



**Invention: Journal Research and Education Studies  
Volume 7 Nomor 2 July 2026**

The Invention: Journal Research and Education Studies is published three (3) times a year

**(March, July and November)**

**Focus :** Education Management, Education Policy, Education Technology, Education Psychology, Curriculum Development, Learning Strategies, Islamic Education, Elementary Education

**LINK :** <https://pusdikra-publishing.com/index.php/jres>

## Budaya Sungkan Sebagai Praktik Manajemen Emosi Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Untirta Di Ruang Publik

Zahra Aliefa Ramadhanty<sup>1</sup>, Diah<sup>2</sup>, Siti Fera Utami<sup>3</sup>, Agung Fauzi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

### ABSTRACT

Budaya sungkan adalah salah satu nilai sosial yang masih kuat di dalam masyarakat Indonesia dan mempengaruhi cara individu menunjukkan emosi di berbagai situasi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi makna dari budaya sungkan serta menguraikan bagaimana budaya ini berperan dalam pengelolaan emosi mahasiswa di ruang publik dari sudut pandang Aturan Ekspresi. Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan desain etnografi mikro di lingkungan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (Untirta). Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi yang partisipatif, serta dokumentasi terhadap tiga mahasiswa dari Program Studi Pendidikan Sosiologi yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan menggunakan model analisis etnografis yang mencakup analisis domain, taksonomi, komponen, dan tema budaya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa budaya sungkan dipahami sebagai bentuk rasa hormat dan kesadaran dalam menjaga norma kesopanan serta keharmonisan dalam hubungan sosial, bukan sebagai bentuk ketakutan. Praktik budaya sungkan berpengaruh terhadap cara mahasiswa mengendalikan dan menyesuaikan ekspresi emosi, terutama saat berinteraksi dengan orang yang memiliki otoritas lebih tinggi, seperti dosen dan mahasiswa yang lebih senior. Mahasiswa biasanya menahan atau menyesuaikan ekspresi emosi negatif supaya selaras dengan norma sosial yang ada di kampus. Temuan ini mengungkapkan bahwa budaya sungkan berperan sebagai aturan budaya yang membimbing ekspresi emosi seperti yang dijelaskan dalam konsep Aturan Ekspresi, sehingga membentuk cara komunikasi dan interaksi sosial di kalangan mahasiswa dalam konteks akademis.

*Budaya Sungkan, Display Rules, Pengelolaan Emosi, Mahasiswa, Etnografi Mikro.*

### Kata Kunci

Corresponding  
Author:

[2290230037@untirta.ac.id](mailto:2290230037@untirta.ac.id)

## PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat terpisahkan dari interaksi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Dalam proses interaksi ini, individu bertukar informasi dan membangun relasi sosial, tetapi juga melibatkan emosi sebagai bagian penting dalam kehidupan sosial. Emosi

hadir dalam berbagai bentuk, seperti marah, kecewa, malu, senang, takut, dan sedih, yang muncul sebagai reaksi terhadap situasi sosial tertentu. Meskipun demikian, emosi tidak selalu dapat diekspresikan secara terbuka, karena setiap masyarakat memiliki norma sosial dan budaya tentang cara mengekspresikan emosi di depan orang lain (Budiono & Masing, 2022).

Emosi seharusnya tidak hanya dipandang sebagai masalah psikologis pribadi, tetapi juga sebagai hasil dari konstruksi sosial dan budaya yang berkembang di masyarakat. Cara individu menunjukkan marah, kecewa, atau ketidaksukaan dipengaruhi oleh nilai-nilai budaya, norma sosial, dan lingkungan tempat individu tersebut tinggal. Dari sudut pandang psikologi lintas budaya, budaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap bagaimana individu memahami, mengelola, dan menunjukkan emosinya dalam interaksi sosial (Budiono & Masing, 2022). Oleh karena itu, ekspresi emosi tidak bisa dipisahkan dari konteks sosial dan budaya yang melingkupinya.

Masyarakat Indonesia dikenal sebagai masyarakat yang cenderung kolektif, yaitu masyarakat yang lebih mengutamakan hubungan sosial, kebersamaan, dan keharmonisan kelompok dibandingkan dengan kepentingan individu. Dalam budaya yang kolektif, individu didorong untuk menjaga perasaan orang lain dan menghindari konflik terbuka guna mempertahankan hubungan sosial yang harmonis (Markus & Kitayama, 1991).

Kondisi tersebut menyebabkan individu sering kali tidak mengekspresikan perasaan mereka secara terbuka, terutama perasaan negatif seperti kemarahan, kekecewaan, atau ketidaksetujuan. Mereka lebih memilih untuk menahan diri agar tidak dianggap kasar, tidak sopan, atau merugikan hubungan sosial dengan orang lain. Di Indonesia, salah satu aspek budaya yang terkait erat dengan keadaan tersebut adalah budaya "sungkan".

Budaya sungkan merupakan nilai sosial yang mendorong individu untuk bersikap segan, merasa tidak enak, atau berhati-hati dalam berinteraksi dan berbicara kepada orang lain. Budaya ini sangat kuat dalam kehidupan masyarakat Indonesia, terutama di kalangan masyarakat yang menghargai kesopanan, menghormati orang lain, dan menjaga harmoni sosial. Dalam kenyataannya, budaya sungkan sering kali membuat orang memilih untuk diam, menahan pendapat, atau menyembunyikan emosi negatif agar hubungan antarpribadi tetap terjaga dengan baik (Asmadi, 2023).

Fenomena budaya sungkan dapat ditemukan di berbagai ruang sosial, termasuk kampus. Kampus sebagai ruang publik menjadi tempat bertemunya individu dengan latar belakang budaya, karakter, dan pengalaman sosial yang beragam. Interaksi sosial di kampus, seperti diskusi di kelas, kerja kelompok, organisasi mahasiswa, dan hubungan pertemanan sering menciptakan situasi

emosional tertentu. Misalnya, mahasiswa mungkin merasa kecewa ketika anggota kelompok tidak bertanggung jawab, merasa kesal saat pendapatnya terputus dalam diskusi, atau merasa tidak nyaman dengan perilaku teman sebaya. Namun, tidak semua mahasiswa menyampaikan ketidakpuasan atau emosi mereka secara terbuka.

Beberapa mahasiswa memilih untuk tetap diam, menahan kemarahan, menghindari konflik, atau mengekspresikan perasaan mereka secara tidak langsung melalui media sosial, sindiran, atau cerita kepada teman dekat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan emosi mahasiswa dipengaruhi oleh norma sosial dan budaya yang ada di lingkungan mereka. Dalam konteks budaya sungkan, individu sering merasa tidak enak jika harus mengungkapkan ketidaksetujuan secara langsung karena takut dianggap tidak sopan, merusak hubungan sosial, atau menyakiti perasaan orang lain.

Fenomena ini berkaitan dengan konsep *display rules* yang diungkapkan oleh Paul Ekman. Konsep ini menjelaskan bahwa setiap budaya memiliki aturan tersendiri tentang kapan, bagaimana, dan kepada siapa emosi dapat diekspresikan. Meskipun emosi bersifat universal, cara seseorang mengekspresikannya dipengaruhi oleh budaya yang dianut (Ekman, 1992).

Dalam budaya Timur dan masyarakat kolektivistik, individu umumnya lebih mengendalikan ekspresi emosinya dibandingkan dengan masyarakat Barat yang cenderung lebih terbuka dalam menampilkan emosi. Penelitian mengenai ekspresi emosi di kalangan masyarakat Jawa menunjukkan bahwa orang Jawa biasanya menahan ekspresi marah dan lebih memilih untuk tetap tenang demi menjaga nilai kesopanan sosial (Kurniawan & Hasanat, 2017).

Selain itu, penelitian mengenai emosi lintas budaya juga menunjukkan bahwa kelompok masyarakat tertentu mengajarkan individu untuk mengekspresikan emosi dengan cara yang lebih halus, tenang, dan tidak bersifat konfrontatif. Sejak kecil, budaya sudah mengajarkan individu bagaimana cara menampilkan emosi dalam konteks sosial. Oleh karena itu, orang yang dibesarkan dalam budaya yang menghargai kesopanan cenderung lebih terbiasa menahan emosi dibandingkan dengan mereka yang berasal dari budaya yang lebih terbuka dan ekspresif.

Fenomena budaya sungkan dalam kehidupan mahasiswa juga dapat dianalisis melalui pandangan dramaturgi yang dikemukakan oleh Erving Goffman. Dalam pendekatan ini, kehidupan sosial dipandang sebagai sebuah pertunjukan di mana individu berupaya menunjukkan kesan tertentu di hadapan orang lain. Mereka mengelola perilaku, bahasa, dan ekspresi emosi agar tetap diterima dalam lingkungan sosialnya. Melalui perspektif ini, mahasiswa dapat dipahami sebagai aktor sosial yang berusaha menjaga citra

diri melalui tindakan sopan, tenang, dan pengendalian ekspresi emosi mereka di ruang publik kampus.

Dalam konteks budaya sungkan, mahasiswa sering kali menunjukkan ekspresi yang berbeda antara apa yang mereka rasakan dengan apa yang mereka tunjukkan kepada orang lain. Mereka mungkin tersenyum, terlihat tenang, atau menunjukkan persetujuan dalam diskusi meskipun sebenarnya merasakan kekecewaan, kemarahan, atau ketidaknyamanan. Tindakan ini dilakukan untuk menjaga hubungan sosial, melindungi citra diri, serta menghindari konflik secara terbuka di depan orang banyak. Dengan begitu, budaya sungkan bukan hanya menjadi kebiasaan sosial semata, tetapi juga merupakan bentuk pengelolaan kesan dalam interaksi sosial mahasiswa.

Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Untirta menjadi subjek yang menarik untuk diteliti karena mereka hidup dalam lingkungan sosial yang beragam dengan berbagai latar belakang budaya seperti Jawa, Sunda, Betawi, dan daerah lainnya. Tingginya tingkat interaksi sosial melalui diskusi kelas, organisasi mahasiswa, kerja kelompok, serta kegiatan akademik lainnya memungkinkan munculnya berbagai bentuk pengelolaan emosi dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, mahasiswa Pendidikan Sosiologi juga memiliki kedekatan dengan isu-isu sosial, sehingga menarik untuk melihat bagaimana mereka memahami dan menerapkan budaya sungkan dalam interaksi sosial mereka.

Penelitian mengenai emosi sejauh ini lebih banyak menyoroti perspektif psikologi individual, sementara studi tentang emosi sebagai hasil konstruksi sosial budaya masih cukup terbatas, terutama dalam konteks budaya sungkan di kalangan mahasiswa. Padahal, budaya memiliki dampak besar terhadap cara individu memahami, mengontrol, dan mengekspresikan emosi mereka dalam kehidupan sosial. Selain itu, penelitian mengenai budaya sungkan dalam konteks kehidupan mahasiswa juga masih jarang berlangsung, terutama di kalangan mahasiswa Pendidikan Sosiologi Untirta.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami bagaimana budaya sungkan berperan sebagai praktik pengelolaan emosi mahasiswa di ruang publik kampus. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam bidang Kajian Sosiologi Emosi, terutama mengenai hubungan antara budaya lokal, interaksi sosial, presentasi diri, dan praktik pengelolaan emosi dalam kehidupan mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis lebih dalam melalui dua pertanyaan penelitian utama: (1) Bagaimana budaya sungkan membentuk praktik manajemen emosi mahasiswa Pendidikan Sosiologi Untirta di ruang publik? dan (2) Bagaimana mahasiswa Pendidikan Sosiologi Untirta

mengekspresikan dan mengelola emosi dalam situasi sosial yang memunculkan rasa sungkan?

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain etnografi mikro, yang dipilih karena fenomena budaya sungkan bersifat kultural, kontekstual, dan tertanam dalam praktik sosial sehari-hari sehingga tidak dapat ditangkap secara memadai melalui instrumen kuantitatif (Spradley, 1980). Melalui desain ini, peneliti dapat memahami makna, pola, serta strategi pengelolaan emosi dari sudut pandang subjek (*native's point of view*). Dalam penelitian ini, lokasi penelitian berada di berbagai ruang publik di lingkungan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (Untirta), Kota Serang, Banten, yang meliputi ruang formal seperti ruang kelas dan perpustakaan, serta ruang informal seperti kantin, koridor kampus, dan warung kopi di sekitar kampus. Pemilihan lokasi tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa ruang-ruang tersebut merupakan arena utama terjadinya interaksi sosial antarmahasiswa yang memungkinkan praktik budaya sungkan muncul secara alamiah. Adapun penelitian dilaksanakan selama satu bulan pada Maret 2025 dengan tahapan yang meliputi studi pendahuluan dan penyusunan instrumen pada minggu pertama, pengumpulan data pada minggu kedua dan ketiga, serta analisis data dan penyusunan laporan pada minggu keempat.

Selanjutnya, subjek penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Sosiologi Untirta, minimal berada pada semester dua, serta mampu merefleksikan pengalaman budaya sungkan dalam interaksi sosial sehari-hari. Berdasarkan kriteria tersebut, ditetapkan tiga informan utama yang masing-masing merepresentasikan karakteristik berbeda, yaitu individu dengan kecenderungan reflektif-kalkulatif, individu yang tertutup dan cenderung menghindari konfrontasi, serta individu dengan tingkat empati tinggi yang disertai kecemasan terhadap penolakan kelompok. Untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai konteks budaya kampus, penelitian ini juga melibatkan dua informan pendukung, yakni seorang dosen dan seorang tokoh senior di lingkungan program studi.

Pengumpulan data dilakukan melalui dua teknik utama, yaitu wawancara mendalam semi-terstruktur (*in-depth interview*) dan observasi partisipatif dengan tingkat moderate participation (Spradley, 1980). Wawancara dilakukan satu kali kepada masing-masing informan utama dengan durasi sekitar 45-60 menit menggunakan pedoman wawancara yang disusun berdasarkan konstruk budaya sungkan, manajemen emosi, dan teori dramaturgi Goffman. Seluruh

proses wawancara direkam atas persetujuan informan dan selanjutnya ditranskripsikan secara verbatim untuk memudahkan proses analisis. Sementara itu, observasi dilakukan selama periode penelitian dengan mencatat berbagai ekspresi nonverbal, gestur, serta situasi yang memicu munculnya perilaku sungkan secara sistematis ke dalam field notes yang terdiri atas catatan deskriptif dan reflektif. Sebagai pelengkap, teknik dokumentasi turut digunakan untuk mendukung dan memperkuat keabsahan data yang diperoleh di lapangan.

Selanjutnya, data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis etnografis yang dikembangkan oleh Spradley (1980) melalui empat tahapan. Tahap pertama adalah domain analysis untuk mengidentifikasi kategori budaya (folk terms) yang digunakan mahasiswa dalam memaknai sungkan. Tahap berikutnya, taxonomic analysis dilakukan untuk mengorganisasikan domain ke dalam sistem klasifikasi sehingga hubungan antarelemen budaya dapat dipahami secara lebih sistematis. Setelah itu, componential analysis digunakan untuk menemukan kontras antarkategori dan mengungkap atribut yang membedakan berbagai bentuk praktik sungkan. Pada tahap akhir, theme analysis diterapkan untuk mengidentifikasi tema budaya yang lebih luas dalam menjelaskan fungsi budaya sungkan sebagai praktik manajemen emosi secara keseluruhan. Seluruh proses analisis dilaksanakan dengan menerapkan prinsip reflektivitas etnografis, yakni peneliti secara terus-menerus merefleksikan posisi, asumsi, serta keterlibatannya selama proses interpretasi data agar hasil analisis yang dihasilkan tetap kontekstual dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan wawancara mendalam dan observasi yang dilakukan, penelitian ini melibatkan tiga informan utama yang dipilih melalui metode *purposive sampling*. Seluruh informan merupakan mahasiswa aktif dari Program Studi Pendidikan Sosiologi Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (Untirta) yang sudah menyelesaikan minimal dua semester, sehingga mereka memiliki pengalaman berinteraksi dalam lingkungan akademik serta sosial di kampus. Ketiga individu dipilih karena memiliki karakteristik dan pengalaman yang berbeda terkait praktik budaya sungkan dalam keseharian mereka.

**Tabel 1.**

**Karakteristik Informan Penelitian**

| <b>Kode Informan</b> | <b>Lingkungan Sosial Interaksi</b> | <b>Karakteristik Sikap</b> |
|----------------------|------------------------------------|----------------------------|
| Informan 1           | Ruang kelas, kerja                 | Cenderung reflektif dan    |

|            |  |   |
|------------|--|---|
|            | kelompok, interaksi dengan dosen dan mahasiswa senior  | penuh pertimbangan sebelum berbicara  |
| Informan 2 | Kelas diskusi, organisasi atau kepanitiaan kampus, serta komunikasi dengan pihak berotoritas | Cenderung tertutup ( <i>anxious</i> ) dan menghindari konfrontasi secara langsung.                      |
| Informan 3 | Presentasi kelas, kerja kelompok, dan dinamika pertemanan                                    | Memiliki empati tinggi ( <i>highly empathetic</i> ) dan cenderung khawatir terhadap penolakan kelompok. |

Sumber: Hasil pengolahan peneliti (2026).

Karakteristik dari informan ini menunjukkan adanya variasi dalam pola interaksi sosial dan kecenderungan perilaku yang memberikan kesempatan bagi peneliti untuk memahami praktik budaya sungkan dari perspektif yang berbeda-beda. Perbedaan dalam karakteristik ini juga memberikan informasi bahwa pengalaman sungkan tidak hanya dipengaruhi oleh konteks tertentu, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana individu memahami hubungan sosial di lingkungan kampus.

Melalui analisis data dengan pendekatan etnografi mikro, penelitian ini menghasilkan empat temuan utama yang terkait dengan pembentukan budaya sungkan dan pengelolaan emosi mahasiswa dalam konteks publik kampus.

**Tabel 2.**

**Ringkasan Temuan Utama Penelitian**

| No. | Temuan  | Deskripsi   |
|-----|---|---|
| 1   | Internalisasi budaya sungkan                        | Budaya sungkan dimaknai sebagai rasa segan dan kesadaran etis untuk menjaga kenyamanan serta menghormati orang lain, bukan sebagai bentuk rasa takut.             |
| 2   | Gradasi budaya sungkan berdasarkan relasi sosial    | Intensitas sungkan paling tinggi muncul dalam relasi dengan dosen, diikuti mahasiswa senior, dan lebih rendah pada teman sebaya yang memiliki kedekatan personal. |
| 3   | Pengaruh budaya sungkan terhadap aktivitas akademik | Mahasiswa cenderung menahan pertanyaan, kritik, maupun pendapat yang berbeda demi menjaga hubungan sosial dan menghindari konflik.                                |
| 4   | Strategi pengelolaan emosi                          | Mahasiswa menekan ekspresi emosi negatif di ruang publik dan lebih memilih mengungkapkannya dalam situasi yang dianggap aman atau kepada orang yang dipercaya.    |

Keempat temuan ini menunjukkan bahwa budaya sungkan berfungsi tidak hanya sebagai norma sosial yang memengaruhi perilaku, tetapi juga sebagai panduan bagi mahasiswa dalam mengekspresikan emosi saat berinteraksi dengan orang lain. Seluruh individu menyakini bahwa budaya sungkan merupakan bentuk rasa hormat, ketidaknyamanan, dan upaya menjaga keharmonisan dalam hubungan interpersonal. Salah satu individu menyatakan bahwa ia sering kali memilih untuk tidak berbicara karena khawatir bahwa kata-katanya bisa menyinggung atau membuat orang lain merasa tidak nyaman. Individu lainnya juga menambahkan bahwa ia lebih memilih untuk diam jika belum memahami materi kuliah daripada mengambil risiko dengan mengajukan pertanyaan yang dianggap kurang tepat.

Temuan ini menunjukkan bahwa budaya sungkan telah menjadi bagian dari norma sosial yang memengaruhi cara mahasiswa mengekspresikan emosinya. Hal ini sejalan dengan gagasan tentang aturan ekspresi yang dikemukakan oleh Paul Ekman, yang menjelaskan bagaimana budaya mengatur cara orang menunjukkan, menyembunyikan, atau mengubah ekspresi emosional mereka berdasarkan norma yang ada dalam masyarakat. Dalam konteks studi ini, budaya sungkan berperan sebagai alat sosial yang mendorong mahasiswa untuk menyesuaikan ekspresi emosional demi menjaga kesopanan dan keharmonisan dalam interaksi.

Hasil penelitian juga mengungkap adanya variasi dalam tingkat budaya sungkan yang diperoleh dari hubungan sosial. Mahasiswa cenderung merasa lebih sungkan saat berkomunikasi dengan dosen yang memiliki otoritas akademik dibandingkan saat berinteraksi dengan mahasiswa senior atau teman sebaya. Dalam hubungan yang bersifat hierarkis, mahasiswa lebih selektif dalam menyampaikan pendapat, kritik, atau ketidaksetujuan, karena menghormati norma penghormatan terhadap mereka yang memiliki posisi lebih tinggi.

Fenomena ini menunjukkan bahwa penerapan aturan ekspresi sangat dipengaruhi oleh konteks sosial dan kedudukan lawan bicara. Semakin tinggi status sosial seseorang dalam interaksi, semakin sering mahasiswa berusaha menahan ekspresi emosinya. Oleh karena itu, budaya sungkan berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang membantu individu menjaga hubungan interpersonal sesuai dengan nilai kesopanan yang berlaku di dunia akademis.

Dalam konteks akademik, budaya sungkan terlihat memengaruhi keberanian mahasiswa untuk aktif berpartisipasi. Para informan mengaku memilih untuk tidak mengajukan pertanyaan saat menghadapi kesulitan memahami materi karena khawatir dianggap kurang cakap dalam belajar. Dalam kegiatan kelompok, mahasiswa juga cenderung menghindari kritik

langsung kepada anggota yang kurang berkontribusi demi menjaga hubungan yang baik. Di luar aktivitas akademik, budaya sungkan juga memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk menjalin hubungan sosial baru, karena mereka merasa ragu untuk memulai percakapan atau bergabung dengan kelompok yang belum akrab.

Selain memengaruhi cara berkomunikasi, budaya sungkan juga berhubungan erat dengan pengelolaan emosi mahasiswa. Ketika merasa kecewa, marah, atau tidak nyaman, mahasiswa lebih suka menahan emosi tersebut di tempat umum, dan baru mengungkapkannya kepada teman dekat atau melalui refleksi pribadi setelah situasi berakhir. Pola ini menunjukkan bahwa emosi tidak dihilangkan, melainkan diatur cara dan waktu penyampaiannya agar tetap sesuai dengan norma sosial yang ada.

Dari sudut pandang aturan ekspresi, strategi ini adalah salah satu bentuk pengaturan ekspresi emosi yang dibentuk oleh budaya. Mahasiswa masih merasakan emosi secara internal, namun memilih untuk menyesuaikan ekspresi yang tampil di depan orang lain agar tidak merusak keharmonisan sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa budaya sungkan bertindak sebagai pedoman sosial yang membentuk cara individu mengelola dan mengekspresikan emosi dalam kehidupan sehari-hari.

## **KESIMPULAN**

Budaya sungkan terbukti berfungsi sebagai mekanisme sosial yang membentuk cara mahasiswa mengelola dan mengekspresikan emosi dalam interaksi sehari-hari di ruang publik kampus. Nilai ini tidak dipahami sebagai bentuk ketakutan, melainkan sebagai kesadaran untuk menjaga etika, menghormati orang lain, dan mempertahankan keharmonisan dalam hubungan sosial. Dalam praktiknya, budaya sungkan mendorong mahasiswa untuk menyesuaikan cara mereka menunjukkan emosi sesuai dengan konteks hubungan sosial yang ada, khususnya dalam hubungan yang hierarkis. Temuan ini memperkuat konsep Aturan Ekspresi yang menjelaskan bahwa ekspresi emosi tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi pribadi, tetapi juga oleh norma budaya yang ada dalam suatu lingkungan sosial. Dengan demikian, budaya sungkan memiliki peran krusial dalam membentuk cara komunikasi dan pengelolaan emosi mahasiswa, serta menunjukkan bahwa nilai-nilai budaya lokal tetap penting dalam memahami dinamika interaksi sosial di ranah pendidikan tinggi.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Asmadi, K. (2023). BUDAYA SUNGKAN: TRADISI UNIK YANG MEMBELENGGU? <https://www.froyonion.com/news/esensi/budaya-sungkkan-tradisi-unik-yang-membelenggu>
- Budiono, L. A., & Masing, M. (2022). Emosi Dalam Perspektif Lintas Budaya. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 2(1), 579-584.
- Ekman, P. (1992). *Facial Expression and Emotion*.
- Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.
- Kurniawan, A. P., & Hasanat, N. U. (2017). Perbedaan Ekspresi Emosi Pada Beberapa Tingkat Generasi Suku Jawa di Yogyakarta. *JURNAL PSIKOLOGI*.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- Roshadi, B. A., Rahardjo, T., & Gono, J. N. (2024). Radaptasi Budaya Kolektivis Mahasiswa Indonesia. *Interaksi Online*, 13(1), 436-449.
- Patawari, M. Y. (2020). Adaptasi budaya pada mahasiswa pendatang di kampus Universitas Padjadjaran Bandung. *Jurnal Manajemen Komunikasi*, 4(2), 103.
- Hanif, F. D., Oktafiani, R. A., Rachmawati, D. K., & Sasikirana, T. V. (2025). People Pleaser Behavior within the Perspective of Sungkan: A Psycho-Anthropological Interpretation. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 27(2), 249-259.
- Wibawa, E. A., Mulyani, H., & Darmawan, R. (2023). Pengaruh Interaksi Mahasiswa Dan Kehadiran Dosen Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring [the Effect of Student Interaction and Lecturer Presence on Student Satisfaction in Online Learning]. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 19(1), 75-95.
- Budiarto, Y. (2019). Studi awal atribusi dan emosi malu pada remaja: Analisis survei kualitatif. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 139-161.
- Hochschild, A. R. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. University of California Press.
- Koentjaraningrat. (2009). *Pengantar ilmu antropologi (Edisi revisi)*. Rineka Cipta.
- Neal, M. R., & Espinoza, B. D. (2023). The hidden labors of adult learning: Emotional, gendered, and the intersection of adult education. *Adult Learning*, 34(2), 82-91.