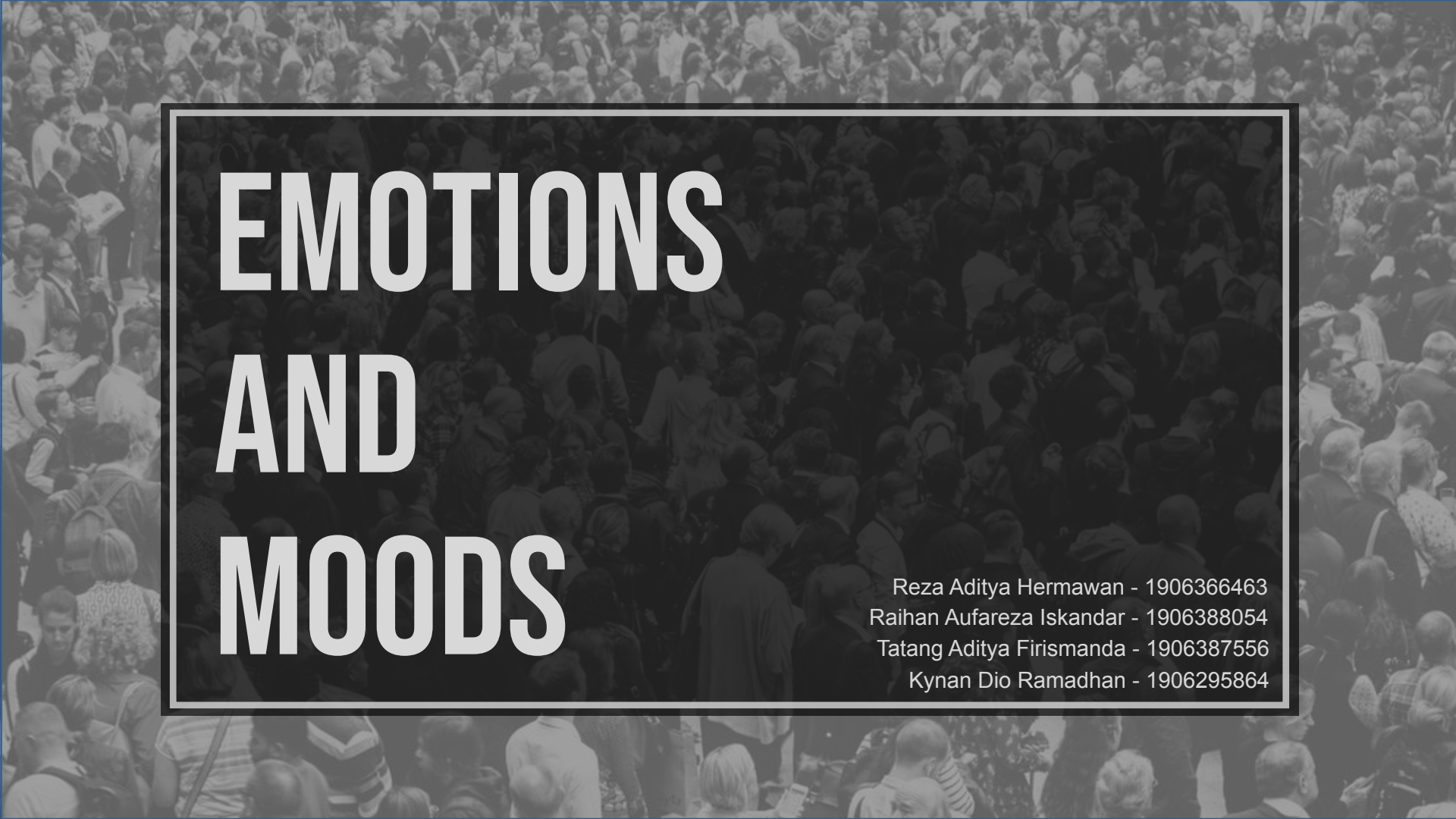




EMOTIONS AND MOODS

Reza Aditya Hermawan - 1906366463
Raihan Aufareza Iskandar - 1906388054
Tatang Aditya Firismanda - 1906387556
Kynan Dio Ramadhan - 1906295864

PRESENTATION OVERVIEW

LO 1 - DIFFERENTIATE BETWEEN EMOTIONS AND MOODS

LO 2 - SOURCES OF EMOTIONS AND MOODS

LO 3 - EMOTIONAL LABOR

LO 4 - AFFECTIVE EVENT THEORY

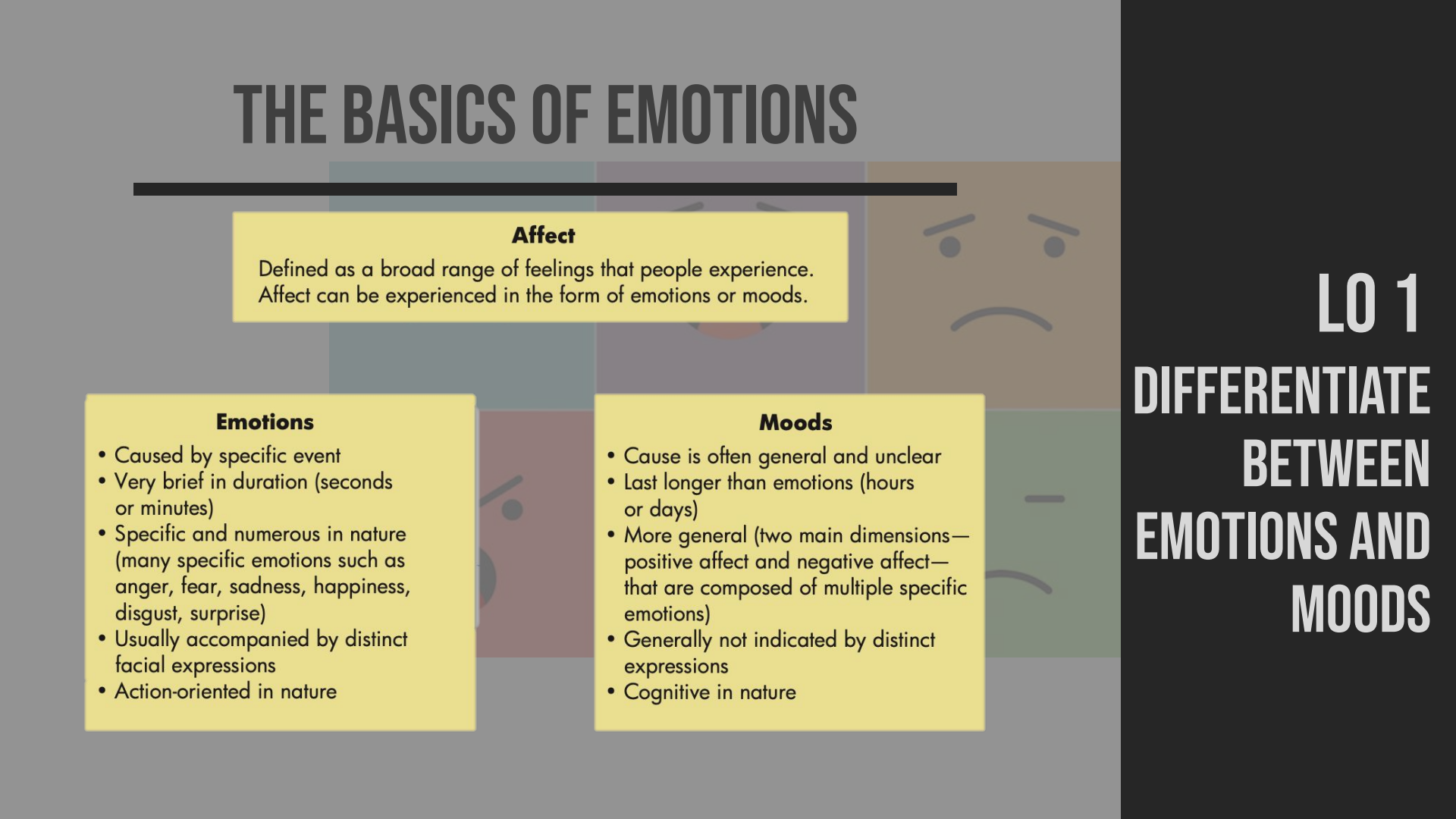
LO 5 - EMOTIONAL INTELLIGENCE

LO 6 - IDENTIFY STRATEGIES FOR EMOTION REGULATION

LO 7 - OB APPLICATION OF EMOTIONS AND MOODS



THE BASICS OF EMOTIONS



Affect

Defined as a broad range of feelings that people experience.
Affect can be experienced in the form of emotions or moods.

Emotions

- Caused by specific event
- Very brief in duration (seconds or minutes)
- Specific and numerous in nature (many specific emotions such as anger, fear, sadness, happiness, disgust, surprise)
- Usually accompanied by distinct facial expressions
- Action-oriented in nature

Moods

- Cause is often general and unclear
- Last longer than emotions (hours or days)
- More general (two main dimensions—positive affect and negative affect—that are composed of multiple specific emotions)
- Generally not indicated by distinct expressions
- Cognitive in nature

LO 1
DIFFERENTIATE
BETWEEN
EMOTIONS AND
MOODS



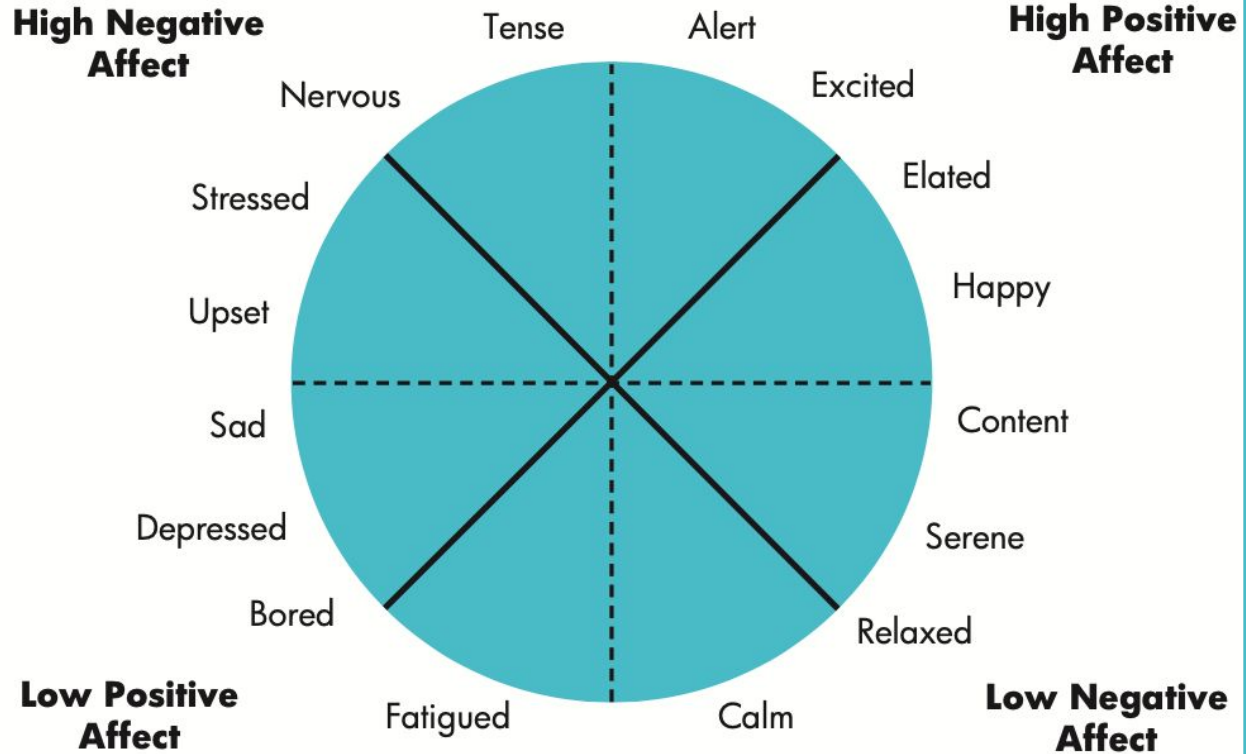
MORAL EMOTIONS

Emosi yang memiliki
implikasi moral karena
penilaian instan kita
terhadap situasi yang
memicu.

THE BASICS OF MOODS

POSITIVE AFFECT :
DIMENSI MOOD YANG
TERDIRI DARI EMOSI
POSITIF TERTENTU

NEGATIVE AFFECT :
DIMENSI MOOD YANG
TERDIRI DARI EMOSI
NEGATIVE TERTENTU



THE FUNCTIONS OF EMOTIONS

DO EMOTIONS MAKE US IRRATIONAL?

DO EMOTIONS MAKE US ETHICAL?



LO 2

SOURCES OF EMOTIONS & MOODS

UNMAINTAINABLE

KEPRIBADIAN

AFFECT INTENSITY

UMUR

JENIS KELAMIN

MAINTAINABLE

WAKTU DALAM SEHARI

PERBEDAAN HARI

CUACA

ILLUSORY CORRELATION

STRES

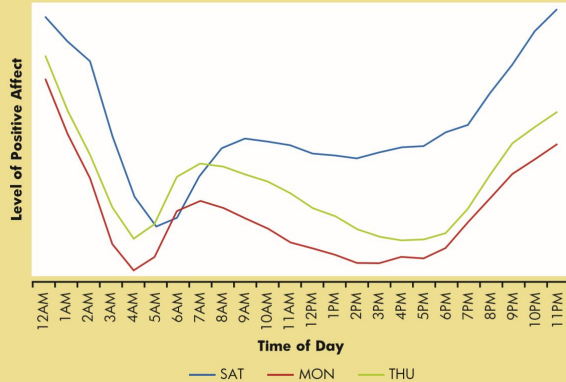
AKTIVITAS SOSIAL

OLAH TUBUH

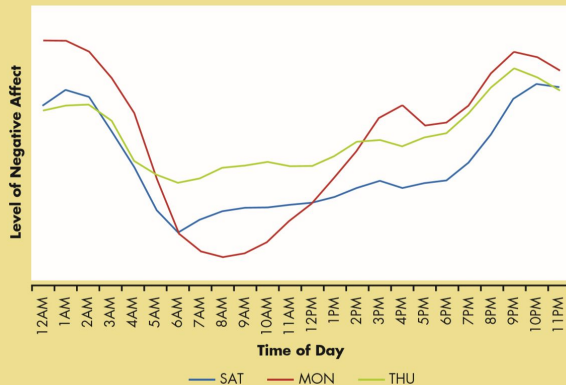
WAKTU TIDUR

STUDIES BASED ON TWEETS

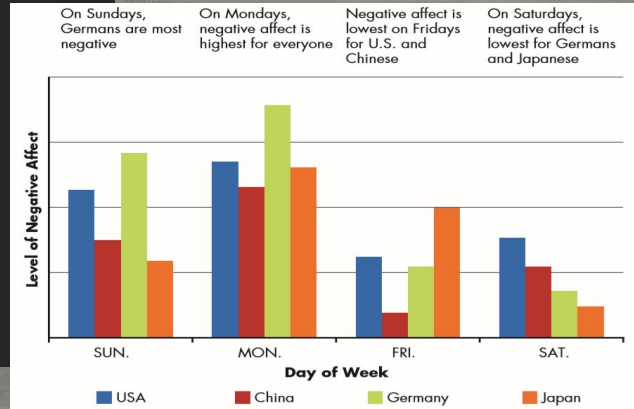
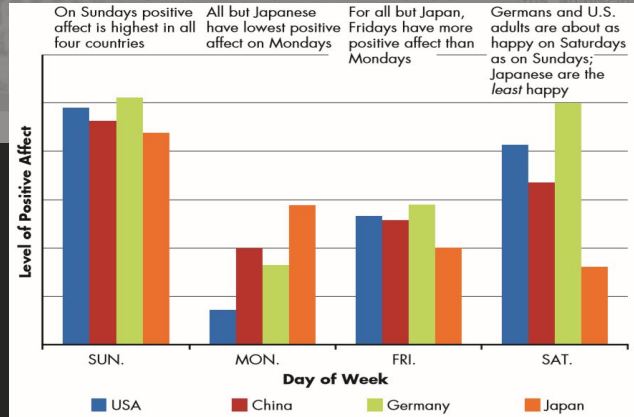
SUMBER: OB 17TH EDITION, ROBBINS



SUASANA
HATI
PENDUDUK
AS PADA
JAM YANG
BERBEDA



EFEK
PERBEDAAN
HARI PADA
MOOD
PENDUDUK
DI 4
NEGARA
BERBEDA



LO 3

EMOTIONAL LABOR



MINDFULNESS



LO 4

AFFECTIVE EVENT THEORY



LO 5 EMOTIONAL INTELLIGENCE

PRO

**BETTER COMMUNICATION
INFLUENCE TEAM MEMBERS
HANDLE THE SITUATION BETTER
UNDER PRESSURE
MAKES DECISIONS A LOT FASTER**

CONTRA

**PASSIVE-AGGRESSIVE
COMMUNICATION
BEING CLOSED TO FEEDBACKS
DISASSOCIATION THUS REDUCING
EFFICIENCY**

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI REGULASI EMOSI

CIRI KEPRIBADIAN: INDIVIDU YANG MEMILIKI CIRI KEPRIBADIAN NEUROTICISM MEMILIKI LEBIH BANYAK KESULITAN DALAM MELAKUKAN REGULASI EMOSI DAN MENGONTROL SUASANA HATI MEREKA

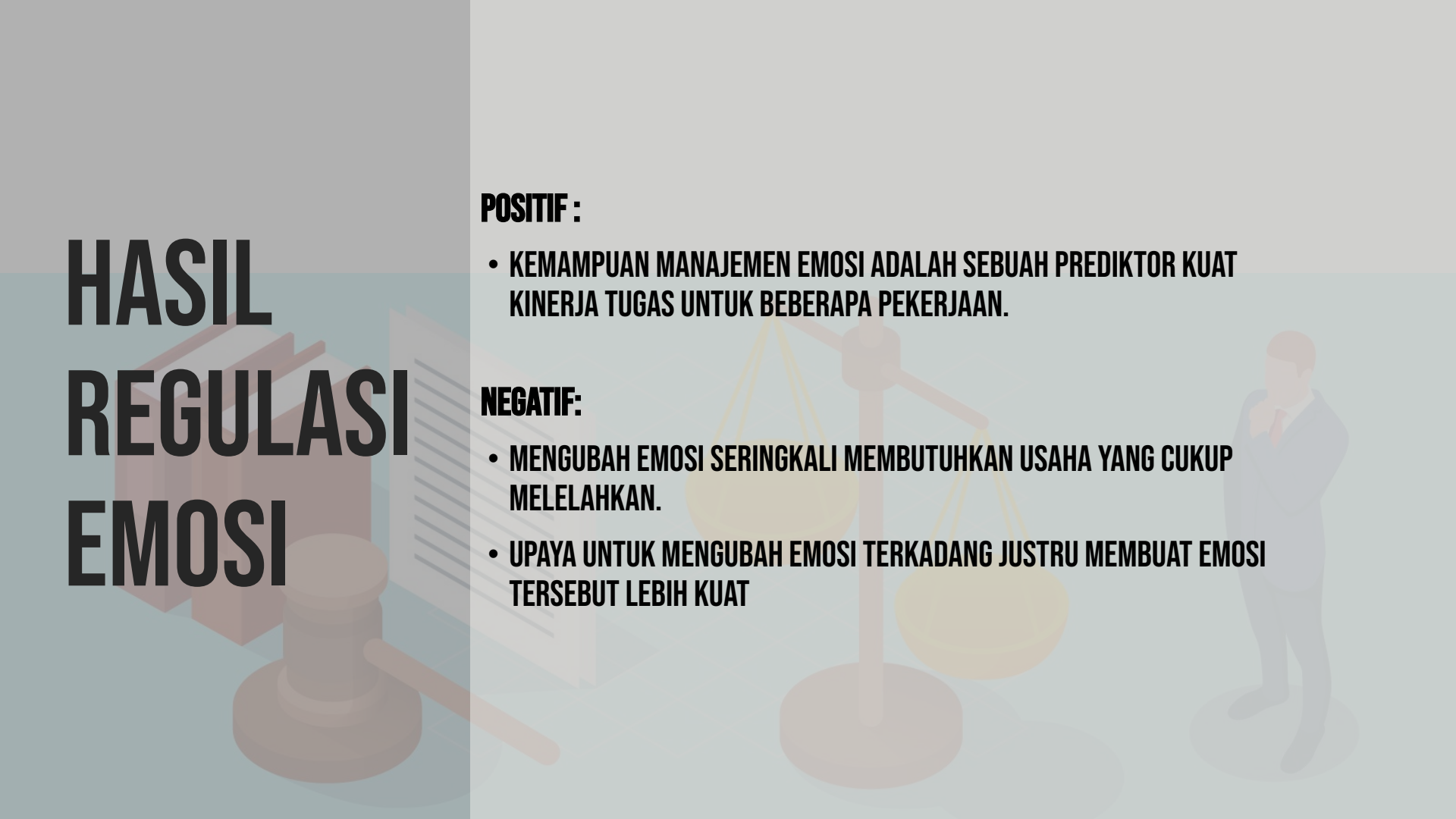
TINGKAT HARGA DIRI : ORANG-ORANG YANG MEMILIKI TINGKAT HARGA DIRI YANG TINGGI CENDERUNG BERUSAHA MEMPERBAIKI SUASANA HATI MEREKA.

LINGKUNGAN KERJA : KERAGAMAN DALAM KELOMPOK KERJA MENINGKATKAN KEMUNGKINAN UNTUK MENGATUR EMOSI.

KERAGAMAN RASIAL : KEBERAGAMAN RASIAL DAPAT MENYEBABKAN KITA MENGATUR EMOSI SECARA LEBIH SADAR DAN EFEKTIF.

LO 6
IDENTIFY
STRATEGIES
FOR EMOTION
REGULATION

HASIL REGULASI EMOSI



POSITIF :

- KEMAMPUAN MANAJEMEN EMOSI ADALAH SEBUAH PREDIKTOR KUAT KINERJA TUGAS UNTUK BEBERAPA PEKERJAAN.

NEGATIF:

- MENGUBAH EMOSI SERINGKALI MEMBUTUHKAN USAHA YANG CUKUP MELELAHKAN.
- UPAYA UNTUK MENGUBAH EMOSI TERKADANG JUSTRU MEMBUAT EMOSI TERSEBUT LEBIH KUAT

TEKNIK REGULASI EMOSI

FACE ACTING: SECARA HARFIAH "MEMASANG WAJAH" YANG MENYESUAIKAN RESPONS UNTUK SITUASI TERTENTU.

DEEP ACTING: MENCOBA UNTUK SEOLAH-OLAH MENGALAMI EMOSI YANG DIINGINKAN.

EMOTIONAL SUPPRESSION: MENEKAN RESPONS EMOSIONAL AWAL TERHADAP SITUASI UNTUK MEMFASILITASI PEMIKIRAN PRAKTIS DALAM JANGKA PENDEK

COGNITIVE REAPPRAISAL: MEMBINGKAI KEMBALI Pandangan kita tentang situasi emosional.

SOCIAL SHARING: KETERBUKAAN UNTUK MENGEKSPESIKAN EMOSI DENGAN ORANG LAIN.



ETIKA REGULASI EMOSI

REGULASI EMOSI MEMILIKI IMPLIKASI ETIKA YANG PENTING.

- **DI SATU SISI, BEBERAPA ORANG MUNGKIN BERPENDAPAT BAHWA MENGENDALIKAN EMOSI TIDAK ETIS KARENA MEMERLUKAN TINDAKAN TERTENTU.**
- **DI SISI LAIN, BEBERAPA YANG LAIN MUNGKIN BERPENDAPAT BAHWA SEMUA EMOSI HARUS DIKENDALIKAN SEHINGGA KITA DAPAT MENGAMBIL PERSPEKTIF YANG TIDAK MEMIHAK.**

KEDUA ARGUMEN INI MEMILIKI PRO DAN KONTRA ETIS YANG HARUS KITA PUTUSKAN SENDIRI.



LO 7

OB APPLICATION OF EMOTIONS AND MOODS

SELEKSI
PENGAMBILAN KEPUTUSAN
KESELAMATAN DI TEMPAT
KERJA
PELAYANAN PELANGGAN

PERILAKU MENYIMPANG

LEADERSHIP

SIKAP KERJA
NEGOSIASI
KREATIVITAS
MOTIVASI

ORGANIZATIONAL
GOALS



CONTRADICTIONARY STATEMENTS

PENGAMBILAN KEPUTUSAN

NEGATIVE MOODS DAPAT MENGHASILKAN *OUTPUT* KEPUTUSAN YANG POSITIF.

KREATIVITAS

MOODS POSITIF DAN NEGATIF KEDUANYA MENGHASILKAN KREATIVITAS.

NEGOSIASI

AMARAH YANG NOTABENNYA ADALAH *MOOD* NEGATIVE, BISA MEMBUAT PROSES NEGOSIASI LEBIH EFEKTIF.

