

Hati-Hati! Ujaran Kebencian itu Menular

written by Sam Edy Yuswanto



Judul Buku: Seni Berkata Tidak, Penulis: Zen Alvin, Penerbit: Araska, Cetakan: I, Februari 2022, Tebal: 232 halaman, ISBN: 978-623-6335-03-1, Peresensi: Sam Edy Yuswanto.

Harakatuna.com - Berdasarkan pengamatan saya, kebencian yang dilontarkan oleh orang-orang (baik di dunia nyata maupun dunia maya) itu sangatlah menular. Mereka, secara tak langsung, sedang mengajak orang lain untuk ikut melakukan hal yang sama. Baik ujaran kebencian itu dilakukan melalui bibir (ucapan langsung) maupun melalui ketikan atau komentar-komentar di akun media sosial seperti *Facebook, TikTok, Instagram, Twitter*, dan sebagainya.

Di sinilah kita dituntut cerdas dalam bermedia sosial. Pilihlah teman-teman yang memiliki aura positif, teman yang tidak gemar bergunjing, teman yang status-status atau postingannya tidak menjelek-jelekkan atau menyinyiri kehidupan orang lain. Tujuannya tentu saja agar kita tidak ikut tertular oleh kebiasaan buruk mereka.

Jangan mudah terpancing ketika melihat berita-berita provokatif di berbagai

media media massa, yang mana di sana tersedia kolom komentar yang siapa pun bebas untuk menyuarakan pendapat atau komentarnya. Mirisnya, kebebasan berkomentar itu justru kerap menyeret orang-orang untuk melontarkan caci-maki dan ujaran-ujaran kebencian. Di sinilah jari-jari tangan kita benar-benar diuji.

Selain itu, kita juga harus memiliki sikap yang 'tegas' ketika ada teman yang secara sengaja *mention* kita di kolom komentar mereka, agar ikut mendukung ujaran kebencian yang dilontarkannya. Abaikan saja, kalau perlu hapus *mention* tersebut atau laporkan komentar negatif tersebut.

Memiliki sikap tegas dan berani berkata 'tidak' terhadap aksi-aksi atau ujaran kebencian memang kadang tidak mudah dan butuh latihan. Terlebih bagi orang-orang yang sangat mudah terprovokasi oleh ajakan teman agar ikut mengujar kebencian di kolom komentarnya. Dalam buku ini dibebaskan sederet seni berkata 'tidak' pada orang-orang yang ingin mengendalikan kita. Salah satunya adalah berusaha agar hidup jadi hebat.

Seseorang disebut memiliki kepribadian yang hebat jika memiliki bermacam-macam faktor, yaitu mulai dari penampilan, gaya berbicara, sikap, wawasan, dan pola pikir kita. Meskipun penampilan dan uang juga berpengaruh, tetapi seseorang yang memiliki penampilan menarik, tampan, cantik ataupun kaya raya belum tentu memiliki kepribadian yang hebat.

Kepribadian adalah sesuatu dari diri kita yang lebih bersifat internal, tetapi dapat dilihat dan dirasakan orang lain. Salah satu faktor utama dalam pembentukan kepribadian yang hebat adalah "hidup yang menarik" atau hidup yang penuh petualangan, pergaulan luas, pengalaman-pengalaman baru yang unik dan menyenangkan (hlm. 190).

Seni berkata 'tidak' selanjutnya yang sangat penting untuk kita ketahui adalah: menguasai keterampilan berbicara. Salah satu tujuannya adalah agar kita tidak mudah terpengaruh oleh ajakan orang lain. Dengan terampil berbicara kita akan mudah menolak atau berkata 'tidak' pada ajakan buruk orang lain.

Zen Alvin menjelaskan, berbicara adalah salah satu aktivitas manusia yang tidak bisa ditinggalkan begitu saja. Berbicara secara verbal adalah bagian dari komunikasi. Ilmu komunikasi sudah dipelajari sejak zaman dahulu.

Para filsuf sudah merumuskan cara berbicara dan menulis melalui buku-buku

yang sampai sekarang masih bisa ditemukan. Aristoteles, misalnya, menulis *Poetika* merupakan dasar-dasar komunikasi yang dapat dikembangkan sesuai dengan kebutuhan manusia.

Berbicara merupakan salah satu kecakapan manusia untuk mengeluarkan suara dan menyampaikan pendapat dari pikirannya. Berbicara mengandung berbagai tujuan, sebagaimana ilmu komunikasi membedahnya. Berbicara memang tidak melulu menggunakan kata-kata verbal, tetapi juga menggunakan isyarat yang mana diungkapkan atau diekspresikan melalui bahasa tubuh (hlm. 194).

Kaitan kemampuan berbicara dengan keinginan untuk tidak dikendalikan orang lain sangatlah erat. Semakin Anda mahir dalam berbicara, maka kemungkinan untuk dikendalikan orang lain akan lebih rendah. Anda akan dengan mudah menolak permintaan atau perintah orang lain bahkan tanpa harus berkata 'tidak'. Anda akan menjadi orang yang sanggup berkata 'tidak' tanpa menyinggung dan menyakiti orang lain. Itulah manfaat besarnya (hlm. 197).

Buku karya Zen Alvin ini dapat membantu siapa saja yang sangat 'tergantung' kepada orang lain, juga membantu siapa saja yang tidak bisa menolak permintaan atau perintah orang lain. Buku ini diharapkan mampu memotivasi setiap orang agar mampu membuat keputusan sendiri, mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, dan mampu memberi ruang serta waktu lebih untuk dirinya sendiri.