaimana kedua proses ini bekerja bersama, individu dapat lebih hati-hati dalam menginterpretasikan isyarat sosial dan mempertimbangkan konteks sebelum menarik kesimpulan. Hal ini dapat membantu meningkatkan kualitas komunikasi, memperkuat hubungan sosial, dan mengurangi potensi konflik dalam interaksi sehari-hari.

KESIMPULAN

Persepsi sosial dan kognisi sosial merupakan dua konsep penting dalam memahami bagaimana individu berinteraksi dan membentuk pemahaman tentang dunia sosial di sekitarnya. Persepsi sosial berfokus pada bagaimana kita menangkap dan menafsirkan informasi sosial melalui isyarat yang kita amati, seperti ekspresi wajah dan perilaku. Sementara itu, kognisi sosial menjelaskan bagaimana kita memproses informasi tersebut di dalam pikiran, membentuk pemahaman, serta mengambil keputusan terkait interaksi sosial. Kedua proses ini bekerja bersama-sama dalam membentuk kesan dan menentukan bagaimana individu merespons situasi sosial.

Pemahaman mendalam tentang hubungan antara persepsi sosial dan kognisi sosial memberikan wawasan tentang bagaimana bias, stereotip, dan atribusi dapat memengaruhi perilaku sosial dan komunikasi antarpribadi. Proses mental yang kompleks ini dapat memengaruhi hubungan antarindividu, baik dalam konteks interpersonal maupun kelompok. Dengan memahami dinamika ini, kita dapat lebih menyadari pengaruh persepsi dan kognisi terhadap interaksi sehari-hari dan mengurangi potensi kesalahpahaman sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aronson, E., Wilson, T. D., & Akert, R. M. (2010). *Social Psychology* (7th ed., pp. 83–115). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2014). *Social Psychology* (14th ed.). Pearson.
- Fiske, S. T., & Taylor, S. E. (2017). *Social Cognition: From Brains to Culture* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Knapp, M. L., Hall, J. A., & Horgan, T. G. (2014). *Nonverbal communication in human interaction* (8th ed.). Wadsworth.
- Plous, S. (2022). *The Psychology of Judgment and Decision Making*. McGraw-Hill Education.
- Rahmawati, I. (2020). *Pengantar Psikologi Sosial*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Rahmawati, I. (2022). Pengaruh persepsi sosial terhadap interaksi antarpribadi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(2), 187–198.
- Sanderson, C. A. (2010). *Social Psychology*. John Wiley & Sons.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2018). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2014). *Social Psychology* (12th ed.). Pearson.