

## **Komponen Emosi**

Azizi bin Hj Yahaya

Menurut Kasmini ( 1998) secara umum emosi bermaksud perasaan. Manusia adalah golongan benda hidup yang mempunyai perasaan yang tinggi dan paling halus. Menurutnya lagi, Perasaan atau emosi ini mempunyai tiga komponen:

1. Perasaan dalaman tertentu yang dialami dan dirasakan secara subjektif seperti rasa takut, suka, duka, marah dan benci.
2. Corak rangsangan fisiologi . Ini termasuk semua perubahan fisiologi dalam badan yang berlaku dalam setiap keadaan emosi seperti merasa jantung berdebar apabila berada dalam keadaan takut dan perut berasa tidak selesa apabila dalam keadaan cemas.
3. Corak penonjolan perasaan secara terbuka. Komponen ini merangkumi gerak geri badan dan perubahan pada air muka apabila timbulnya pelbagai perasaan dalaman. Seseorang akan bergerak dengan perlahan dan menundukkan kepala apabila berada dalam keadaan sedih atau mata kelihatan terbeliak dan kening berkerut apabila dalam keadaan takut.