

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Utas Balasan Media Postingan ulang

pratiwi.cristin 12/04/2024

Ah kasus GM ya?
Ini tentang mereka yang ikutan ketawa padahal perbuatan "pimpinan-nya" tercela. Kenapa mayoritas tidak mengecam padahal sudah tahu salah?
Fenomena ini sangat bisa dijelaskan dalam konteks neuroscience. Ini berkaitan dengan fungsi otak, emosi dan dinamika sosial.
Btw, saya sangat menyangkan dan ada konsekuensi sangat besar bagi Bapak yang diolok dan masyarakat. Berikut alasannya berdasar ilmu otak dan ilmu saraf.

achmad.fatkur 12/04/2024

Dear MbK Dosenku @pratiwi.cristin , bolehkah dibantu dijelaskan dari sudut pandang neuroscience tentang fenomena "mayoritas" yang ngakak-ngakak itu mbk?

959 148 217 154

achmad.fatkur 12/04/2024

Dear MbK Dosenku @pratiwi.cristin , bolehkah dibantu dijelaskan dari sudut pandang neuroscience tentang fenomena "mayoritas" yang ngakak-ngakak itu mbk?

959 148 217 154

pratiwi.cristin 12/04/2024

Dalam konteks sosial, orang sering kali mengikuti perilaku kelompok untuk merasa diterima. Ketika seseorang dengan status tinggi, seperti ulama besar, melakukan sesuatu (meski salah), orang cenderung mengabaikan moralitas dan ikut tertawa karena takut dianggap berbeda atau tidak menghormati figur tersebut. Ada tekanan sosial yang dihadapi.

229 8 21 11

Threads 11.283 tayangan

pratiwi.cristin 01/13

Mengapa kamu merasa puas jika orang yang tidak sejalan dengan kamu celaka? jawabannya DOPAMIN. Dalam otak orang yang fanatik, aktivitas religius seperti doa atau ritual sering memicu pelepasan dopamin yang memberikan perasaan nyaman. Ketika mereka melihat kejadian yang dianggap sesuai dengan keyakinan mereka (misalnya, bencana dianggap sebagai azab), mereka mendapat semacam "reward emosional" yang memperkuat keyakinan mereka.
Kok jadi ga ada empati ya? disebut dehumanisasi.

20 3 3 1

pratiwi.cristin 01/13

Dehumanisasi (menganggap orang lain kurang manusiawi) adalah hasil aktivitas di bagian otak seperti di area prefrontal cortex yang menurunkan empati terhadap kelompok luar. Dalam kasus ini, bencana yang menimpa orang lain dianggap "layak" karena mereka tidak mengikuti aturan moral yang sama.

12 1 2

Threads 13.912 tayangan

pratiwi.cristin 12/12/2024

Pernah Terjebak Dengan Debat Gak Penting? Capek ga sih?
Sering nggak sih, diskusi sama teman malah jadi debat panas, padahal sebenarnya kalian ngomongin hal yang sama? Kenapa ya ini bisa terjadi? Yuk, kita bahas dari sisi neurosains!

173 44 16 9

Balasan Lihat aktivitas >

pratiwi.cristin 12/12/2024

Jadi, di otak kita ada bagian yang namanya amigdala, tugasnya ngatur emosi. Nah, kalau kita merasa ide kita diabaikan atau nggak dihargai, amigdala hijack bisa terjadi. Itu bikin kita jadi defensif dan debat terus, walau sebenarnya nggak perlu. Intinya? Ego kita yang tersinggung, bukan logikanya.

30 2 1

pratiwi.cristin 12/12/2024

Tapi tunggu dulu, ini juga ada hubungannya sama prefrontal cortex, bagian otak yang ngatur logika. Kadang, otak kita nggak sinkron antara emosi dan logika, jadi debat deh.

16 1

Threads
13.912 tayangan

pratiwi.cristin 12/12/2024

Tapi tunggu dulu, ini juga ada hubungannya sama prefrontal cortex, bagian otak yang ngatur logika. Kadang, otak kita nggak sinkron antara emosi dan logika, jadi debat deh.

16 1

pratiwi.cristin 12/12/2024

Terus, kenapa kita sering salah paham?

1. Persepsi dan Framing – Kalau aku ngomong 'hemat', kamu mikir hemat waktu, aku mikir hemat biaya. Sama-sama benar, tapi fokus kita beda.
2. Bias Kognitif – Otak kita punya kebiasaan mencari hal yang mendukung opini kita, namanya confirmation bias. Jadi, walau argumen sama, kita tetap cari celah buat debat.
3. Efek Negativitas – Otak manusia lebih sensitif sama kritik daripada pujian. Kalau ada satu kata nggak cocok, fokus kita malah ke situ."

24 1 1

Threads
12.484 tayangan

pratiwi.cristin 12/27/2024

DMN ini tugasnya menyusun informasi dari pengalaman, memori, dan ide yang pernah kamu pikirkan sebelumnya. Jadi, saat kamu nggak mikirin apa-apa, otakmu sebenarnya sibuk banget bikin koneksi baru. Lalu tiba-tiba kamu dapat momen "AHA!!" Itu. Lihat orang-orang kreatif bekerja, terkadang aneh kan? mereka banyak jalan-jalan, rebahan, main game, atau lama banget di WC (ngapain coba???) tapi tiba-tiba ada aja ide yang muncul.

12 1

pratiwi.cristin 12/27/2024

Makanya, kalau kamu lagi stuck atau kehabisan ide, coba deh istirahat sebentar. Jalan-jalan, dengerin musik, atau sekadar duduk santai. Karena sering banget, ide terbaik itu muncul justru pas kamu nggak ngapa-ngapain.

Biarkan otakmu bersantai!
Mumpung liburan Nataru, santai aja dulu. Semoga dapat ide segar buat tahun 2025.
Biasanya momen "AHA!!" kamu kapan?share pengalaman kamu yuk.

17 2 1

Threads
11.283 tayangan

pratiwi.cristin 01/13

Apa kaitan mirror neuron ini dengan empati? Ketika kita melihat seseorang tersenyum, menangis, atau merasa sakit, mirror neuron membantu otak "mencerminkan" perasaan tersebut. Misalnya, saat melihat seseorang terluca, kita bisa "merasakan" sakitnya meskipun tidak benar-benar mengalaminya. Proses ini adalah dasar biologis dari empati.

12 1 2 1

pratiwi.cristin 01/13

Tapi ingat, empati itu bisa dilatih! Kalau kita lihat bencana, yuk mulai dengan berpikir, "Bagaimana ya rasanya kalau aku ada di posisi mereka?" Bukan malah nge-judge atau bikin narasi yang tidak ada dasarnya.

Jadi, daripada sibuk menyalahkan atau menghakimi, yuk jadikan bencana sebagai pengingat untuk bantu sesama. Karena di akhir hari, kita semua manusia, kita semua butuh cinta. Setuju? Drop your thoughts di komen, ya!

Jadilah terang dunia...

30 2

Threads
11.283 tayangan

pratiwi.cristin 01/13

Keyakinan bahwa bencana adalah "azab" dapat menjadi cara untuk memproses ketakutan akan ketidakpastian. Otak manusia sering merasa tidak nyaman dengan situasi di luar kendali, sehingga menciptakan narasi bahwa bencana adalah akibat dari tindakan tertentu memberikan rasa kontrol atau "penjelasan."

12 1 2

pratiwi.cristin 01/13

Sikap tidak manusiawi ini bertentangan dengan nilai dasar empati yang juga merupakan bagian dari sifat manusia. Beberapa tokoh religius seperti para Nabi justru mengajarkan compassion/belas kasih sebagai inti keimanan. Dalam konteks neuroscience, empati melibatkan mirror neurons, tetapi ini dapat diabaikan jika seseorang terlalu fokus pada moralitas yang eksklusif.

12 1 1

Threads
11.283 tayangan

pratiwi.cristin 01/13

Terus ada juga yang namanya Just World Hypothesis. Ini keyakinan kalau dunia itu adil—siapa yang kena musibah, pasti karena mereka 'pantas' dapat itu. Tapi kenyataannya, bencana itu ya random. Nggak ada hubungannya sama keyakinan atau moralitas seseorang.

Otak kita memiliki kecenderungan mempercayai dunia ini adil, sehingga orang mendapatkan apa yang pantas mereka dapatkan. Muncul kesimpulan "hukuman ilahi," terutama jika itu terjadi pada kelompok yang tidak sejalan dengan keyakinan mereka.

21 1 2 3

pratiwi.cristin 01/13

Ketika ada informasi yang bertentangan dengan keyakinan mereka, otak fanatik sering kali memprosesnya dengan confirmation bias. Mereka hanya menerima informasi yang mendukung pandangan mereka dan mengabaikan bukti lain. Misalnya, kebakaran di LA disebut sebagai "azab" mungkin karena selebriti dianggap tidak religius, sesuai narasi yang ingin mereka percayai. Sebaliknya ada yang bilang Gaza juga dianggap hukuman. Bahkan Tsunami di Aceh dianggap juga karena Allah murka.

20 1 1

Threads
11.283 tayangan

pratiwi.cristin 01/13

Terus ada juga yang namanya Just World Hypothesis. Ini keyakinan kalau dunia itu adil—siapa yang kena musibah, pasti karena mereka 'pantas' dapat itu. Tapi kenyataannya, bencana itu ya random. Nggak ada hubungannya sama keyakinan atau moralitas seseorang.

Otak kita memiliki kecenderungan mempercayai dunia ini adil, sehingga orang mendapatkan apa yang pantas mereka dapatkan. Muncul kesimpulan "hukuman ilahi," terutama jika itu terjadi pada kelompok yang tidak sejalan dengan keyakinan mereka.

21 1 2 3

pratiwi.cristin 01/13

Ketika ada informasi yang bertentangan dengan keyakinan mereka, otak fanatik sering kali memprosesnya dengan confirmation bias. Mereka hanya menerima informasi yang mendukung pandangan mereka dan mengabaikan bukti lain. Misalnya, kebakaran di LA disebut sebagai "azab" mungkin karena selebriti dianggap tidak religius, sesuai narasi yang ingin mereka percayai. Sebaliknya ada yang bilang Gaza juga dianggap hukuman. Bahkan Tsunami di Aceh dianggap juga karena Allah murka.

20 1 1

Threads
6.775 tayangan

pratiwi.cristin 12/16/2024

Apa pelajaran yang bisa kita ambil?

- 1 Kata-kata memengaruhi otak secara emosional. Komunikasi politik harus menghindari komentar yang bisa memicu reaksi negatif di amygdala publik.
- 2 Empati adalah kunci. Kampanye yang menyentuh insula publik, seperti menampilkan kepedulian pada kelompok rentan, justru lebih efektif.
- 3 Publik lebih emosional daripada logis. Neurosains menunjukkan bahwa keputusan cenderung sering diambil berdasarkan emosi, baru kemudian dicari pembenaran logis.

23 2 1 1

pratiwi.cristin 12/16/2024

Ingat, dalam politik, komunikasi yang salah bisa langsung kena mental publik. Makanya, hati-hati dengan kata-kata!

Politik itu bukan cuma soal strategi, tapi juga soal memahami bagaimana otak kita bekerja.

Apa kalian setuju kalau politisi harus belajar neurosains biar nggak bikin blunder?

Tulis di komentar ya! Jangan lupa follow buat bahasan menarik lainnya. Sampai jumpa!"

16 2 1

Threads
6.775 tayangan

pratiwi.cristin 12/16/2024

Bukan cuma itu, Indonesia adalah masyarakat kolektif yang sangat menghargai harmoni dan empati. Saat seseorang atau kelompok yang dianggap 'lemah' seperti janda direndahkan, bagian otak kita yang disebut insula ikut aktif, memicu rasa empati dan perlindungan

16 1 1

pratiwi.cristin 12/16/2024

Jadi, dari sisi neurosains, komentar seperti itu bukan cuma dianggap salah secara logis, tapi juga melukai emosi kolektif. Inilah kenapa dampaknya langsung terasa pada penurunan elektabilitas Ridwan Kamil. Otak publik merespons dengan cepat, bahkan tanpa mereka sadari.

14 1 1

Threads
10.507 tayangan

pratiwi.cristin 12/03/2024

Dopamin memperkuat pembelajaran dari pengalaman sebelumnya, termasuk pengalaman komunikasi. Ketika seseorang mendapatkan respons positif dari komunikasi mereka, dopamin membantu mereka belajar pola komunikasi yang efektif.

Contoh Praktis:

Seorang guru menggunakan metode diskusi interaktif yang mendapat respons antusias dari siswa. Pengalaman positif ini memotivasi guru untuk terus menggunakan pendekatan tersebut. Menurut pengalaman saya, ini sangat berkesan dan meningkatkan daya kritis.

12 1 1

pratiwi.cristin 12/03/2024

Nah, dengan memahami peran dopamin, seseorang dapat merancang strategi komunikasi yang lebih efektif, baik di lingkungan profesional maupun personal.

Thanks sudah mengikuti utas singkat ini. Semoga bermanfaat! Jadilah disukai.^^d

20 1 1

Threads
6.775 tayangan

pratiwi.cristin 12/16/2024

RIDWAN KAMIL & PARA JANDA

Pernah dengar istilah mulutmu harimaumu? Nah, fenomena ini baru saja jadi pelajaran besar di dunia politik Indonesia, dan yang kita bahas adalah Ridwan Kamil! Wakilnya juga terkena kasus serupa. Yuk, kita bongkar apa yang sebenarnya terjadi dari sudut pandang neurosains dan komunikasi politik.

66 26 1 5

Balasan Lihat aktivitas >

pratiwi.cristin 12/16/2024

Beberapa waktu lalu, Pak Ridwan Kamil sempat kena sorotan karena komentarnya yang dianggap melecehkan janda-janda. Apa yang terjadi? Elektabilitasnya langsung turun! Tapi kenapa sih masyarakat begitu cepat bereaksi negatif?

11 2 1

pratiwi.cristin 12/16/2024

Di otak kita, ada bagian yang namanya amygdala, pusat pengolahan emosi. Ketika publik mendengar komentar yang dianggap tidak sensitif atau melecehkan, amygdala mereka langsung aktif. Ini bikin orang merasa marah atau tidak nyaman secara emosional.

renaldibay_u 05/24

Membalas @pratiwi.cristin

Setuju mbak, menulis rapi itu adalah cara menghargai pembaca. Dengan menyampaikan pokok pikiran dengan rumut dan sistematis (koheren & kohesif). Ini justru bagi saya perlu dibiasakan 🙏

1 1 1

pratiwi.cristin 05/24

Iya. Lebih dari itu, manfaat menulis lebih lagi untuk diri sendiri. Ini akan melatih otak depan kita, bagian berpikir kritis. Sayangnya ga bisa sekali dua kali percobaan. Harus pembiasaan.

1 1 1

pratiwi.cristin 6 hari

Ada beda orang terbiasa berkata kasar karena lingkungan tempat tinggal dengan orang terbiasa jahat yang sifatnya suka menjatuhkan orang lain. Nah yang kedua itu orang toksik yang tidak bisa ditoleransi. Cut off aja. Ga bisa kita merubah watak orang.

116 2 1 1

penulisdark 7 hari

Membalas @pratiwi.cristin

Artinya sekelas kepala negara tidak layak seperti itu. Pertama, katanya ia lulusan dari perguruan tinggi terkenal di Indonesia. Kedua, mengapa ia tidak memanfaatkan peluang semasa periode pertama untuk belajar publik speaking? Lucu, bukan?

1 1 1

pratiwi.cristin 7 hari

Pov kamu kalau apa "dark" jadi ga belajar apapun.

1 1 1

Threads
12.450 tayangan

pratiwi.cristin 5 hari • Pembuat

Otak kita punya sistem bernama neuroplasticity, kemampuan untuk membentuk ulang koneksi berdasarkan kebiasaan.

Kabar baiknya: kamu bisa melatih otakmu untuk menjadi versi dirimu yang percaya diri. Kuncinya? REPETISI.

22 1

pratiwi.cristin 5 hari • Pembuat

Public speaking bukan tentang bakat. Orang yang kamu lihat karismatik di panggung mereka melatih:

- ✓ Intonasi suara
- ✓ Kecepatan bicara
- ✓ Gestur tubuh
- ✓ Kontak mata
- ✓ Napas

Setiap aspek itu... bisa dipelajari.

23 1

pratiwi.cristin 5 hari • Pembuat

Neurosains menjelaskan bahwa latihan berbicara memperkuat jalur di otak yang berhubungan dengan ekspresi, regulasi emosi, dan fungsi eksekutif.

Artinya? Kamu jadi lebih tenang, fokus, dan ekspresif saat bicara.

bbeniioo 03/04

Membalas @pratiwi.cristin

mengapa netizen menghakimi dan menghujat. ini penjelasan neurosainsnya 😊

9 1 1 1

pratiwi.cristin 03/04

Netizen terbiasa menonton konten julid, sinis, nge-gas. Otak manusia itu beradaptasi (sifat neuroplastis). Jadi krn kebiasaan itu, netizen cenderung punya sifat agresi dan sinis. Hal-hal yang sifatnya sinis akhirnya dianggap normal bagi otak. Maka, ga heran banyak orang sekarang berani berkomentar tp responnya negatif baik dg video atau tulisan. Apa yang kita biasakan sehari-hari membentuk cara kita memandang sesuatu.

29 2

indaaa.art 05/10

Kamu manipulatif? Nggak sengaja ketemu orang intuisi tinggi? Kelar kamu. Karena orang yang punya intuisi tinggi baca orang kayak baca koran.

3RB 345 443 89

pratiwi.cristin 05/10

Keduanya sama-sama intuitif, hanya saja dipakai buat apa kemampuannya?kalau negatif jadi manipulator, kalau positif dia jadi inspirator.

501 6 16 1

Balas
758 tayangan

pratiwi.cristin 04/22 • Pembuat

Coba tanya ke diri sendiri:

Apa aku cerita ini karena ingin sembuh atau ingin dilihat?

Kalau nggak ada yang komen, apa aku tetap merasa baik?

Kalau jawabannya bikin kamu ragu, ambil jeda sebentar.

Refleksi ini penting. Karena suara hati kadang lebih jujur dari komentar netizen.

6 1

pratiwi.cristin 04/22 • Pembuat

Nggak semua cerita perlu didengar dunia. Ada yang cukup dibisikin ke Tuhan. Ada yang disimpan buat sahabat. Dan sisanya, cukup jadi ruang dialog antara kamu dan dirimu sendiri.

9 1

pratiwi.cristin 04/22 • Pembuat

Kalau kamu lagi merasa nggak ada yang benar-benar dengar, aku cuma mau bilang: Kamu bukan aneh. Kamu manusia. Dan kamu layak didengar.

5 1