

ANCAMAN STEREOTIPE

Retno Setyaningsih

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

Abstract

People are often judged or stereotyped according to their group membership, such as because his ethnicity, race, gender, age, or religious affiliation. Negative stereotypes often cause negative responses, which can manifest themselves in the stereotyped individual's reactions, performance on a task, motivation, and self-esteem. Stereotype threat is a situational experience in which an individual feels defenseless and pressured by the risk of confirming or being judged by a stereotype. This article attempts to review the mechanisms of how stereotype threat negatively impacts performance outcomes and how to keep away from it based on several studies. Furthermore, this article also offers a number of research possibilities on this domain.

Keywords: stereotype threat, performance

Pendahuluan

Apa yang muncul di pikiran ketika melihat pengemis berbaju bersih dan masih muda? Ada berbagai kategori yang dapat secara tiba-tiba muncul, salah satunya adalah *pemalas*. Contoh lain adalah ketika bertemu seorang lansia, kategori yang dikenakan kepadanya adalah *lamban*, *suka mengomel*, *pelupa*, atau *sakit-sakitan*. Kategori-kategori itu menjadi bahan pertimbangan sebelum seseorang melanjutkan interaksi, namun demikian hal itu adalah salah satu bentuk bias kognisi dalam interaksi interpersonal sehingga tidak jarang berdampak negatif. Bias itu timbul dalam proses asosiasi kategori individu berdasarkan keanggotaannya dalam suatu kelompok. Fenomena ini dikenal dengan stereotipe. Selain kemunculannya bisa terjadi secara otomatis, stereotipe juga berhubungan dengan *prejudice* dan perilaku diskriminasi. *Inevitability of prejudice perspective* menyatakan bahwa selama stereotype itu masih ada, *prejudice* akan mengikuti (Devine, 1989). Pendekatan ini menyatakan bahwa stereotipe secara otomatis akan dikenakan kepada anggota kelompok, dan

pengetahuan mengenai stereotipe ini berhubungan dengan *prejudice* yang diarahkan pada kelompok tersebut dan tidak jarang memunculkan perilaku diskriminasi.

Hamilton & Hewstone (2007) menyatakan bahwa stereotipe merupakan struktur kognitif yang berisi pengetahuan, keyakinan, dan harapan seseorang tentang suatu kelompok sosial tertentu. Sebagai struktur kognitif yang berisi harapan tentang suatu kelompok, stereotipe memandu seseorang untuk memberi perhatian yang besar terhadap informasi yang konsisten dengan harapan tersebut, mempengaruhi bagaimana informasi dikonstruksikan, dan dapat mempengaruhi bagaimana harus berperilaku terhadap anggota kelompok tertentu. Misalnya, perempuan distereotipekan kurang kompeten dalam ranah publik dan laki-laki tidak perlu mengurus sector domestik (pekerjaan rumah tangga). Perempuan yang sukses dalam berkarir akan mendapat perhatian lebih, karena itu dipandang merupakan penyimpangan stereotipe. Apabila perempuan yang sukses itu mengalami kegagalan dalam rumah tangga maka penilaian terhadapnya akan ditekankan pada stereotipe domestik, bahwa ia telah melanggar sektor itu sehingga mengakibatkan rumah tangganya berantakan. Laki-laki, sebagai kepala keluarga pun banyak yang melakukan kekerasan terhadap perempuan hanya karena stereotipe bahwa perempuan dalam rumah tangga harus patuh pada kehendak suaminya.

Penelitian mengenai stereotipe di budaya barat lebih banyak membahas tentang stereotipe yang dikenakan pada orang kulit hitam, dan proses atau dampak stereotipe yang terjadi dalam hubungan antar kelompok. Misalnya menguji bagaimana sebuah keputusan diambil oleh seseorang sebagai asosiasi dari keberadaan suatu stereotipe tertentu. Namun demikian, penelitian lebih banyak difokuskan untuk mengkaji dari sudut pandang pelaku (pemberi/pengguna stereotipe). Perkembangan terbaru dalam penelitian stereotipe adalah melihat dampak stereotipe dari sisi individu atau kelompok yang menjadi target stereotipe (Fiske & Taylor, 2008). Dampak yang mungkin muncul pada target adalah *attributional ambiguity* yakni ketika target bingung apakah penyebab perlakuan berbeda yang diterimanya berasal dari dirinya atau dari keanggotaannya dalam kelompok. Apabila target mengatribusi adanya diskriminasi berasal dari dirinya secara terus menerus dimungkinkan self esteem target akan terganggu.

Dampak lain yang mendapat perhatian besar adalah fenomena Ancaman Stereotipe yakni munculnya kecurigaan pada individu bahwa dirinya akan dinilai berdasarkan stereotipe negatif kelompoknya daripada penilaian akan kualitas dirinya

secara pribadi (Steele and Aronson, 1995). Smith (2004) menyatakan bahwa, "Stereotype threat is a situational experience in which an individual feels vulnerable and pressured by the possibility of confirming or being judged by a stereotype." Hal yang mendapat perhatian di sini adalah persepsi adanya ancaman atau tekanan akan konfirmasi mengenai stereotipe individu karena menjadi anggota kelompok tertentu. Sebagai contoh, dalam pertandingan sepakbola piala AFF 2010 antara Indonesia lawan Malaysia, pemain Timnas Indonesia mendapatkan tekanan luar biasa yang berasal dari tingginya harapan rakyat akan kemenangan Indonesia. Ada kemungkinan muncul kekhawatiran kalah dalam pertandingan bukan disebabkan persepsinya mengenai perbedaan skill antar pemain, namun lebih pada pemain mengidentifikasi dirinya sebagai orang Indonesia yang dikenai stereotipe "jago kandang" yang artinya hanya mungkin menang di kandang sendiri. Apabila pertandingan harus digelar di kandang Malaysia. Atlet yang mengalami ancaman stereotipe akan merasa jutaan pasang mata orang Malaysia sedang berusaha melegitimasi stereotipe tersebut. Apa yang terjadi bila pemain mengalami hal ini, jawaban yang mungkin muncul ada dua, yaitu pemain berusaha mati-matian berjuang agar tetap *well being* atau sebaliknya performance-nya akan menurun.

Ilustrasi di atas menggambarkan bahwa stereotype threat dapat berdampak negatif pada *performance* individu. Berangkat dari pemikiran itu, tulisan ini akan mengupas lebih jauh mengenai bagaimana proses dan dampak Ancaman Stereotipe pada *performance* individu. Tulisan ini ingin berusaha menjawab tiga pertanyaan yaitu: apa dampak ancaman stereotipe pada *performance*, bagaimana proses ancaman stereotipe dapat memperburuk *performance*, dan bisakah dihindari.

Berbicara mengenai dampak negatif ancaman stereotipe pada *performance*, berbagai penelitian mencoba mengkaji hal ini. Ancaman stereotipe mampu memperburuk pencapaian tes akademik mahasiswa *African American* (Steele and Aronson, 1995). Adanya stereotipe bahwa menjadi tua berarti mengalami penurunan fungsi kognitif mampu membuat *performance* lansia dalam tes kognitif menjadi memburuk ketika ia merasa sedang akan dibandingkan dengan orang yang jauh lebih muda darinya (Abrams, Eller, & Bryant, 2006). Stereotipe bahwa perempuan tidak cocok menjadi insinyur membuat *performance* mahasiswi teknik yang berinteraksi dengan kelompok *sexist man* (kelompok laki-laki yang sangat peduli dengan peran gender, dan menunjukkan perilaku yang ingin lebih dominan terhadap perempuan) dalam *engineering test* lebih buruk ketika dibandingkan dengan mahasiswi yang berinteraksi dengan *nonsexist men*, dan kondisi penurunan ini tidak muncul saat tes

bahasa Inggris, karena perempuan tidak distereotipekan negatif dalam area bahasa (Logel, Walton, Spencer, Iserman, Hippel, & Bell, 2009). Banyak penelitian mengkaji bagaimana ancaman stereotype perempuan dalam pelajaran Matematika, dua diantaranya menunjukkan bahwa ancaman tersebut mampu membuat perempuan mengalami penurunan kinerja *working memory* (Schmader & Johns, 2003, dikutip dalam Singletary et al, 2009), dan juga mengalami kesulitan dalam melakukan *encoding* terhadap materi Matematika ke dalam memori, hanya mampu belajar sedikit rumus Matematika, serta menunjukkan performance yang rendah dalam tes Matematika (Rydell, Rydell, & Boucher, 2010).

Sebagai tambahan, selain ancaman stereotype berdampak negatif pada performance, Inzlicht & Kang (2010) menemukan adanya fenomena *stereotype threat spillover* yaitu sebuah situasi yang menimbulkan dilema bagi individu di mana ketika individu berusaha *coping* dengan ancaman stereotype negatif membuatnya kurang mampu melaksanakan tugas-tugas yang membutuhkan kontrol diri secara penuh. Ancaman stereotype juga memiliki efek yang berkelanjutan pada area lain bahkan yang tidak berhubungan dengan domain stereotype, setelah seseorang berhasil keluar dari situasi yang mengancamnya. Perempuan yang sedang menjalani tes matematika dan menyadari adanya ancaman stereotype mengenai performancenya menjadi lebih agresif dan melemahkan kontrolnya terhadap asupan makanan untuk dirinya. Kedua temuan menjadi dasar simpulan bahwa tekanan yang berat dan terus menerus bisa berdampak pada problem sosial seperti agresivitas dan obesitas. Temuan lain adalah hanya dengan mengingat situasi adanya *ancaman stereotype* mampu membuat individu mengambil keputusan yang beresiko atau melemahkan kemampuannya mengambil keputusan secara rasional. Temuan lebih lanjut adalah bahwa ketika individu berusaha *coping* terhadap *stereotype threat*, sesuai dengan hasil tes *electroencephalography*, proses *coping* ini secara langsung mempengaruhi kontrol perhatian individu dan berimplikasi pada tidak efisiennya monitoring terhadap *performance*.

Hal yang tidak kalah penting dalam kajian kognisi sosial mengenai *ancaman stereotype* ini adalah pertanyaan mengenai bagaimana proses terjadinya penurunan *performance* pada individu karena pengaruh ancaman stereotype tersebut. Steele, Spencer, and Aronson (2002, dikutip dalam Jamieson & Harkins, 2010) menyatakan bahwa secara sederhana ancaman stereotype dapat berpengaruh buruk pada *performance* individu melalui tiga komponen yakni kognitif, afektif, dan motivasional.

Secara kognitif, kapasitas *working memory* individu akan menurun karena adanya ancaman ini. Secara afektif ancaman stereotype menimbulkan kecemasan, dan kecemasan yang tinggi memperburuk performance. Secara motivasional individu berusaha menghindari situasi yang mengkonfirmasi kategori stereotype kelompoknya, sehingga membuat individu merasa kesulitan untuk menyelesaikan problem bila benar-benar harus berada pada situasi yang mengancam. Penelitian selanjutnya lebih mengembangkan bagaimana proses itu terjadi dalam domain kognitif.

Integrated process model memandang ancaman stereotype sebagai stressor dan bisa merusak performance intelektual karena individu memberikan tiga respons yang berbeda terhadapnya, baik disengaja maupun tidak. Respons pertama dan bersifat tidak disengaja adalah respons stress secara fisiologis muncul saat orang dengan segaja ingin keluar dari stressor ancaman stereotype tersebut melalui kewaspadaan penuh individu tentang performancenya dan bagaimana ia harus meregulasi kognisi dan emosinya. Ketiga respons tersebut membutuhkan sejumlah kontrol dari individu secara penuh, padahal kontrol tersebut juga dibutuhkan individu untuk menampilkan performansi yang baik pada tes akademiknya. Jadi boleh dikatakan, individu yang mendapat ancaman stereotype berusaha mati-matian untuk *coping* namun di sisi lain kemampuannya untuk mengeluarkan potensinya dalam tes menjadi melemah (Inzlight & Kang, 2010).

Self categorization theory menyatakan bahwa individu secara subjektif mengidentifikasi dirinya dengan kelompok (Turner 1985 dalam Fiske & Talyor, 2008). Identifikasi ini berdampak pada secara kognitif individu akan mudah mengaktifkan kategori-kategori yang relevan dengan identifikasi dirinya, terutama saat kategori itu menjadi isyarat yang sangat menonjol. Berdasarkan perpektif ini, individu yang sangat kuat mengidentifikasi dirinya dengan kelompok adalah pihak yang paling rentan mengalami ancaman stereotype apabila stereotype yang dibebankan pada kelompoknya adalah negatif. Kekuatan identifikasi individu sebagai anggota suatu kelompok dan stereotype yang bersifat negatif menjadi mediator apakah ancaman stereotype disadari atau tidak. Semakin kuat identifikasi individu dan setereotype untuk kelompok adalah negatif maka semakin kuat individu menyadari keberadaan ancaman stereotype ini, melemahkan fokus perhatian individu pada kemampuan dirinya secara pribadi dan lebih pada bagaimana berusaha menghindari agar stereotype kelompoknya tidak dapat dikonfirmasi. Schmader (2002, dikutip dalam Singletary et al, 2009) menemukan bahwa perempuan yang sangat kuat mengidentifikasikan dirinya sebagai perempuan merasakan tekanan yang lebih tinggi saat menjalani tes matematika. Studi

dari Armenta (2010) menemukan bahwa *Latinos* yang distereotipekan negatif pada kemampuannya dalam Matematika menunjukkan performance yang lebih buruk dibandingkan dengan *Asian American* yang diberi stereotype positif dalam domain tersebut. Temuan itu sejalan dengan Thompson dan Kiang (2010), yang membuktikan bahwa *model minority stereotype* yang ditujukan pada kelompok *Asian American* yakni pekerja keras, cerdas dan pendiam, membuat orang *Asian American* yang menyadari adanya stereotype ini memiliki prestasi akademik dan kemampuan menyesuaikan diri yang lebih baik, dibandingkan orang yang mengabaikan adanya stereotype pada kelompoknya tersebut.

Persepsi adanya *potential evaluation* merupakan faktor yang penting dalam menjelaskan mengapa ancaman stereotype bisa mempengaruhi performance (Jamieson & Harkins, 2010). Ketika perempuan ditempatkan dalam kondisi yang membuatnya tahu bahwa ada evaluasi mengenai performancenya dalam matematika dan dibandingkan dengan kelompok laki-laki, maka performance-nya lebih buruk jika dibandingkan dengan perempuan yang diberi pernyataan bahwa identitasnya anonim dalam mengerjakan tes matematika. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi adanya evaluasi menjadi faktor yang mempengaruhi kesadaran individu akan adanya stereotype threat dan mempengaruhi performancenya. Apabila tidak ada persepsi mengenai potensi individu di evaluasi maka ancaman stereotype menjadi melemah dan tidak berdampak pada performance.

Gambaran mengenai buruknya dampak *ancaman stereotype* pada performance target menantang banyak peneliti untuk mencari jalan bagaimana menghindari terjadinya dampak tersebut. Singletary et al (2009) mengemukakan beberapa cara menurunkan stereotype threat dalam situasi eksperimen yang bisa diaplikasikan dalam konteks sosial yang riil, yaitu:

- *reframing the task*. *Reframing* dalam eksperimen dilakukan dengan merubah instruksi sehingga individu tidak mempersepsikan adanya ancaman stereotype. Dalam kehidupan nyata, individu sendirilah yang harus melakukan reappraisal terhadap sebuah situasi menjadi lebih positif dan menurunkan ancaman.
- *deemphasizing threatened social identities*, *Deemphasizing* dilakukan dengan memindah pertanyaan identitas pada bagian akhir dari tes sehingga individu bisa berkerja secara maksimal.
- *providing role models*, Perempuan juga bisa diberi contoh tentang kesuksesan perempuan lain dalam bidang yang dirinya distereotipekan tidak mampu, misalnya

perempuan yang berhasil menjuarai olimpiade matematika, contoh-contoh ini akan lebih menguatkan identitasnya sebagai individu dan melemahkan aktivasi stereotype negatif dalam domain tersebut.

- *having test administered by a member of stigmatized group*, Tes yang diberikan oleh individu yang berasal dari kelompok yang sama akan menurunkan ancaman stereotype yang dirasakan, namun ini sulit diaplikasikan karena dalam kehidupan nyata misalnya pendidikan atau seleksi biasanya semua kelompok bercampur tanpa ada pemisahan.

- *providing external attribution for difficulty*. Merubah atribusi terhadap situasi test menjadi eksternal mampu menurunkan ancaman stereotype yang dirasakan, misalnya ketika individu mengatribusikan bahwa tes yang dijalannya memang benar-benar sulit dan membutuhkan usaha keras akan lebih baik daripada mengatribusi bahwa kesulitan yang dialami adalah karena dia memang tidak mampu.

- *assuring that individual are capable* yakni meyakinkan bahwa individu mampu atau memiliki kompetensi yang bagus bisa meningkatkan kepercayaan diri individu dalam mengerjakan tes.

Cara terakhir yang dikemukakan Singletary et al yakni meyakinkan individu akan kemampuannya diperkuat oleh temuan penelitian dari Rydell, Connell, & Beilock (2009), yang menyatakan bahwa dengan mengaktivasi positive self-relevant stereotype pada individu bisa menghambat aktivasi identitas kelompok, meningkatkan kapasitas working memory, dan pada akhirnya meningkatkan performance. Misalnya perempuan mengaktivasi stereotype dirinya adalah mahasiswa yang cerdas dalam penelitian mampu membuat performance-nya menjadi meningkat. Aktivasi ini bisa dilakukan dengan mentraining perempuan untuk memiliki sikap yang positif terhadap kemampuan yang dimiliki (Forbes & Schmader, 2010). Sikap yang positif ini memang tidak secara langsung mempengaruhi performance pada tes matematika, namun ia mempengaruhi peningkatan kapasitas working memory dan motivasi perempuan dalam mengerjakan tes matematika meskipun ia sedang mengalami ancaman stereotype.

Secara ringkas, hasil-hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa ancaman stereotype berdampak buruk pada performance, terutama pada kemampuan matematika pada perempuan dan kemampuan kognitif lansia saat harus menjalani tes bersamaan dengan kelompok usia yang jauh lebih muda. Faktor yang mempengaruhi terjadinya penurunan performance adalah munculnya kecemasan individu, penurunan working memory, kuatnya individu berusaha menghindari situasi tersebut atau usaha

penyempitan untuk coping terhadap ancaman stereotipe itu sehingga menurunkan kemampuan kontrol terhadap penyelesaian problem tes yang dihadapi, kuatnya individu mengidentifikasi dirinya sebagai anggota kelompok, dan persepsi bahwa dirinya sebagai anggota kelompok sedang dievaluasi dan dibandingkan dengan kelompok kompetitornya. Kondisi tersebut bisa dihindari dengan berbagai cara, terutama dengan mengaktifkan *positive self-relevant stereotype* pada individu, dengan latihan menumbuhkan sikap positif terhadap kemampuan yang dimiliki sebagai individu, atau dengan mereappraisal situasi ancaman menjadi lebih positif, ketiga cara itu berpeluang besar bisa diaplikasikan dalam kehidupan nyata sehari-hari.

Serangkaian studi tersebut masih terbatas pada domain penilaian terhadap kompetensi kognitif khususnya Matematika. Tantangan untuk penelitian selanjutnya adalah penelitian seharusnya bisa memanipulasi kondisi ancaman stereotipe pada berbagai domain yang lain dengan tes yang lebih komprehensif, misalnya apakah ancaman stereotipe bisa berdampak pada domain afektif atau pada domain motorik seperti pada atlet. Partisipan penelitian lebih banyak adalah mahasiswa dan sebagian adalah lansia, sehingga butuh pengujian apakah fenomena *stereotype threat* ini juga dialami oleh anak-anak atau remaja, mengingat proses membuat kategorisasi secara kognitif merupakan proses alamiah pada individu semenjak ia dilahirkan. Terakhir, fenomena *ancaman stereotipe spillover* juga menarik untuk dikaji lebih lanjut, mampukah ancaman stereotipe menimbulkan problem pada area hubungan interpersonal yang melibatkan domain kognitif dan afektif misalnya dalam *romantic relationship*, mengingat banyak kasus pemilihan pasangan lebih ditekankan pada ingrup dibandingkan outgrup.

Daftar Pustaka

- Abrams, D., Eller, A., & Bryant, J. (2006). An Age Apart: The effect of intergenerational Contact and Stereotype Threat on Performance and Intergroup Bias. *Psychology and Aging, 21, 4*, 691-702
- Armenta, B. E. (2010). Stereotype Boost and Stereotype Threat Effects: The Moderating Role of Ethnic Identification. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 16, 1*, 94-98.
- Devine, P. G. (1989). Stereotypes and Prejudice: Their Automatic and Controlled Components. *Journal of personality and social Psychology, 56, 1*, 5-18.

- Fiske, S. T., & Taylor, S.E. (2008). *Social Cognition From Brains to Culture*. New York: McGraw-Hills.
- Forbes, C. E., & Schmader, T. (2010). Retraining Attitudes and Stereotypes to Affect Motivation and Cognitive Capacity Under Stereotype Threat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99, 5, 740–754.
- Hamilton, D. L., & Hewstone, M. (2007). Conceptualising Group Perception, A 35-year evolution. In Miles Hewstone, Henk A. W. Schut, John B. F. de Wit, Kees van den Bos, and Margaret S. Stroebe. *The Scope of Social Psychology Theory and applications Essays in honour of Wolfgang Stroebe* (pp. 87-106). Hove: Psychology Press.
- Inzlicht, M., & Kang, S. K. (2010). Stereotype Threat Spillover: How Coping With Threats to Social Identity Affects Aggression, Eating, Decision Making, and Attention. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99, 4, 467–481.
- Jamieson, J. P., & Harkins, S. G. (2010). Evaluation is Necessary to Produce Stereotype Threat Performance Effect. *Social Influence*, 1-12.
- Logel, C., Walton, M. G., Spencer, S. J., Iserman, E. C., Hippel, W., & Bell, A. E. (2009). Interacting with sexist men triggers social identity threat among female engineers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 6, 1089–1103.
- Rydell, R. J., Rydell, M. T., & Boucher, K. L. (2010). The Effect of Negative Performance Stereotypes on Learning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99, 6, 883–896
- Rydell, R. J., Connell, A. R., & Beilock, S.L. (2009). Multiple Social Identities and Stereotype Threat: Imbalance, Accessibility, and Working Memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 5, 949-966.
- Singletary, S. L., Ruggs, E. N., Hebl, M. R., & Davies, P. G. (2009) Literature Overview: Stereotype Threat: Causes, Effects, and Remedies. *SWE-AWE CASEE Overviews*. Retrieved (2010, December, 16) from <http://www.AWEonline.org>.
- Smith, J. L. (2004). Understanding the Process of Stereotype Threat: A Review of Mediational variables and New Performance Goal Directions. *Educational Psychology Review*, 16, 3, 177-206.

- Steele, C. M., & Aronson, J. (1995). Stereotype threat and the intellectual test performance of African Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 797–811.
- Thompson, T. L., & Kiang, L. (2010). The Model Minority Stereotype: Adolescent Experiences and Links With Adjustment. *Asian American Journal of Psychology*, 1, 2, 119–128.