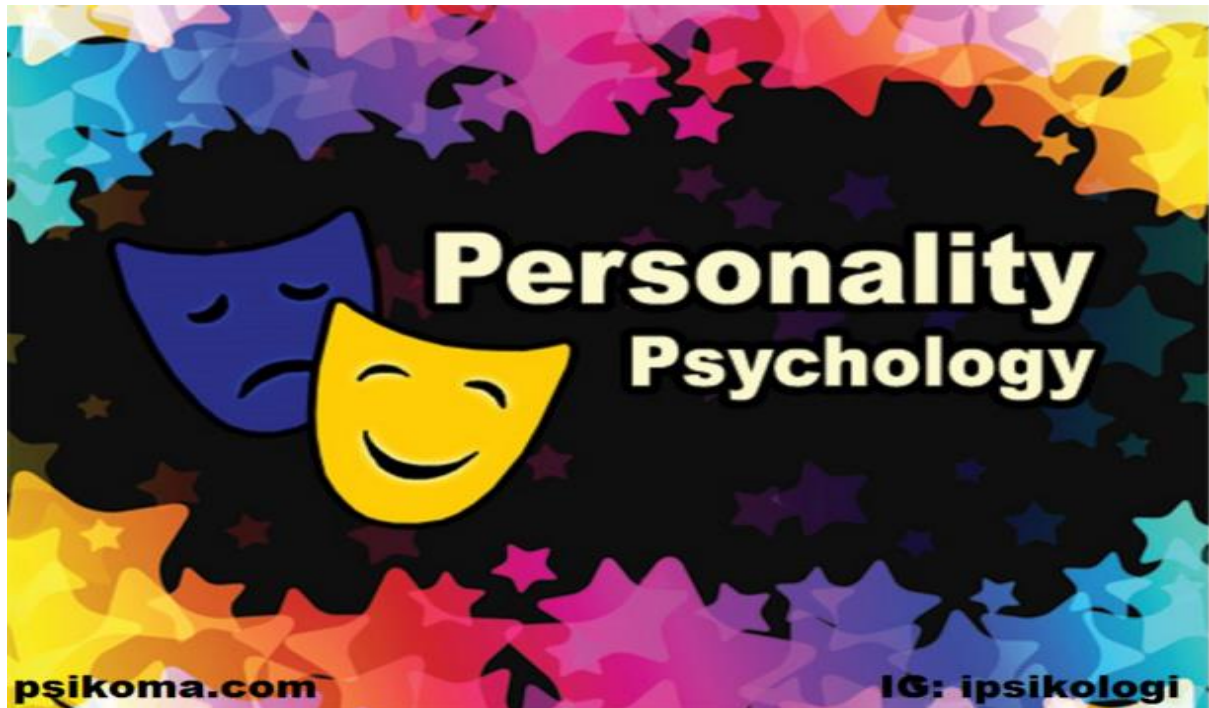


## Bahan Ajar

### MATERI KULIAH PSIKOLOGI KEPERIBADIAN II



#### Tim Penyusun:

- Luh Kadek Pande Ary Susilawati
- Ni Made Ari Wilani
- Adijanti Marheni
- David Hizkia Tobing
- Dewi Puri Astiti
- I Made Rustika
- Komang Rahayu Indrawati
- Putu Nugrahaeni Wideasavitri
- Naomi Vembriati
- Luh Made Karisma Sukmayati Suarya
- Made Diah Lestari
- Ni Made Swasti Wulanyani
- Putu Wulanbudisetyani
- Supriyadi
- Yohanes Kartika Herdiyanto



Program Studi Psikologi  
Fakultas Kedokteran  
UNIVERSITAS UDAYANA  
2017

## PRAKATA

Puji syukur atas rahmat Tuhan Yang Maha Esa penulis ucapkan sehingga buku ini dapat terselesaikan. Buku ajar Psikologi Kepribadian II ini secara khusus disusun sebagai materi ajar yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar pada mata kuliah Psikologi Kepribadian II bagi mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dan secara umum bagi pembaca yang memiliki minat dalam materi Psikologi Kepribadian II dalam implementasi bidang Psikologi Kepribadian. Buku ini berisi mengenai kepribadian individu yang tampil dalam perilaku berdasarkan teori-teori kepribadian dengan pendekatan behavioristik; tokoh: Pavlov, Skinner, Dollard, Hull, dan Miller, Bandura, Eysenck, Allport; teori kepribadian dengan pendekatan humanistik; tokoh Maslow, Rogers, Victor Frankl, Kelly, Kurt Lewin, dan teori kepribadian dunia timur.

Denpasar, September 2017

Tim Penyusun

## PENDAHULUAN

Bahan ajar Psikologi Kepribadian II merupakan komponen penting dalam pembelajaran sehingga harus mengacu kepada tujuan yang telah digariskan dalam kurikulum Sarjana Psikologi. Bahan ajar harus mampu disesuaikan dengan kondisi lingkungan di Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana agar pembelajaran menjadi lebih bermakna. Pengembangan bahan ajar Psikologi Kepribadian II merupakan gabungan dari berbagai komponen pembelajaran dalam materi Psikologi Kepribadian II. Tujuan pengembangan bahan ajar Psikologi Kepribadian II adalah untuk menghasilkan bahan ajar yang siap digunakan dalam pembelajaran untuk Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

**KONTRAK PERKULIAHAN**  
**Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran**  
**Universitas Udayana**

Nama Mata Kuliah : Psikologi Kepribadian II

Kode Mata Kuliah : 1233041

Pengajar : Luh Kadek Pande Ary Susilawati, S.Psi, M.Psi (**KD**)  
Ni Made Ari Wilani, S.Psi, M.Psi (**AW**)

Semester/SKS : 3 (Tiga) / 3 SKS

Hari pertemuan/Jam : Senin/ 13.00 – 15.30

Tempat Pertemuan : Ruang Kuliah Psikologi, Lantai 3

**1. Manfaat Mata Kuliah**

Mata kuliah ini diberikan agar mahasiswa mampu memahami teori-teori kepribadian berdasar pendekatan behavioristik, humanistik, dan teori kepribadian dunia timur.

**2. Deskripsi Perkuliahan**

Mata kuliah Psikologi Kepribadian II mengajarkan mahasiswa tentang sisi kepribadian individu yang tampil dalam perilaku berdasarkan teori-teori kepribadian dengan pendekatan behavioristik; tokoh: Pavlov, Skinner, Dollard, Hull, dan Miller, Bandura, Eysenck, Allport; teori kepribadian dengan pendekatan humanistik; tokoh Maslow, Rogers, Victor Frankl, Kelly, Kurt Lewin, dan teori kepribadian dunia timur.

**3. Capaian Pembelajaran**

- a. Mahasiswa mampu memahami konsep teori kepribadian berdasar pendekatan behavioristik, humanistik, dan teori kepribadian dunia timur.
- b. Mahasiswa mampu mengkaji proses terbentuknya kepribadian pada manusia dengan latar belakang yang berbeda-beda.
- c. Mahasiswa memahami perkembangan teori kepribadian berdasar pendekatan behavioristik, humanistik, dan teori kepribadian dunia timur.
- d. Mahasiswa memahami struktur kepribadian berdasar pendekatan behavioristik, humanistik, dan teori kepribadian dunia timur.
- e. Mahasiswa memahami dinamika kepribadian berdasar pendekatan behavioristik, humanistik, dan teori kepribadian dunia timur.
- f. Mahasiswa memahami penyebab patologis dalam kepribadian dan pendekatan terapi yang digunakan.

- g. Mahasiswa mampu menganalisis isu yang berkembang di masyarakat terkait perkembangan kasus kepribadian dengan menggunakan teori kepribadian.
- h. Mahasiswa mampu melakukan penelitian dengan kajian dari bidang psikologi kepribadian.

#### 4. Organisasi Materi

Organisasi materi dapat dilihat pada jadwal perkuliahan.

#### 5. Strategi Perkuliahan

Strategi instruksional yang digunakan pada mata kuliah ini terdiri dari:

- a. Urutan kegiatan instruksional berupa: pendahuluan (tujuan mata kuliah, cakupan materi pokok bahasan, dan relevansi), penyajian (uraian, contoh, diskusi, evaluasi), dan penutup (umpan balik, ringkasan materi, petunjuk tindak lanjut, pemberian tugas di rumah, gambaran singkat tentang materi berikutnya)
- b. Metode instruksional menggunakan: metode ceramah, tanya-jawab, diskusi kasus, dan penugasan.
  - Ceramah berupa penyampaian bahan ajar oleh dosen pengajar dan penekanan-penekanan pada hal-hal yang penting dan bermanfaat untuk diterapkan nantinya.
  - Tanya jawab dilakukan sepanjang tatap muka, dengan memberikan kesempatan mahasiswa untuk memberi pendapat atau pertanyaan tentang hal-hal yang tidak di mengerti atau bertentangan dengan apa yang dipahami sebelumnya.
  - Diskusi kasus dilakukan dengan memberikan contoh kasus/kondisi pada akhir pokok bahasan, mengambil tema yang sedang aktual di masyarakat dan berkaitan dengan pokok bahasan tersebut, kemudian mengajak mahasiswa untuk memberikan pendapat atau menganalisis secara kritis kasus/kondisi tersebut sesuai dengan pengetahuan yang baru mereka dapatkan.
  - Penugasan diberikan untuk membantu mahasiswa memahami bahan ajar, membuka wawasan, dan memberikan pendalaman materi. Penugasan dalam bentuk review materi dan merangkum, dan laporan analisis kasus.
- c. Media instruksionalnya berupa: *LCD projector*, *whiteboard*, artikel aktual di surat kabar/internet/majalah/jurnal ilmiah, buku diktat bahan ajar, *handout*, dan kontrak perkuliahan.
- d. Waktu: 50 menit pada tahap pendahuluan, 50 menit pada tahap penyajian, dan 50 menit pada tahap penutup.
- e. Evaluasi: evaluasi formatif dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung, UTS, UAS, dan penugasan.

#### 6. Materi/Bacaan Perkuliahan

- a. Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc
- b. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Holistik – Organismik Fenomenologis*. Editor : A Supratiknya. Jogjakarta Penerbit Kanisius.
- c. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Sifat Behavioristik*. Editor : A Supratiknya. Jogjakarta Penerbit Kanisius.
- d. Victor E. Frankl. 2004. *Man's search For Meaning*. Terjemahan : Bandung. Penerbit Nuansa.
- e. Takwin, B. Filsafat Timur "Sebuah Pengantar ke Pemikiran-Pemikiran Timur. Yogyakarta. Penerbit Jalasutra.

## 7. Tugas

Dalam perkuliahan, diberikan beberapa tugas sebagai berikut:

- Materi perkuliahan sebagaimana disebutkan dalam jadwal perkuliahan harus sudah dibaca sebelum mengikuti tatap muka. Apabila ada, *handout* sudah akan diserahkan pada mahasiswa sebelum hari kuliah.
- Evaluasi mahasiswa dilakukan dengan mengadakan UTS dan UAS dengan format soal pilihan ganda atau essay.
- Penugasan membuat kliping, review jurnal, review buku ajar, dan seminar pro-kontra isu seksualitas yang ada di masyarakat.
- Penugasan desain promosi kesehatan yang harus sudah diselesaikan sesuai tanggal yang ditentukan.

## 8. Kriteria Penilaian

Penilaian akan dilakukan oleh pengajar dengan menggunakan kriteria sebagai berikut:

Nilai dalam huruf	Rentang skor
A	$\geq 80-100$
B+	$\geq 71-79$
B	$\geq 65-70$
C+	$\geq 60-64$
C	$\geq 55-59$
D+	$\geq 50-54$
D	$\geq 40-49$
E	0-39

- Pembobotan nilai adalah sebagai berikut:

Nilai Tugas/	: 10 %
Nilai kuis	: 20 %
UTS	: 35 %
UAS	: 35 %

- Bagian Psikologi tidak mentolerir adanya kecurangan dalam ujian. Ujian Kuis, UTS, UAS adalah instrumen untuk menguji kemampuan mahasiswa dalam memahami mata kuliah. Apabila mahasiswa menunjukkan gerak-gerik mencurigakan selama tes-tes tersebut, atau ditemukan mencontek/memberikan contekan, akan mendapatkan pengurangan nilai 25% dari nilai yang diperolehnya untuk tes tersebut, dan pengurangan ini akan disampaikan secara terbuka pada waktu pengumuman

nilai. Apabila mahasiswa ditemukan membawa/membuat (walaupun tidak membuka) catatan selama tes-tes tersebut, baik berupa kertas, coretan di kursi, dan sebagainya, maka mahasiswa tersebut akan mendapat nilai 0 untuk tes tersebut.

- c. Presentasi ketentuan mendapatkan penilaian kehadiran sebagai berikut:
- Setiap mahasiswa wajib hadir tepat waktu saat perkuliahan dimulai. Bagi yang terlambat melebihi 15 menit maka diperkenankan masuk tetapi tidak diperkenankan melakukan presensi.
  - Bagi mahasiswa yang jumlah presensinya kurang dari 70% dari jumlah kehadiran kuliah sebelum UTS (atau tidak hadir sebanyak 2 kali) maka orang bersangkutan tidak boleh mengikuti UTS (atau tidak hadir sebanyak 4 kali) maka orang bersangkutan tidak boleh mengikuti UAS. Larangan ini tidak berlaku apabila yang bersangkutan mengganti ketidakhadiran dengan menulis paper/tugas/makalah.

## 9. Jadwal Perkuliahan

No.	Tanggal	Materi Kuliah/Topik	Content Perkuliahan	Dosen
1.	4 September 2017	Pengantar	Perbedaan pendekatan Behavioristik dan Humanistik dengan Psikoanalisis	KD
2.	11 September 2017	<b>Tokoh Aliran Behavioristik</b>  Ivan Pavlov  <i>"Classical Conditioning"</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li> <li>- Perkembangan kepribadian</li> <li>- Psikopatologi dan perubahan perilaku</li> </ul>	KD
3.	18 September 2017	Skinner  <i>" Operant Conditioning "</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li> <li>- Perkembangnn kepribadian</li> <li>- Psikopatologi dan perubahan perilaku</li> </ul>	KD
4.	25 September 2017	Dollar, Hull, dan Miller  <i>" Teori Stimulus Respon "</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pandangan tentang manusia dan pengetahuan</li> <li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li> <li>- Perkembangan kepribadian</li> </ul>	KD

			- Psikopatologi dan perubahan perilaku	
5.	2 Oktober 2017	Albert Bandura <i>"Teori Sosial Kognitif"</i>	- Konsep kognisi sosial tentang kepribadian - Struktur dan dinamika kepribadian - Perkembangan kepribadian - Psikopatologi dan perubahan perilaku	KD
6.	9 Oktober 2017	Eysenck <i>"Trait and factor theory"</i>	- Konsep teori sifat dan faktor - Struktur dan dinamika kepribadian - Perkembangan kepribadian - Psikopatologi dan perubahan perilaku	KD
<p style="text-align: center;"><b>UTS</b></p> <p style="text-align: center;"><b>(16 – 27 Oktober 2017)</b></p>				
No.	Tanggal	Materi Kuliah/Topik	Content Perkuliahan	Dosen
7.	30 Oktober 2017	Allport <i>"Psikologi Individual"</i>	- Konsep teori psikologi individual - Struktur dan dinamika kepribadian - Perkembangan kepribadian - Kepribadian yang matang dan neurotis	AW
8.	6 November 2017	<b>Tokoh Aliran Humanistik</b>  Maslow <i>"Teori Motivasi"</i>	- Konsep teori motivasi - Struktur dan dinamika kepribadian - Perkembangan kepribadian - Psikopatologi dan individu yang beraktualisasi diri	AW
		Carl Rogers	- Konsep teori <i>client cendetered</i>	



9.	13 November 2017	<i>"Client centered theory"</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li><li>- Perkembangan kepribadian</li><li>- Psikopatologi dan perubahan perilaku</li></ul>	AW
10.	20 November 2017	Victor Frankl <i>" Logoterapi"</i>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Konsep tentang manusia</li><li>2. Struktur dan dinamika kepribadian</li><li>3. Pribadi yang mengatasi diri</li></ol>	AW
11.	27 November 2017	Kelly <i>"Personal construck theory"</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Konsep tentang manusia</li><li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li><li>- Perkembangan kepribadian</li><li>- Psikopatologi dan perubahan perilaku</li></ul>	AW
12.	4 Des 2017	Kurt Lewin <i>"Field theory"</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li><li>- Perkembangan kepribadian</li><li>- Psikopatologi dan perubahan perilaku</li></ul>	AW
		Psikologi Timur	<ul style="list-style-type: none"><li>- Konsep tentang manusia</li><li>- Struktur dan dinamika kepribadian</li><li>- Perkembangan kepribadian</li></ul>	
Minggu Tenang				
UAS				
(11-13 Desember 2017) ( 14 – 29 Desember 2017)				

Demikian kontrak perkuliahan ini dibuat, agar disetujui dan ditaati oleh semua pihak.

Menyetujui

Dosen pengampu MK

Mahasiswa

Psikologi Kepribadian II

(.....)

(..... )

# MATERI 1

## PENGANTAR

### A. SUB MATERI

#### A. 1 Pengantar

Belum ada definisi kepribadian yang bisa disepakati oleh semua ahli. Kepribadian (*personality*) berasal dari kata *persona* (topeng untuk memerankan karakter tertentu). Kepribadian adalah suatu pola trait yang relatif permanen dan karakteristik unik yang menyebabkan seseorang memiliki suatu perilaku konsisten.

### B. SUB MATERI

Beberapa dimensi tentang konsep manusia yaitu:

1. *Determinism vs free choice*
2. *Pessimism vs optimism*
3. *Causality vs teleology*
4. *Conscious vs unconscious*
5. *Biological vs social factors*
6. *Uniqueness vs similarities*

#### Perspektif Kepribadian Manusia

Di dalam ilmu psikologi, terdapat 3 perspektif dalam memandang kepribadian manusia, yaitu:

##### 1. Psikoanalisis

Perspektif ini pertama kali dikemukakan oleh Sigmund Freud. Perspektif ini menekankan masa lampau dan spekulasi. Perspektif ini banyak membahas tentang level kesadaran; id, ego, superego; *defence mechanism*, seks dan agresi, dan tahap perkembangan seksual 5 tahun pertama kehidupan. Perspektif ini bersifat pesimistik, memandang sebab-akibat perilaku (*causality*), membicarakan level ketidaksadaran (*unconscious*), dan berkaitan dengan faktor-faktor biologis.

##### 2. Behavioristik

B.F Skinner adalah orang yang pertama kali mengemukakan perspektif ini. Perspektif ini menggunakan *behavioral analysis* untuk menganalisis seseorang. Perspektif ini juga menekankan pada hal-hal yang terjadi saat ini dan perilaku yang dapat diamati. Terdapat

pula aliran *radical behaviorist*, yaitu *determinist* dan *environmentalist*. Menurut perspektif ini, tingkah laku mengikuti hukum tertentu (*behavior is lawful*), bisa diprediksi dan dikontrol dengan mengubah lingkungan. Perspektif ini bersifat optimistik, berada pada level kesadaran (*conscious*), dan berkaitan dengan faktor-faktor sosial.

### 3. Humanistik

Perspektif ini dikemukakan pertama kali oleh Abraham Maslow. Salah satu teori terkait perspektif ini adalah *holistic-dynamic theory of human nature*. Menurut perspektif ini, manusia punya potensi bertumbuh menuju aktualisasi diri. Untuk mencapai aktualisasi diri, kebutuhan lapar, keamanan, cinta, dan *self-esteem* harus telah terpenuhi. Selain itu, manusia bisa dimotivasi oleh satu atau beberapa kebutuhan. Perspektif ini bersifat optimistik.

Bentuk aplikasi dari ketiga perspektif dalam memandang penyimpangan tingkah laku manusia yakni:

#### 1. Psikoanalisis

Perspektif ini memandang bahwa penyimpangan terjadi sebagai masalah perkembangan pada tahun awal kehidupan. Gangguan pada masa awal kehidupan kemudian menjadi peristiwa traumatik yang berpengaruh sampai masa dewasa.

#### 2. Behavioristik

Perspektif ini memandang tingkah laku yang menyimpang dapat diatasi dengan memanipulasi lingkungan. Penyimpangan dapat terjadi karena kegagalan seseorang merespon dengan perilaku yang tepat. Perspektif ini dapat memahami penyimpangan dengan mengetahui sejarah *reinforcement* seseorang.

#### 3. Humanistik

Perspektif ini memandang bahwa penyimpangan terjadi karena gagal dalam mengembangkan kebutuhan dasar, serta gagal bergerak menuju aktualisasi diri.

### C. Kesimpulan

Kesimpulannya adalah bahwa belum ada definisi pasti mengenai kepribadian manusia. Memandang kepribadian manusia tergantung dari perspektif yang digunakan.

### D. Latihan soal mandiri (quiz)

Jelaskan pemahaman anda tentang kepribadian manusia.

### E. Daftar istilah yang penting

**F. Daftar Pustaka**

Buku/bacaan pokok dalam perkuliahan ini adalah:

Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc

## MATERI 2

### PENDEKATAN KEPERIBADIAN Behavioristik

#### IVAN PAVLOV – CLASSICAL CONDITIONING

##### A. SUB MATERI

###### Riwayat Singkat

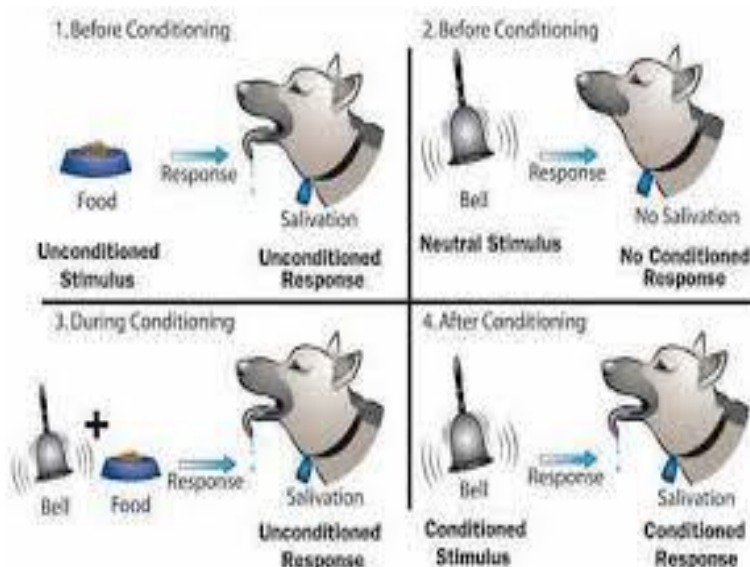
Ivan Petrovich Pavlov lahir pada 26 September 1849 di Ryazan, Rusia, dan wafat pada 27 Februari 1936. Pavlov adalah seorang fisiologis yang dikenal karena konsep *classical conditioning*. Pada awalnya, ia meneliti tentang pencernaan anjing (*digestion*) dengan menggunakan saliva anjing. Kemudian ia mulai melakukan eksperimen perilaku pada anjing tersebut hingga ia menghasilkan teori *classical conditioning*. *Conditioning* dianggap sebagai dasar dalam mempelajari proses belajar manusia.

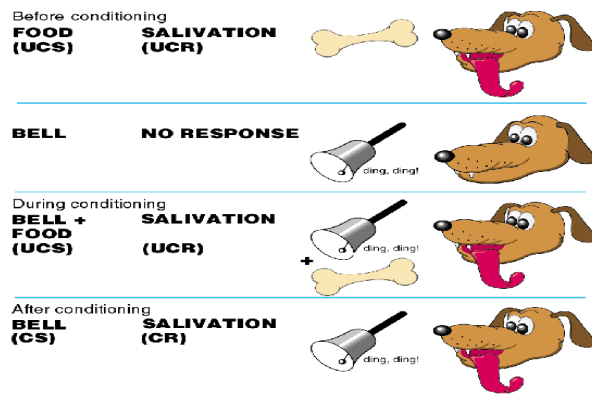
##### B. SUB MATERI

###### Penjelasan Teori

Secara garis besar, *classical conditioning* adalah seperti berikut: sebelum pengkondisian, anjing diberikan makanan (UCS) sampai air liur anjing menetes (UCR). Ketika diberikan bunyi bel, anjing tidak memberikan respons. Selama pengkondisian, bunyi bel (CS) dipasangkan dengan kehadiran makanan (UCS) sehingga air liur anjing menetes (UCR). Setelah pengkondisian, ketika anjing diberikan bunyi bel (CS), maka air liurnya akan menetes (CR).

Gambar eksperimen terhadap anjing oleh Pavlov:





Kumpulan dari berbagai perilaku mengandung banyak sekali asosiasi antara stimulus dan respons. Berbagai stimulus yang terjadi di lingkungan sering kali tidak kita perhatikan terjadi secara berpasangan dengan aspek lainnya, sehingga kita tidak sadar seberapa banyak asosiasi stimulus-respon yang memengaruhi perilaku kita. Konsep dasar dari *classical conditioning* ini adalah, ketika suatu stimulus jika dipasangkan berulang kali, maka kita dapat bereaksi pada salah satu stimulus seolah-olah stimulus pasangannya juga hadir.

Keberadaan asosiasi juga dapat membentuk suatu perilaku. Misalnya saat seseorang melompat secara spontan ketika mendengar orang lain menyebut ada ulat bulu, atau seseorang yang langsung merasa pusing begitu melihat setetes darah. Saat mencium bau tertentu, anda juga bisa mengingat seseorang.

### C. Kesimpulan

Konsep dasar dari *classical conditioning* ini adalah, ketika suatu stimulus jika dipasangkan berulang kali, maka kita dapat bereaksi pada salah satu stimulus seolah-olah stimulus pasangannya juga hadir.

### D. Latihan soal mandiri (quiz)

- Sebutkan 2 contoh penerapan konsep classical conditioning dalam membentuk perilaku manusia. Gambarkan proses asosiasinya.
- Bagaimana penerapan konsep classical conditioning dalam membentuk kepribadian?
- Bagaimana penerapan konsep classical conditioning untuk mengubah kepribadian seseorang?

### E. Daftar istilah yang penting

### F. Daftar Pustaka

Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc

## MATERI 3

### SKINNER – OPERANT CONDITIONING

#### A. SUB MATERI I

##### Riwayat Singkat

Burrhus Frederic Skinner dilahirkan pada 20 Maret 1904 di dalam sebuah keluarga yang bahagia, nyaman, dan berada dalam kelas ekonomi menengah ke atas. Pada tahun 1925, Skinner menempuh pendidikan di Hamilton College (English Degree), dan mendapatkan gelar Ph.D dari Harvard pada tahun 1931.

Pendekatan umum *behavioral analysis* adalah terkait dengan *observable behavior*. *Observable behavior* tidak terbatas hanya pada kejadian eksternal, dan menghindari semua konstruk hipotetik (*ego*; *trait*; *needs*; *hunger*; *drives*, dan lain-lain). Behaviorisme termasuk *determinist* (menolak kehendak bebas), serta *environmentalist* (melihat perilaku dalam konteks stimulus lingkungan).

#### B. SUB MATERI

##### Penjelasan Teori

Pemikiran utama oleh Skinner dalam *operant conditioning* antara lain:

1. Perilaku dapat dikontrol dengan tipe konsekuensi dari *reinforcement* yang mengikuti perilaku.
2. Kunci dari *operant conditioning* adalah pemberian *reinforcement* secara langsung.
3. Disebut *operant* karena organisme beroperasi pada lingkungan untuk menghasilkan efek tertentu.

Jenis conditioning menurut Skinner yakni:

##### 1. *Classical Conditioning*

Skinner menyebutnya *respondent conditioning*, yang menghasilkan *respondent behavior*. Respons dihasilkan oleh stimuli spesifik dan dapat diidentifikasi yang berasal dari lingkungan (*elicited*). Contoh paling mudah diamati adalah perilaku refleks.

##### 2. *Operant Conditioning (Skinnerian Conditioning)*



Menurut Skinner, tidak semua perilaku merupakan respon langsung terhadap stimuli lingkungan. Lingkungan dan frekuensi perilaku ditentukan dari *reinforcement* yang mengikuti. *Reinforcement* tidak menyebabkan suatu perilaku (*not a cause*), tetapi *reinforcement* meningkatkan kemungkinan pengulangan perilaku.

Perilaku muncul karena sejarah *reinforcement* yang dialami individu.

Perbedaan dari *classical* dan *operant conditioning* adalah *classical conditioning* menghasilkan perilaku yang sebenarnya memang telah dibawa oleh individu, sementara *operant conditioning* menghasilkan perilaku yang dimunculkan.

Eksperimen *classical conditioning* pada manusia pernah dilakukan oleh Watson dan Rayner pada tahun 1920. Little Albert adalah anak yang normal, sehat, di usia 9 bulan tidak menunjukkan rasa takut terhadap tikus putih atau binatang berbulu lainnya. Pada usia 11 bulan, eksperimenter memberi tikus putih dan ketika Albert menyentuh tikus, bersamaan dibuat suara keras di dekat Albert. Hal ini dilakukan secara berulang-ulang. Suatu saat, tikus diberikan tanpa suara keras, Akhirnya Albert menjadi takut tikus, bahkan binatang berbulu lainnya. Eksperimen ini kemudian dihentikan oleh ibu Albert.

Skinner percaya bahwa kebanyakan perilaku manusia didapat dari *operant conditioning*. Intinya adalah, pemberian penguatan segera setelah respon perilaku. Individu melakukan sesuatu, lalu diberi *reinforcement* oleh lingkungan, kemudian *reinforcement* itu meningkatkan kemungkinan perilaku diulang atau muncul kembali. Contohnya anak bernyanyi dipuji oleh ibunya, maka anak akan mengulang lagi bernyanyi di lain kesempatan agar mendapat pujian.

*Shaping* merupakan pembentukan respon. Di dalamnya melibatkan 3 kondisi: A, B, C.

A: *Antecedent* (seting kemunculan perilaku atau lingkungan)

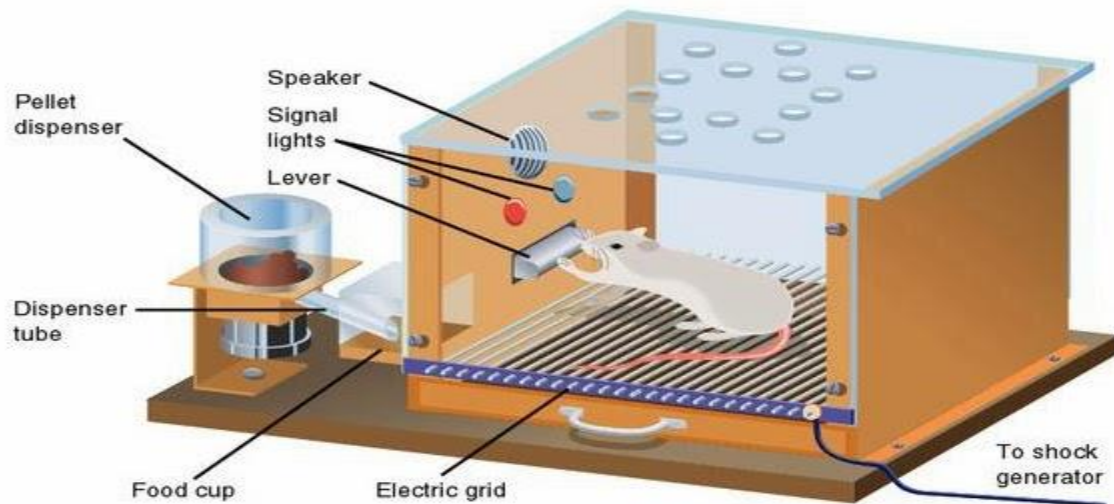
B: *Behavior* (perilaku)

C: *Consequences* (*reward*)

Dalam *shaping*, perilaku manusia adalah bersifat *continuous*, bukan *discrete*. *Continuous* artinya organisme biasanya bergerak perlahan dari respon awal yang sudah diperkuat.

*Operant behavior* selalu terjadi di beberapa lingkungan. Lingkungan memiliki peran selektif dalam membentuk (*shaping*) dan mempertahankan perilaku. Setiap individu punya riwayat "*being reinforced*", sehingga lebih memilih bereaksi pada sesuatu tertentu daripada yang lain. Itu merupakan hasil *operant discrimination*. Diskriminasi adalah konsekuensi dari riwayat "*being*

*reinforced*”, bukan kemampuan yang dimiliki. *Stimulus generalization* adalah menghasilkan respon perilaku sama pada lingkungan atau kondisi yang berbeda tanpa ada penguat sebelumnya.



Gambar: Eksperimen box Skinner

Skinner menyatakan bahwa *reinforcement* memiliki 2 efek, yaitu memperkuat perilaku, dan memberi *reward* pada individu. *Reinforcement* tidak sama dengan *reward*, dan terdiri dari *reinforcement* positif dan *reinforcement* negatif. Penguatan yang diberikan bersamaan dengan munculnya perilaku tertentu akan meningkatkan kemungkinan perilaku muncul kembali. Stimulus yang dapat meningkatkan kemunculan suatu perilaku disebut *positive reinforcement*. *Positive reinforcement* sifatnya menghadirkan stimulus yang menguntungkan, contohnya uang, seks, kenyamanan fisik, penerimaan sosial, token ekonomi, penghargaan sosial, dan lain-lain. *Negative reinforcement* adalah menghilangkan stimulus yang tidak menyenangkan (*aversive stimuli*) dari suatu situasi yang hasilnya dapat meningkatkan kemunculan perilaku, misalnya mengurangi kebisingan untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

Punishment adalah menghadirkan stimulus aversif atau menghilangkan stimulus positif atau menyenangkan. Skinner setuju dengan Thorndike, bahwa efek *punishment* kurang dapat diprediksi dibanding efek yang dihasilkan oleh *reward*. *Schedules of reinforcement* adalah tentang pola menyediakan dan menunda penguatan. *Schedules of reinforcement* beragam, misalnya:

1. *Continuous schedule* (mendapat penguatan setiap respon muncul)
2. *Intermittent schedule* (terdapat beberapa pengaturan dalam pemberian penguatan)
  - a. *Fixed-ratio*: jadwal pemberian penguatan pasti, setelah organisme menunjukkan sejumlah respon

- b. *Variable-ratio*: jadwal pemberian penguatan pasti, setelah organisme menunjukkan sejumlah respon, dan jumlah respon yang ditentukan berubah dari waktu ke waktu
- c. *Fixed-interval*: jarak waktu pemberian penguatan pasti
- d. *Variable-interval*: jarak waktu pemberian penguatan bervariasi

Dalam kehidupan sehari-hari, perilaku jarang diperkuat setiap kali muncul.

Sekali dipelajari, respon dapat hilang karena 4 alasan berikut:

- 1. Dilupakan seiring waktu
- 2. Tugas mempelajari hal lain
- 3. *Punishment*
- 4. *Extinction*

*Extinction* dapat menghilangkan respon yang telah dipelajari sebelumnya dengan meniadakan *reinforcement*.

Perilaku manusia (dan kepribadian) dibentuk dari 3 kekuatan:

- 1. *Natural selection*
- 2. *Cultural practices*
- 3. *Individual history of reinforcement*

Skinner tidak mengabaikan kognisi, emosi, *drives*, niat, ketidaksadaran, kesadaran dan sebagainya, namun tidak memberi penekanan pada hal tersebut.

Perilaku dikendalikan atau dimodifikasi oleh sumber-sumber eksternal. Tidak ada hal dalam diri individu yang dapat dijadikan penentu perilaku. Individu dapat mengubah *impact of external events* melalui *self-control*. Strategi *self-control* adalah menghindari stimulus, *self-reinforcement* (menghadiah diri sendiri), dan stimulasi aversif (mengalami akibat yang tidak menyenangkan)

### **C. Kesimpulan**

- a. Perilaku dapat dikontrol dengan tipe konsekuensi dari *reinforcement* yang mengikuti perilaku.
- b. Kunci dari *operant conditioning* adalah pemberian *reinforcement* secara langsung.
- c. Disebut *operant* karena organisme beroperasi pada lingkungan untuk menghasilkan efek tertentu.

### **D. Latihan soal mandiri (quiz)**

Menggunakan pendekatan dari Skinner, menurut anda, jelaskan tentang terbentuknya kepribadian yang tidak sehat.

**E. Daftar istilah yang penting**

**F. Daftar Pustaka**

Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc

## MATERI 4

### DOLLAR, HULL, MILLER - TEORI STIMULUS RESPON

#### A. SUB MATERI

##### Riwayat Singkat

Dollard dan Miller bekerja sama di Institute of Human Relations, Universitas Yale. Mereka mengembangkan pendekatan interdisiplin 3 bidang ilmu, yakni teori belajar, psikoanalitik, dan antropologi sosial. Mereka dipengaruhi oleh teori Hull-Spence tentang peranan motivasi terhadap tingkah laku, dan bagaimana motivasi belajar dapat diperoleh. Selain Hull, mereka juga banyak dipengaruhi oleh ahli behavior sebelumnya seperti Thorndike, Pavlov, dan Watson.

#### A. SUB MATERI

##### Penjelasan Teori

Secara garis besar, teori S-R mencermati proses ketika individu menjadi jembatan antara stimulus dan respon (internal dan eksternal) Menurut Dollard dan Miller, bentuk sederhana teori belajar adalah “mempelajari keadaan dimana terjadi hubungan antara respon dengan cue-stimulusnya”. Di dalamnya juga dibahas prinsip-prinsip asosiasi dan *reinforcement* (penguatan). Eksperimen Dollard dan Miller tentang rasa takut dilakukan terhadap tikus putih.

Teknis eksperimen mereka adalah sebuah kotak yang dasarnya dialiri listrik yang menimbulkan rasa sakit untuk tikus. Kotak itu diberi sekat, satu warna putih dengan listrik; satu hitam yang tidak ada listrik. Bel dibunyikan bersamaan dengan aliran listrik sampai tikusnya kesakitan, dan akan dihentikan ketika tikus melompat ke kotak hitam. Ternyata, setelah terjadi proses belajar, warna kotak putih atau bel saja tanpa listrik, telah membuat tikus meloncati sekat. Itu merupakan reaksi takut terhadap rasa sakit. Percobaan ditingkatkan dengan tuas pengungkit untuk membuka sekat. Ternyata tikus berhenti menabrak sekat, dan belajar menekan tuas untuk membuka sekat.

Dalam eksperimen ini, terjadi beberapa proses, yaitu:

1. *Classical conditioning* (tikus terkondisi merespon bel sebagai tanda akan ada aliran listrik)
2. *Instrumental learning* (tikus belajar respon melompati sekat sebagai instrumental menghindari rasa sakit)

3. *Extinction* (tingkah laku melompat tidak dilakukan lagi, diganti dengan menekan tuas)
4. Terjadi *primary drive* (rasa sakit dan tertekan) memunculkan *learned* atau *secondary drive* (rasa takut) yang memotivasi tingkah laku organisme, bahkan ketika sumber rasa sakit sudah tidak ada.

Menurut mereka, terdapat empat komponen utama belajar, yaitu menginginkan sesuatu (*want*), mengenali sesuatu (*notice*), melakukan sesuatu (*do*), dan mendapat sesuatu (*get*). Inilah yang akan menjadi *drive*, *cue*, *response*, dan *reinforcement*. *Drive* adalah stimulus dari dalam diri organisme yang mendorong munculnya tingkah laku, tetapi tidak menentukan bentuk kegiatan. Semakin kuat stimulus, maka semakin kuat *drives*/dorongan/motivasi, sehingga semakin kuat tingkah laku yang dihasilkan. *Drive* atau dorongan ada 2, yakni primer dan sekunder.

Dorongan primer/*primary drive* adalah dorongan yang dibangkitkan oleh respon terhadap stimulus yang sifatnya bawaan (misalnya sakit karena kejutan listrik). Contoh lain dorongan primer adalah lapar, haus, seks, dan sakit. Dorongan primer lebih banyak muncul secara kuat di masa anak-anak atau masa krisis. Semakin dewasa, dorongan primer menjadi semakin tidak jelas. Dorongan sekunder adalah dorongan yang dipelajari yang berperan sebagai wajah semu untuk menyembunyikan dorongan primer/bawaan. Dorongan sekunder juga adalah dorongan yang dimunculkan terhadap stimulus yang awalnya netral (dimunculkan oleh bel). Rasa takut atau cemas adalah dorongan sekunder untuk menutupi atau menyembunyikan dorongan primer yaitu sakit. Contoh lain *secondary drives*/dorongan sekunder adalah malu dan kebutuhan kepuasan.

Dollard dan Miller setuju pada Freud yang memandang kecemasan sebagai wujud tanda bahaya, semacam antisipasi untuk menghindari rasa sakit yang pernah dialami di masa lalu. Kecemasan dan ketakutan adalah *conditioning* dari reaksi sakit. Fungsi kecemasan adalah untuk memotivasi dan me-*reinforce* tingkah laku menghindar, agar tidak mengalami sakit.

*Cue* adalah stimulus yang memberi petunjuk perlunya dilakukan respon perilaku. *Cue* adalah petunjuk yang ada pada stimulus sepanjang pemahaman subyektif individu. Bel menjadi *cue* bagi tikus untuk meloncati sekat. Pada eksperimen lanjutan, tuas menjadi *cue* untuk membuka sekat lalu meloncat ke kotak hitam.

*Response* adalah aktivitas yang dilakukan. Suatu respons harus betul-betul dilakukan secara nyata sebelum dikaitkan dengan stimulus tertentu. Contohnya, untuk dapat belajar berperilaku asertif, seseorang harus benar-benar mencoba merespon secara asertif. *Reinforcement* (penguat) adalah merupakan suatu pereda dorongan (*drive reduction*).

Generalisasi stimulus adalah suatu stimulus (yang mirip dengan stimulus asli) yang dapat membangkitkan munculnya suatu respon yang dipelajari. Contohnya ketika tangan seorang anak terkena panas dari ketel yang mendidih, ia bisa menggeneralisasi suara desis, bentuk teko, letak teko, dan lain-lain. Generalisasi memungkinkan individu untuk belajar banyak hal.

*Reasoning* (nalar) adalah adanya proses internal dalam suatu tindakan. Misalnya, seseorang sedang jalan-jalan dan melihat toko peralatan. Hal itu mengingatkan orang tersebut tentang sesuatu yang diinginkan. Kemudian ia berpikir bahwa uang yang ada di dompet cukup, maka ia pun masuk ke toko. *Reasoning* memungkinkan seseorang menguji alternatif respon tanpa nyata-nyata mencobanya, sehingga menyingkat proses pemilihan tindakan.

Bahasa (termasuk di dalamnya ucapan, pikiran, tulisan, dan bahasa tubuh) merupakan hal yang berperan penting terhadap motivasi, *reinforcement*, dan *reasoning*. Kata dapat membangkitkan dan memperkuat *drive*/dorongan. Kata dapat berfungsi sebagai pengatur waktu (yaitu menguatkan tingkah laku sekarang secara verbal dengan menggambarkan konsekuensi di masa depan). Bahasa membuat dinamika proses belajar manusia menjadi semakin kompleks.

*Habit* atau kebiasaan adalah asosiasi atau ikatan antara stimulus dengan respon yg relatif stabil dan bertahan lama yang turut membentuk kepribadian. Kebiasaan seseorang mencerminkan kejadian atau pengalamannya dan kebiasaan dapat berubah seiring pengalaman manusia. Kebiasaan hari ini bisa berubah karena pengalaman esok hari.

Dollard dan Miller mengemukakan 3 model konflik dorongan:

1. Konflik *approach-avoidance* (orang dihadapkan pada pilihan positif dan negatif pada satu situasi)
2. Konflik *avoidance-avoidance* (orang dihadapkan pada 2 pilihan negatif)
3. Konflik *approach-approach* (orang dihadapkan pada pilihan yang sama-sama positif)

Ketiga model konflik mengikuti 5 asumsi dasar tingkah laku konflik yaitu:

1. Kecenderungan untuk mendekati suatu tujuan menjadi semakin kuat ketika individu makin dekat dengan tujuan (*gradient of approach*).
2. Kecenderungan menjauhi suatu stimulus negatif menjadi makin kuat ketika individu menjadi semakin dekat dengan stimulus itu (*gradient of avoidance*).
3. Perubahan tingkat menjauhi lebih tajam/kuat dibandingkan perubahan tingkat mendekati.
4. Meningkatnya dorongan yang diasosiasikan dengann mendekat atau menjauh akan meningkatkan tingkat *gradient*.
5. Jika ada dua respon yg bersaing, maka yang lebih kuat yang akan muncul.

Dollard dan Miller juga memandang penting faktor ketidaksadaran. Ketidaksadaran menurut Miller dan Dollard berisi tentang hal yang tidak pernah disadari (*drive*, *stimuli*, dan respon yang dipelajari bayi sebelum bisa bicara sehingga tidak memiliki label verbal), juga berisi hal yang pernah disadari tapi tidak bertahan maupun karena represi.

Dinamika kepribadian seseorang sangatlah kompleks, melibatkan seluruh dinamika *drives*, proses belajar, proses mental yang lebih tinggi, model konflik yang dialami, dan ketidaksadaran.

Kapasitas bawaan dari bayi yang baru lahir meliputi:

1. Pada waktu lahir, bayi dilengkapi dengan refleks khusus, sebagai kapasitas tingkah lakunya untuk bertahan hidup.
2. Kedua, bayi memiliki sejumlah hierarki respon bawaan, yaitu kecenderungan melakukan respon tertentu pada stimulus tertentu sebelum melakukan respon lain. Contohnya pada stimulus yang sifatnya mengancam, bayi akan menghindar terlebih dahulu sebelum menangis.
3. Ketiga, setiap individu memiliki dorongan primer, yang berupa stimulus internal, biasanya berhubungan dengan proses-proses fisiologis.

Bayi terus berusaha mengurangi tegangan *drives*, mempelajari respon baru dan mengembangkan respon mental yang lebih tinggi.

Konteks sosial tempat seseorang berkembang sangat memengaruhi kemampuan memakai bahasa dan respon isyarat. Interaksi anak dengan lingkungan sebagian besar adalah interaksi bahasa verbal (produksi dan menerima) Bahasa adalah produk sosial. Karena bahasa penting dalam membentuk kepribadian, maka konteks sosial juga penting dalam membentuk kepribadian. Dollard dan Miller menekankan saling ketergantungan antara tingkah laku dengan lingkungan sosiokultural.

Dollar dan Miller menganggap *training* yang terjadi selama 12 tahun awal kehidupan sangat penting dalam menentukan tingkah laku dewasa. Dollar dan Miller banyak memakai formulasi Freud untuk menentukan 4 situasi *training* yang menjadi periode kritis antara lain:

1. *Feeding situation*
2. *Cleanliness situation* (masa toilet training)
3. *Early sex education training*
4. *Anger and anxiety training*

Konflik neurotik tidak hanya dipelajari oleh anak-anak, tetapi dipelajari juga sebagai akibat kondisi-kondisi yang diciptakan orangtua. Contohnya, pada satu situasi, orangtua menginginkan



anak untuk berperilaku agresif; pada situasi lain yang serupa anak dituntut untuk berperilaku submisif.

## **B. Kesimpulan**

Teori S-R mencermati proses ketika individu menjadi jembatan antara stimulus dan respon (internal dan eksternal) Menurut Dollard dan Miller, bentuk sederhana teori belajar adalah “mempelajari keadaan dimana terjadi hubungan antara respon dengan cue-stimulusnya”. Di dalamnya juga dibahas prinsip-prinsip asosiasi dan *reinforcement* (penguatan).

## **C. Latihan soal mandiri (quiz)**

Coba anda renungkan, bagaimana kepribadian anda dapat terbentuk hingga seperti sekarang ini? Gunakan pendekatan S—R dari Dollard & Miller

## **D. Daftar istilah yang penting**

## **E. Daftar Pustaka**

Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc

## MATERI 5

### ALBERT BANDURA - TEORI KOGNITIF SOSIAL

#### A. SUB MATERI

##### A.1 Riwayat Singkat

Albert Bandura lahir pada 4 Desember 1925, di Mundare, Alberta. Ia anak laki-laki satu-satunya di keluarga dengan 5 orang kakak perempuan. Saat Bandura remaja, keluarganya pindah dan Bandura bersekolah di sekolah kecil dan terpencil. Kakak-kakaknya mendorongnya untuk mandiri, dan Bandura belajar dengan inisiatif sendiri karena fasilitas sekolahnya sangat minim. Ia mengembangkan kemandirian dalam mencapai apa yang diinginkannya. Ia memperoleh gelar sarjana psikologinya di University of British Columbia di Vancouver pada tahun 1949, dan gelar Ph. D di Iowa tahun 1952. Saat ini ia mengajar di Universitas Stanford (1953-sekarang), dan pernah menjabat sebagai presiden APA pada tahun 1973.

#### B. SUB MATERI

##### Penjelasan teori

Asumsi paling awal dan dasar dalam teori sosial kognitif Bandura adalah bahwa manusia bisa belajar berbagai sikap, perilaku, dan keterampilan melalui "*vicarious experiences*" Walaupun manusia belajar dari pengalaman langsung, namun Bandura berpendapat bahwa manusia lebih banyak belajar dari mengamati orang lain. Belajar melalui mengamati orang lain disebut *observational learning*.

Bandura percaya bahwa pengamatan/observasi terhadap perilaku orang lain membantu manusia belajar tanpa harus melakukan sesuatu secara langsung. Perbedaannya dengan Skinner adalah, *reinforcement* tidak harus hadir secara langsung, tapi bisa didapat dari mengamati *reinforcement* yang didapat orang lain. Menurut Bandura, *observational learning* lebih efisien daripada pengalaman mengalami langsung, dan dapat menghindari hukuman atau ketiadaan *reinforcement*. Kunci utama *observational learning* adalah *modelling*.

*Modelling* bukan sekadar mengamati model atau mengulang perilaku yang diamati. *Modelling* melibatkan proses kognitif tentang penambahan maupun pengurangan perilaku yang diamati, dan sekaligus melakukan generalisasi informasi penting untuk digunakan di masa depan. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi proses modeling:

1. Karakteristik model (*high-status; power; skilled*)
2. Karakteristik observer (*children; unskilled, lack status*)
3. Dampak pengamatan terhadap observer (*value*)

Ada 4 hal yang diperlukan dalam proses *observational learning* yaitu *attention*, *representation*, *behavioral production*, dan *motivation*. *Attention* adalah perlunya perhatian yang tercurah pada model. *Representation* adalah tingkah laku yang akan ditiru, diingat dalam bentuk simbol, baik dalam bentuk verbal maupun imajinasi/gambar. *Behavioral production* adalah dihasilkannya tingkah laku setelah memperhatikan-mengingat perilaku model. “Bagaimana saya akan melakukannya”; “Apa yang harus dilakukan”; “Apakah saya sudah melakukan dengan benar?” *Motivation* adalah sesuatu yang akan menentukan suatu tingkah laku akan dilakukan atau tidak. Semakin besar motivasinya, semakin berpeluang untuk dilakukan.

Dalam *enactive learning*, Bandura percaya bahwa perilaku manusia yang kompleks bisa dipelajari ketika manusia mengevaluasi konsekuensi suatu perilaku. Ada 3 fungsi konsekuensi yang menyertai suatu tingkah laku:

1. Pemberi informasi: memberi info dampak dari suatu perilaku tertentu dan dapat digunakan di masa depan
2. Memunculkan perilaku antisipatif: manusia memiliki *insight* dan *foresight*
3. Penguat tingkah laku: jika konsekuensi menyenangkan, perilaku akan diulang

Bandura percaya bahwa perilaku baru didapat dari *observational learning* dan *enactive learning*. Tahapan dari *observational learning* yaitu *modeling-observing-coding-performing-motivated*. Sedangkan tahapan dari *enactive learning* adalah mempelajari perilaku kompleks melalui memikirkan-mengevaluasi konsekuensi perilaku.

*Triadic reciprocal causation* adalah bagian dari struktur kepribadian manusia, dimana perilaku manusia merupakan interaksi 3 variabel: pribadi-lingkungan-tingkah laku. Pribadi (*person*) meliputi gender, status sosial, kondisi fisik, kognitif (*memory, judgement, thought, foresight*, dan lain sebagainya). Tiga komponen di atas tidak berperan dalam intensitas seimbang, semua tergantung situasi. Meskipun tingkah laku dan lingkungan pada suatu situasi bisa saja menjadi kontributor terbesar pada performa seseorang, namun biasanya kognisi adalah kontributor terkuat individu melakukan suatu tindakan tertentu.

Selain hal-hal tadi, ada juga 2 hal yang berperan dalam transformasi perilaku seseorang, yaitu *chance encounters* (pertemuan tak terduga dengan seseorang yang tak familiar atau tidak saling kenal), dan *fortuitous events* (kejadian yang tidak terduga).

Bandura juga memiliki beberapa pandangan terhadap kemanusiaan. Menurutnya, manusia memiliki kapasitas untuk berlatih mengontrol kehidupannya. Juga, manusia memiliki regulasi diri, bersifat proaktif, dapat merefleksi diri, dapat mengorganisir diri, dan memiliki kekuatan untuk dapat memengaruhi tindakannya sendiri untuk mendapatkan konsekuensi yang diinginkan.

Bandura juga membicarakan *self-regulation* (regulasi diri). Menurutnya, manusia memiliki kemampuan berpikir, dan dengan kemampuan itu manusia memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan. Orang dapat mengatur sebagian dari tingkah lakunya sendiri. 2 faktor yang berperan dalam proses regulasi diri adalah faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal misalnya standar untuk mengevaluasi tingkah laku. Standar ini didapat dari faktor lingkungan yang berinteraksi dengan pengaruh pribadi. Contohnya standar hal-hal yang dianggap baik oleh orangtua atau guru yang kemudian digunakan untuk menilai prestasi diri. Ada pula *reinforcement*, suatu insentif yang berasal dari lingkungan eksternal, seperti pujian dan hadiah.

Sedangkan faktor internal terdiri dari *self-observation*, yaitu apa yang diobservasi tergantung pada minat dan konsep diri seseorang. *Judgemental process* adalah melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, dengan kata lain suatu proses memberi penilaian. *Self-response* adalah kondisi dimana akhirnya berdasarkan pengamatan dan penilaian seseorang akan menilai diri positif atau negatif lalu menghadahi atau menghukum diri.

Bandura juga membahas tentang *self-efficacy* (efikasi diri), yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri bahwa dirinya dapat melakukan sesuatu tindakan tertentu. Efikasi diri seseorang dapat berbeda-beda tergantung situasi. Bisa efikasinya tinggi di suatu situasi, bisa rendah di situasi lain. Keyakinan tersebut menjadi dasar esensi kemanusiaan. Efikasi diri didapatkan, dipertahankan, ditingkatkan melalui kombinasi dari beberapa faktor:

1. *Mastery experiences* – pengalaman di masa lalu
2. *Social modeling* – pengalaman *vicarious*
3. *Social persuasion* – penilaian dari sosial yang memengaruhi diri
4. *Physical and emotional state* – kondisi fisik dan emosi memengaruhi tinggi rendahnya efikasi diri

Kombinasi efikasi diri dengan lingkungan dapat memprediksi tingkah laku seseorang. Efikasi diri yang tinggi dan lingkungan yang responsif akan membuat seseorang menjadi sukses dan melakukan tugas sesuai dengan kemampuannya. Tetapi jika efikasi dirinya rendah dan lingkungannya responsif, seseorang akan merasa depresi karena melihat orang lain sukses pada tugas yang dianggap sulit. Dengan efikasi diri yang tinggi dan lingkungan yang tidak responsif,

seseorang akan cenderung berusaha keras mengubah lingkungan, melakukan protes, aktivitas sosial, bahkan melakukan perubahan. Jika efikasi dirinya rendah dan lingkungan tidak responsif, maka seseorang akan menjadi apatis, mudah menyerah, dan tidak berdaya.

Menurut Bandura, perilaku yang patologis dipelajari dan dipengaruhi oleh interaksi faktor kognitif, neurofisiologis, pengalaman yang mendapat penguatan, dan nilai fasilitatif dari lingkungan. Seseorang bisa merasa depresi karena regulasi diri yang salah (pengamatan diri, penilaian diri, dan reaksi diri negatif) karena standar pribadi dan penetapan tujuan yang terlalu tinggi.

Fobia terjadi karena efikasi diri yang rendah, dimana seseorang memiliki keyakinan bahwa ia tidak mampu menangani ancaman, sehingga timbul ketakutan kronis. Media TV ikut berperan dalam menciptakan fobia, yaitu dengan menyebarkan rasa takut pada masyarakat.

Agresi timbul karena pengamatan terhadap model yang agresi, pengalaman langsung dengan reinforcement negatif atau positif, latihan atau perintah, dan keyakinan yang ganjil. Pengamat cenderung bertindak lebih agresif daripada model.

Kesimpulan konsep kepribadian dari Bandura adalah:

1. Menekankan aspek observasi pada konsekuensi perilaku model dan proses internal individu.
2. Individu belajar dengan mengamati dan meniru orang lain, serta perkembangan kepribadian didapat dari observasi terus-menerus terhadap diri dan lingkungan.
3. Ada interaksi antara individu vs lingkungan dalam memunculkan suatu perilaku yang melibatkan proses kognitif

Proses kognitif individu yang termasuk didalamnya penerimaan diri dan kritik diri sangat berperan dalam membimbing tingkah laku, sehingga tingkah laku menjadi menetap tanpa terus-menerus berubah karena perubahan sosial.

### **C. Kesimpulan**

Asumsi paling awal dan dasar dalam teori sosial kognitif Bandura adalah bahwa manusia bisa belajar berbagai sikap, perilaku, dan keterampilan melalui "*vicarious experiences*" Walaupun manusia belajar dari pengalaman langsung, namun Bandura berpendapat bahwa manusia lebih banyak belajar dari mengamati orang lain. Belajar melalui mengamati orang lain disebut *observational learning*.

### **D. Latihan soal mandiri (quiz)**

Jelaskan mengenai belajar secara meniru dari orang lain.

**E. Daftar istilah yang penting**

**F. Daftar Pustaka**

Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc

## MATERI 6

### EYSENCK - TRAIT AND FACTOR THEORY

#### A. SUB MATERI

##### A. 1 Riwayat Singkat

Sosok yang berpengaruh besar terhadap Eysenck adalah Cyril Burt, Charles Spearman, dan Ivan Pavlov. Burt dan Spearman sebagai profesornya Eysenck menunjukkan padanya bahwa kepribadian lebih jelas jika diteliti secara psikometrik. Eysenck meneladani Pavlov yang menemukan bahwa struktur kepribadian punya dasar biologis. Teori dari Eysenck punya poin besar pada dua hal tersebut, yaitu psikometrik dan biologis.

#### B. SUB MATERI

##### Penjelasan Teori

Eysenck berpendapat bahwa dasar umum kepribadian berasal dari keturunan dalam bentuk tipe dan trait, serta tingkah laku dipelajari dari lingkungan. Kepribadian merupakan keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme, sebagaimana ditentukan oleh faktor keturunan dan lingkungan. Struktur kepribadian manusia hanya akan bermakna jika terbukti secara biologis.

Terdapat 4 level hirarki organisasi perilaku, yaitu:

1. *Type*: hirarki tertinggi—kumpulan *trait* (mewadahi berbagai kombinasi *trait*).
2. *Trait*: hirarki kedua—kumpulan kecenderungan tindakan, koleksi respon yang saling berkaitan atau memiliki kesamaan tertentu; kumpulan kebiasaan. *Trait* merupakan disposisi kepribadian yang penting dan bersifat semi permanen.
3. *Habit*: hirarki ketiga—merupakan kebiasaan tingkah laku atau kebiasaan berpikir; kumpulan respon/perilaku spesifik; tingkah laku atau pikiran yang muncul kembali untuk merespon kejadian yang mirip.
4. Respon spesifik: hirarki terendah—tingkah laku yang secara aktual dapat diamati, berfungsi sebagai respon terhadap suatu kejadian.

Eysenck menemukan 3 dimensi tipe yaitu: ekstrasversion (E), neuroticism (N), dan Psychoticism (P). Masing-masing dimensi saling terpisah dan dapat berkombinasi secara bebas. Tiap tipe merupakan kumpulan 9 *trait*, sehingga terdapat 27 *trait*. Neuroticism dan Psychoticism bukan sifat yang patologis, walaupun individu yang memiliki gangguan akan

mendapat skor ekstrim. Tiga dimensi tersebut adalah bagian normal kepribadian manusia. Kesemua faktor memiliki sifat bipolar (berlawanan), seperti ekstroversi lawannya introversi; neurotisisme lawannya stabilitas; dan psikotisme lawannya fungsi superego.

Model kepribadian ekstrasersion (E) memiliki *trait* seperti perasaan sosial, lincah, aktif, asertif, optimis, bersemangat, dominan, rasa humor, dan perasaan-perasaan yang menuju pada penghargaan hubungan sesama. Ekstroversi memiliki pandangan objektif dan tidak bersifat pribadi. Lawannya adalah introversi, yaitu memiliki pandangan subyektif dan individualis. Ciri introversi yaitu tenang, pasif, lembut, tidak berjiwa sosial, pesimis, dan kontrol diri. Menurut Eysenck penyebab utama perbedaan ekstroversi dan introversi adalah pada tataran biologis dan keturunan yaitu CAL (*Cortisol Arousal Level*). Kepribadian ekstroversi memiliki CAL rendah, artinya korteks butuh banyak rangsangan untuk dapat aktif. Contohnya olahraga tim dan melakukan banyak kegiatan. Kepribadian introversi memiliki CAL tinggi, artinya korteks tidak butuh banyak rangsangan, sehingga cenderung menarik diri untuk mengurangi rangsang berlebih. Contohnya menarik diri atau menyendiri, dan melakukan olahraga soliter.

Kepribadian neuroticism memiliki kecenderungan mengalami emosi negatif (*high level of negative affect*). Orang dengan skor neurotik tinggi cenderung bereaksi emosi secara berlebih, mengeluh simptom fisik, cemas dan khawatir. Neuroticism oleh Eysenck tidak sama dengan neurosis pada pengertian umum, namun menunjukkan model *stress-diathesis* (skor N lebih tinggi rentan mengembangkan gangguan neurotik pada situasi yang menekan). Dasar biologis neuroticism adalah ANS (*Automatic Nervous System Reactivity*). Orang dengan ANS tinggi cenderung merespon dengan emosi berlebih (cepat marah, cepat panik, cepat tersinggung, dan lain-lain). Lawan dari kepribadian ini adalah stabilitas emosi.

E (ekstroversi dan intraversi) dan N (*emotional instability* dan *stability*) dapat digabung dalam bentuk hubungan CAL & ANS yang bentuknya dapat digambarkan secara garis absis ordinat (kuadran):

1. *Stable* ekstrasersi (tipe sanguine)

Ciri: ramah, banyak bicara, mau mendengarkan, *easygoing*, lincah, *carefree*, kepemimpinan baik.

2. *Unstable* ekstrasersi (tipe choleric)

Ciri: mudah tersentuh atau peka, tidak kenal lelah, *excitable*, mudah berubah, *impulsive*, tidak bertanggung jawab.

3. *Stable* introversi (tipe phlegmatic)



Ciri: kalem, *even-tempered*, dapat diandalkan, terkontrol, *peaceful*, peduli pada orang lain, hati-hati, pasif.

4. *Unstable* introversi (tipe melancholic)

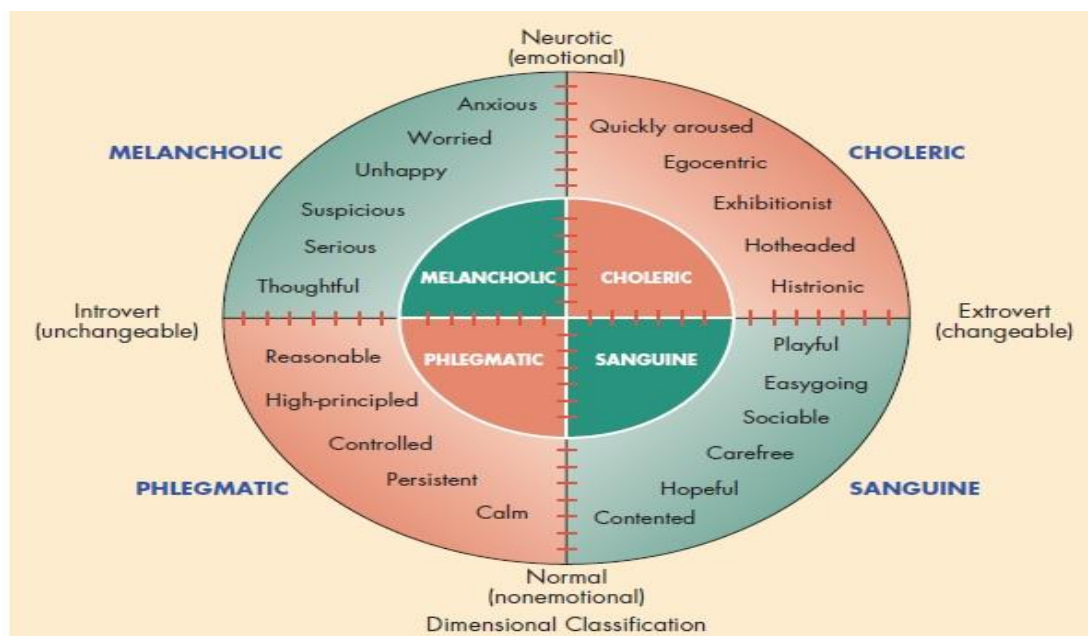
Ciri: pendiam, menarik diri, pesimistik, tertata, kaku, peragu, *moody*.

Orang dengan skor psychoticism (P) tinggi memiliki *trait* agresif, dingin, egosentrik, impulsif, antisosial, kreatif, keras hati, dan tidak empati. Orang dengan skor P rendah sebaliknya, hangat, penuh kasih, merawat, tenang, sosialis, dan sabar. Psychoticism juga mengikuti *diathesis-stress* model. P dapat digabung dengan N dan E menjadi bentuk tiga dimensi; tiga garis yang saling berpotongan di tengah.

Kepribadian terbentuk antara hereditas dan lingkungan. CAL dan ANS merupakan hereditas, serta respon spesifik dan kebiasaan (*habit*) dapat dipelajari dari lingkungan. Eysenck berpendapat bahwa inti fenomena neurotik adalah reaksi takut yg dipelajari atau terkondisi (ketika satu atau dua stimulus netral diikuti dengan perasaan sakit fisik atau psikologis). Jika secara hereditas rentan neurotik, maka mungkin satu peristiwa traumatik yang kuat dapat membuat orang itu mengembangkan reaksi kecemasan yang besar dan sulit berubah.

### C. Kesimpulan

Kepribadian manusia menurut Eysenck dipengaruhi oleh faktor hereditas dan lingkungan.



### D. Latihan soal mandiri (quiz)

- a. Coba buat contoh kasus menggunakan bagan/hirarki organisasi perilaku yang bs mengarah pada salah satu tipe kepribadian.

b. Coba lakukan refleksi diri, bagaimana perkembangan kepribadian anda sampai pada saat ini (gunakan pendekatan dari Eysenck)

**E. Daftar istilah yang penting**

**F. Daftar Pustaka**

Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc

## **MATERI 7**

### **ALLPORT – PSIKOLOGI INDIVIDUAL**

#### **A. SUB MATERI**

**Tokoh:** Gordon W. Allport (1897 – 1967)

##### **Biografi**

- Gordon W. Allport lahir di Montezuma, Idiana pada tanggal 11 November 1897 sebagai anak keempat dari pasangan John E. Allport dan Nellie W. Allport.
- Allport merupakan anak bungsu dan memiliki kakak yang semuanya laki-laki
- Setelah lulus SMA, Allport mengikuti jejak kakaknya mengambil kuliah Psikologi (Sarjana – Ph.D) di Harvard. Kakaknya terkenal di bidang Psikologi Sosial, sementara Allport mendalami Psikologi Kepribadian
- Saat menerima gelar sarjana psikologi dan ekonomi pada tahun 1919, ia masih tidak yakin dengan karirnya di masa depan. Saat diberikan kesempatan untuk mengajar di Turki, Allport melihatnya sebagai suatu kesempatan untuk mengetahui apakah ia akan menikmati menjadi pengajar.
- Allport pernah menerima undangan dari kakak laki-lakinya untuk tinggal bersama di Wina. Disanalah Allport bertemu dengan Sigmund Freud, yang kemudian memengaruhi ide-ide yang dimiliki Allport mengenai kepribadian
- Pada tahun 1925, Allport menikahi Ada Lufkin Gould dan memiliki seorang anak bernama Robert yang berprofesi sebagai dokter anak. Pada tanggal 9 Oktober 1967, Allport yang merupakan perokok berat, meninggal karena kanker paru-paru.

#### **B. SUB MATERI**

##### **Definisi Kepribadian**

Allport mendefinisikan kepribadian sebagai organisasi yang dinamis dalam diri individu dimana sistem psikofisiknya menentukan penyesuaian yang unik terhadap lingkungan; karakteristik pikiran dan perilaku individu. Allport memilih setiap frasa yang digunakan dalam definisinya dengan hati-hati agar setiap kata dapat menyampaikan dengan tepat apa yang ingin dikatakannya.

- Istilah *organisasi yang dinamis* mengimplikasikan integrasi atau saling keterkaitan dari beragam aspek kepribadian. Kepribadian merupakan sesuatu yang terorganisasi dan terpola, namun organisasi ini selalu dapat berubah.
- Istilah *psikofisik* disini lain menekankan pada pentingnya aspek psikologis maupun aspek fisik dari kepribadian.
- Kata lain yang digunakan dalam definisi yang mengimplikasikan tindakan adalah *menentukan*, yang memberikan gagasan bahwa kepribadian adalah sesuatu dan melakukan sesuatu. Artinya, kepribadian tidak hanya sekedar perilaku atau topeng yang dikenakan oleh manusia, tetapi merujuk pada individu di balik tampilan luarnya atau di balik tindakannya.
- Istilah *karakteristik* dalam definisi yang disampaikan menunjukkan bahwa semua manusia memberikan tanda atau ukiran khas pada tiap kepribadian yang dimiliki, agar tidak dapat diduplikasi oleh orang lain.
- Kata *perilaku* dan *pikiran* merujuk pada apapun yang dilakukan oleh orang tersebut. Kedua kata ini adalah istilah majemuk yang dimaksudkan untuk meliputi perilaku internal (pikiran) dan perilaku eksternal, setiap kata-kata dan tindakan.

### **Pribadi Sehat**

Allport menyatakan bahwa pribadi yang sehat didasari oleh motivasi yang disadari dimana individu dewasa yang sehat menyadari perilaku mereka dan alasan melakukan perilaku tersebut. Asumsi umum yang dibutuhkan untuk mengerti konsep Allport mengenai kepribadian yang matang:

- Manusia yang matang secara psikologis memiliki karakteristik berupa perilaku proaktif, yaitu mampu bertindak secara sadar dalam lingkungannya melalui pendekatan-pendekatan yang baru dan inovatif, serta membuat lingkungan individu memberikan respon terhadap mereka. Perilaku proaktif tidak hanya sekedar mengurangi tekanan, namun juga untuk membentuk tekanan baru.
- Kepribadian yang matang lebih dapat termotivasi oleh proses sadar daripada kepribadian yang terganggu, yang dapat membuat individu menjadi lebih fleksibel dan mandiri dibanding pribadi yang tidak sehat, yang akan tetap terdominasi oleh motif-motif tidak sadar yang berasal dari pengalaman masa kecilnya.

## Ciri Pribadi Sehat

Allport (1961) mengidentifikasi enam kriteria kepribadian yang matang, antara lain:

1. Perluasan dari Konsep Diri.

Pribadi yang matang akan terus mencari untuk dapat mengidentifikasi diri dan berpartisipasi dalam kejadian yang terjadi di luar dirinya. Individu ini tidak hanya terpusat pada diri sendiri (*self-centered*), tetapi juga mampu untuk terlibat dalam masalah dan aktivitas yang tidak terpusat pada diri sendiri, seperti minat atas kehidupan sosial, keluarga, dan spiritual.

2. Adanya Hubungan yang Hangat dengan Orang Lain

Individu ini akan mempunyai kapasitas untuk mencintai orang lain dalam cara-cara yang intim dan simpatik dengan orang lain. Individu ini cenderung mencintai orang lain tanpa posesif dan egois, serta mampu memperlakukan orang lain dengan rasa hormat, serta menyadari bahwa kebutuhan, keinginan dan harapan orang lain merupakan hal yang tidak sepenuhnya asing dengan milik mereka sendiri.

3. Mampu Menerima Diri / Emosi yang Stabil

Pribadi yang matang menerima diri mereka apa adanya dan memiliki suatu keseimbangan emosional dalam dirinya. Manusia yang sehat secara psikologis tidak akan menjadi terlalu sedih apabila terdapat hal-hal yang berjalan di luar rencananya, serta menyadari bahwa rasa frustrasi dan ketidaknyamanan merupakan bagian dari hidup.

4. Memiliki Persepsi yang Realistis terhadap Lingkungan

Individu ini tidak hidup dalam dunia fantasi atau membelokkan kenyataan agar sesuai dengan harapannya, serta lebih berinteraksi dengan dunia seperti yang dilihat oleh kebanyakan orang.

5. *Insight* (Kedalaman Wawasan) dan Humor

Pribadi yang matang mengenal dirinya sendiri, sehingga tidak mempunyai kebutuhan untuk mengatribusikan kesalahan dan kelemahannya kepada orang lain. Manusia yang sehat dapat melihat dirinya dengan lebih objektif, dapat melihat hal-hal yang absurd dan mustahil dalam kehidupan, serta tidak mempunyai kebutuhan untuk berpura-pura atau memakai topeng dalam kehidupan.

6. Konsep yang Jelas mengenai Tujuan Hidup

Manusia dengan sikap religius yang matang dan filosofi kehidupan yang integral, mempunyai kesadaran yang berkembang dengan baik dan kemungkinan besar memiliki hasrat untuk melayani orang lain.

**Struktur Kepribadian**

Sifat (trait) merupakan predisposisi untuk merespon secara sama kelompok stimuli yang mirip, suatu struktur neuropsikik yang memiliki kemampuan untuk menjadikan banyak stimuli berfungsi ekuivalen, dan memulai serta membimbing bentuk-bentuk tingkah laku yang adaptif dan ekspresif. Sifat-sifat yang terpenting dari trait adalah sebagai berikut:

1. Nyata : trait bukan konsep yang abstrak tetapi objek nyata, yakni struktur neuropsikis
2. Membuat banyak stimuli berfungsi ekuivalen : yang artinya trait telah menetapkan kepada individu bahwa berbagai stimulus memilikimakna yang sama dan merespon stimuli dengan tingkah laku yang mirip
3. Mengubah atau menentukan tingkah laku : traits yang kuat memiliki kekuatan motif untuk menggerakkan tingkah laku. Mendorong orang mencari stimulus yang sesuai sehingga dapat menampung ekspresi trait itu.
4. Empirik : trait dapat disimpulkan dari terjadinya tingkah laku berulang yang mempunyai makna yang sama, mengikuti rentangan stimulus tertentu yang memiliki makna personal yang sama. Trait juga disimpulkan dari kesatuan keselarasan dari berbagai manifestasi tingkah laku, dan disimpulkan dari kegiatan merespon stimuli yang diberikan.

Terdapat beberapa kategori *traits*, antara lain:

1. *Common Traits*

Merupakan sifat-sifat yang dimiliki bersama oleh banyak orang, dipakai untuk membandingkan orang dari latar budaya yang berbeda. Asumsi yang mendasari adalah persamaan evolusi dan pengaruh sosial.

2. *Personal Dispositions*

Merupakan gambaran struktur kepribadian yang bersifat unik antar individu. Personal disposisi memiliki tingkat generalitas yang berbeda-beda, ada yang mempengaruhi tingkah laku seseorang secara umum atau tingkah laku tertentu saja. Tingkatan *personal dispositions*:

- *Cardinal Dispositions*  
Sifat atau karakteristik yang mencolok yang sangat mendominasi hidup individu, dimiliki oleh sebagian orang seperti narsistik, don juan, sifat kasih Bunda Teresa, dll.
- *Central Dispositions*  
Kecenderungan individu yang sangat khas atau sering berfungsi, serta mudah ditandai, seperti pandai, pemalu, lamban, dll.
- *Secondary Dispositions*  
Sifat yang tidak terlalu jelas, tidak terlalu umum atau tidak terlalu konsisten.
- *Motivational Disposition*  
Disposisi yang memiliki motivasi kuat. Contohnya berpakaian utk menghangatkan tubuh
- *Stylistic Disposition*  
Disposisi yang kekuatan motivasinya kurang kuat. Contohnya penampilan dan dandanan rapi

### **Proprium**

Proprium merupakan aspek kepribadian yang dikenal dengan nama lain yaitu *self* atau ego. Proprium adalah sesuatu yang dapat kita sadari dengan segera, sesuatu yang dipikirkan individu sebagai bagian yang hangat, sentral, dan privat dari kehidupan individu, sehingga menjadi inti dari kehidupan. Pengertian proprium ini mencakup semua aspek kepribadian yang menimbulkan perbedaan kehidupan emosional antar individu, membuat kehidupan diri menjadi terpisah dengan orang lain, dan menciptakan unitas dari persepsi, sikap, dan tujuan hidup seseorang.

### **Motivasi**

Allport menyatakan bahwa manusia adalah makhluk sadar dan rasional, berbuat berdasarkan apa yang diharapkan dapat tercapai, bukan berdasar pada keinginan primitif atau pengalaman traumatik masa lalu, serta menyadari apa yang dilakukan dan mempunyai pengetahuan atas alasan mengapa mereka melakukannya. Terdapat beberapa motif pada manusia menurut Allport:

- *Functional Autonomy*  
Motivasi individu di masa sekarang bersifat independen (tidak terkait masa lalu). Secara umum, konsep otonomi fungsional memiliki pandangan bahwa motif ini merupakan penjelasan dari sebuah perilaku, dan seseorang tidak perlu mencari lebih jauh penyebab-penyebab lain yang lebih utama atau tersembunyi. Misalnya dengan perkataan lain, apabila mengumpulkan uang merupakan motif otonom secara fungsional, maka perilaku seseorang

yang pelit tidak akan dikaitkan dengan pengalaman masa kecilnya dengan pelatihan menggunakan toilet (*toilet training*).

- *Perserverative functional autonomy*

Perilaku yang dilakukan tidak lagi berdasar alasan asalnya tapi karena sudah terbiasa (*habit*). Misalnya seseorang yang mengalami ketergantungan obat-obatan akan terus menggunakan obat-obatan terlarang walaupun motivasi saat ini secara fungsional tidak bergantung lagi dengan motif awal mereka.

- *Propriate functional autonomy*

Meliputi sesuatu yang sifatnya lebih *self-directed* daripada *habits* seperti nilai-nilai hidup. Misalnya seorang wanita mungkin menerima suatu pekerjaan karena membutuhkan uang. Awalnya pekerjaan tersebut tidak menarik, dan bahkan sangat tidak menyenangkan. Akan tetapi setelah beberapa tahun, ia mulai mengembangkan suatu minat yang mendalam terhadap pekerjaan tersebut dan bahkan dapat mengembangkan hobi yang berhubungan erat dengan pekerjaannya.

### C. KESIMPULAN

Kepribadian individu merupakan organisasi yang dinamis dimana sistem psikofisiknya menentukan penyesuaian yang unik terhadap lingkungan; karakteristik pikiran dan perilaku individu.

### D. LATIHAN SOAL MANDIRI (QUIZ)

1. Jelaskan definisi kepribadian dan struktur kepribadian menurut teori kepribadian Allport.
2. Jabarkan pribadi yang memiliki ciri-ciri sehat pada individu.
3. Mengapa Allport mengelompokkan teorinya ke dalam teori psikologi individual. Uraikan dengan jelas.

### E. Daftar istilah yang penting

### F. Daftar Pustaka

Buku/bacaan pokok dalam perkuliahan ini adalah:

1. Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc
2. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Holistik – Organismik Fenomenologis*. Editor : A Supratiknya. Jogyakarta Penerbit Kanisius.
3. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Sifat Behavioristik*. Editor : A Supratiknya. Jogyakarta Penerbit Kanisius.



# MATERI 8

## MASLOW - TEORI MOTIVASI

### A. SUB MATERI

**Tokoh:** Abraham Harold Maslow (1908-1970)

#### Biografi

- Maslow lahir di Manhattan, New York pada tanggal 1 April 1908. Maslow merupakan anak pertama dari tujuh bersaudara dari pasangan Samuel Maslow dan Rose Schilosky Maslow.
- Masa kecil Maslow dipenuhi dengan rasa malu, rendah diri, dan depresi.
- Kurang dekat dengan kedua orang tua, namun Maslow tidak merasa keberatan karena ayahnya seringkali tidak ada di sampingnya. Sebaliknya, Maslow merasakan kebencian dan kemarahan yang besar, tidak hanya pada masa kecilnya, tetapi juga hingga hari kematian ibunya yang hanya berjarak beberapa tahun sebelum kematian Maslow sendiri.
- Tertarik dengan psikologi karena aliran Behaviorisme “John B. Watson”
- Semua gelar di bidang psikologi diperoleh di Universitas Wisconsin (Sarjana muda-Ph.D).
- Selama 14 tahun menjadi staf pengajar di Brooklyn College (1937-1951), lalu pindah ke Brandeis University sebagai Kepala Jurusan Psikologi.
- 8 Juni 1970 meninggal karena serangan hati yang berat.

### B. SUB MATERI

#### Teori DINAMIKA-HOLISTIK

Kepribadian manusia termotivasi oleh suatu kebutuhan dan manusia memiliki potensi untuk tumbuh menuju kesehatan psikologis, yaitu *aktualisasi-diri*.

#### Konsep tentang MOTIVASI

Teori kepribadian Maslow dibuat berdasarkan beberapa asumsi dasar mengenai motivasi, antara lain:

1. *Pendekatan holistik (menyeluruh) pada motivasi*, yaitu keseluruhan dari seseorang, bukan hanya satu bagian atau fungsi, termotivasi.

2. *Motivasi biasanya kompleks atau terdiri dari beberapa hal*, yang berarti bahwa tingkah laku seseorang dapat muncul dari beberapa motivasi yang terpisah. Motivasi untuk melakukan sesuatu dapat disadari maupun tidak disadari oleh yang melakukan.
3. *Individu termotivasi secara terus menerus oleh satu kebutuhan atau kebutuhan yang lain*. Ketika sebuah kebutuhan terpenuhi, biasanya kebutuhan tersebut berkurang kekuatannya untuk memotivasinya dan digantikan oleh kebutuhan lain.
4. *Semua orang dimanapun termotivasi oleh kebutuhan yang sama*. Bagaimana cara orang-orang di kultur yang berbeda-beda memperoleh makanan, membangun tempat tinggal, mengekspresikan pertemanan, dan seterusnya bisa bervariasi, tetapi kebutuhan dasar untuk makanan, keamanan, dan pertemanan merupakan kebutuhan yang berlaku umum untuk semua individu.
5. *Kebutuhan dapat disusun dalam bentuk hierarki*.

#### **Dua Tipe Dasar MOTIVASI**

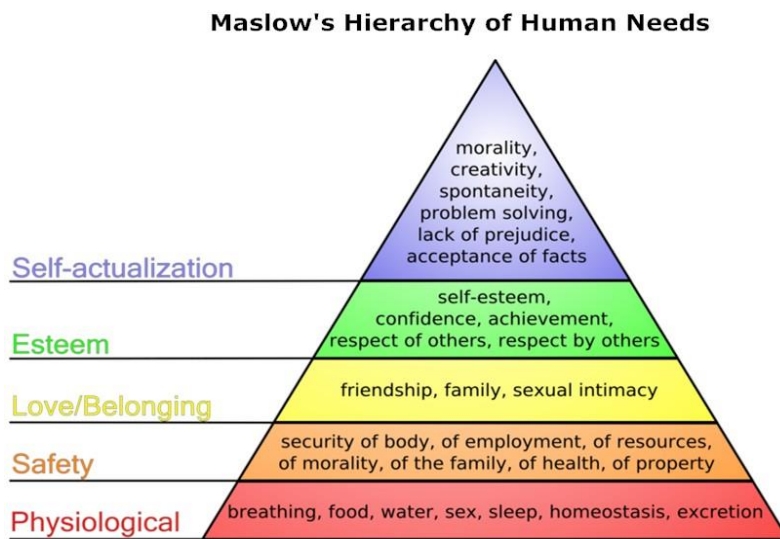
1. *Deficiency motive*  
Hasil dari beberapa motif yang kekurangan, seperti rasa lapar dan haus. Motif ini bisa dipuaskan ketika kebutuhan akan suatu objek dapat diperoleh.
2. *Growth needs*  
Tidak mementingkan diri sendiri dengan memberikan cinta kasih kepada orang lain dan perkembangan potensi unik seseorang. Kepuasan pada motif ini diperoleh melalui pengekspresian motif-motif tersebut.

#### **Hierarki Kebutuhan**

Terdapat beberapa asumsi dari hierarki kebutuhan Maslow:

1. Kebutuhan yang tingkatnya lebih rendah harus dipuaskan atau minimal terpenuhi secara relatif sebelum termotivasi menuju kebutuhan yang lebih tinggi.
2. Kebutuhan-kebutuhan *konatif* bercirikan daya juang atau motivasi disebut juga *kebutuhan-kebutuhan dasar*.
3. Kebutuhan-kebutuhan yang seringkali disebut Maslow sebagai kebutuhan-kebutuhan dasar dapat dibentuk menjadi sebuah hierarki atau tangga, dimana anak tangga menggambarkan kebutuhan yang lebih tinggi, tetapi bukan merupakan kebutuhan untuk bertahan hidup. Kebutuhan-kebutuhan di level rendah mempunyai potensi atau kekuatan yang lebih besar dibandingkan kebutuhan-kebutuhan di level lebih tinggi, sehingga kebutuhan-kebutuhan di

level rendah harus terpenuhi atau cukup terpenuhi terlebih dahulu sebelum kebutuhan di level tinggi bisa aktif. Hierarki kebutuhan dapat dilihat pada gambar:



### Hierarki Kebutuhan MASLOW

#### 1. Kebutuhan Fisiologis (*Physiological Needs*)

- Merupakan kebutuhan yang potensinya paling dasar dan besar bagi pemenuhan kebutuhan di atasnya, contohnya adalah bernafas, makan, air, seks, tidur, dan lain-lain
- Umumnya bersifat homeostatik (usaha menjaga keseimbangan unsur-unsur fisik)
- Kebutuhan fisiologis ini sangat kuat, dalam keadaan absolut semua kebutuhan lain bisa saja ditinggalkan dan orang tersebut akan mencurahkan semua kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan ini.
- Perbedaan dengan kebutuhan lain:
  - Satu-satunya kebutuhan yang bisa terpuaskan sepenuhnya atau bahkan selalu terpenuhi
  - Hakikat pengulangannya (kebutuhan ini bisa muncul kembali meskipun sudah terpenuhi sebelumnya)

#### 2. Kebutuhan Akan Rasa Aman(*Safety Needs*)

- Meliputi kebutuhan akan rasa aman secara fisik, stabilitas, perlindungan, dan bebas dari ancaman termasuk kebutuhan terhadap hukum, aturan dan struktur
- Kebutuhan ini tidak bisa terpenuhi secara utuh, dan merupakan pertahanan hidup jangka panjang

- Kebutuhan keamanan sudah muncul sejak bayi dalam bentuk menangis dan berteriak ketakutan karena perlakuan yang kasar atau karena perlakuan yang dirasa sebagai sumber bahaya.
- Pada masa dewasa, kebutuhan rasa aman terwujud dalam berbagai bentuk seperti kebutuhan pekerjaan dan gaji untuk memperoleh jaminan masa depan, praktek beragama yang membantu orang untuk mengorganisir dunianya menjadi lebih sehat dan seimbang
- Maslow menyatakan bahwa gejala neurotic obsesif-kompulsif banyak dilator belakang oleh kegagalan memenuhi kebutuhan keamanan, misalnya orang-orang yang berulang-ulang meneliti pintu rumahnya sudah terkunci atau belum.

### 3. Kebutuhan utk Dicintai dan Dimiliki (*Love & Belongingness Needs*)

- Kebutuhan ini dapat berupa keinginan untuk berteman dan menjalin persahabatan, memiliki pasangan dan keturunan, termasuk keintiman seksual dan hubungan antarpribadi.
- Jika kebutuhan ini relatif terpenuhi sejak kecil maka akan ada rasa diterima dan tidak akan merasa panik atau hancur saat ditolak. Orang-orang semacam ini mempunyai kepercayaan diri bahwa mereka akan diterima oleh orang-orang yang penting bagi mereka.
- Orang-orang yang tidak pernah merasakan cinta dan keberadaan akan menjadi tidak mampu memberikan cinta. Orang-orang ini jarang atau bahkan tidak pernah dipeluk ataupun disentuh serta mendapatkan pernyataan cinta dalam bentuk apapun. Maslow percaya bahwa orang semacam ini lama-kelamaan akan belajar untuk tidak mengutamakan cinta dan terbiasa dengan ketidakhadiran cinta
- Jika kebutuhan ini sedikit saja terpenuhi, maka individu akan memiliki motivasi kuat untuk mencarinya. Dengan kata lain, orang yang menerima sedikit cinta mempunyai kebutuhan akan kasih sayang dan penerimaan yang lebih besar daripada orang yang menerima cinta dalam jumlah cukup atau yang tidak menerima cinta sama sekali
- Maslow menyatakan bahwa cinta merupakan hubungan yang sehat antara sepasang manusia yang melibatkan perasaan saling menghargai, menghormati, dan mempercayai. Maslow juga menyatakan terdapat dua jenis cinta (dewasa), yakni *Deficiency* atau D-love, dan *Being* (B-love).
- D-love berarti orang yang mencintai sesuatu yang tidak dimilikinya, seperti harga diri dan seseorang yang membuat dirinya menjadi tidak sendirian. D-love adalah cinta yang mementingkan diri sendiri, lebih bersifat memperoleh daripada memberi.

- B-love didasarkan pada penilaian mengenai orang lain apa adanya, tanpa ada keinginan mengubah atau memanfaatkan orang itu. Cinta tidak berniat memiliki, tidak mempengaruhi, dan terutama bertujuan memberi orang lain gambaran positif, penerimaan diri dan perasaan dicintai, yang membuka kesempatan orang itu untuk berkembang.

#### **4. Kebutuhan untuk Dihargai(*Esteem Needs*)**

- Merupakan kebutuhan terkait penghargaan-diri, keyakinan, kompetensi, dan pengetahuan
- Terdapat dua tingkat kebutuhan untuk dihargai, yaitu:
  - Reputasi; merupakan persepsi tentang prestise, pengakuan, atau ketenaran yang berhasil dicapai seseorang di mata orang lain.
  - Harga diri; merupakan perasaan seseorang terhadap keberhargaan dan keyakinan dirinya. Harga diri menggambarkan sebuah keinginan untuk memperoleh kekuatan, pencapaian atau keberhasilan, kecukupan, penguasaan dan kemampuan, kepercayaan diri di hadapan dunia, serta kemandirian dan kebebasan.
- Menurut Maslow, penghargaan dari orang lain hendaknya diperoleh berdasarkan penghargaan diri dari kemampuan dirinya sendiri, bukan dari ketenaran eksternal yang tidak dapat dikontrol yang dapat membuat individu tergantung dengan orang lain.

#### **5. Kebutuhan untuk Mengaktualisasikan-Diri (*Self-Actualization Needs*)**

- Pemenuhan-diri, realisasi semua potensi, dan keinginan untuk menjadi kreatif dalam makna sepenuhnya.
- Tidak semua orang setelah mencapai kebutuhan untuk dihargai pasti akan meraih kebutuhan aktualisasi diri; tergantung pada *B-values*.
- Manusia yang dapat mencapai tingkat aktualisasi diri ini menjadi manusia yang utuh, memperoleh kepuasan dari kebutuhan-kebutuhan yang orang lain bahkan tidak menyadari adanya kebutuhan semacam itu. Mereka mengekspresikan kebutuhan dasar kemanusiaan secara alami, dan tidak mau ditekan oleh budaya.

#### **Kebutuhan-kebutuhan ESTETIS (*Aesthetic Needs*)**

- Kebutuhan akan keteraturan, keindahan dan pengalaman-pengalaman yang menyenangkan secara estetis
- Kebutuhan ini tidak bersifat universal. Orang-orang dengan kebutuhan estetika yang kuat menginginkan lingkungan yang indah dan teratur.
- Jika kebutuhan ini tdk terpenuhi maka akan mengganggu kesehatan secara psikologis

### **Kebutuhan-kebutuhan Kognitif (*Cognitive Needs*)**

- Merupakan kebutuhan yang mencakup rasa ingin tahu, memecahkan misteri, memahami dan menyelidiki sesuatu
- Saat kebutuhan kognitif terhalang maka semua kebutuhan konatif dalam hierarki Maslow menjadi terancam tidak bisa terpenuhi karena pengetahuan merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk memenuhi masing-masing dari kelima kebutuhan konatif yang ada. Misalnya, orang-orang dapat memenuhi kebutuhan fisiologis berupa rasa lapar dengan cara mengetahui bagaimana mendapatkan makanan.
- Individu yang terpenuhi kebutuhan kognitifnya akan memiliki rasa ingin tahu yang besar, sebaliknya jika kebutuhan ini belum terpenuhi maka individu akan mengembangkan rasa ingin tahu yang patologis; naif, skeptis, dan sinis terhadap pengetahuan.

### **Kebutuhan-kebutuhan Neurotik (*Neurotic Needs*)**

- Mengarah pada stagnasi dan patologi tertentu.
- Kebutuhan neurotik bersifat nonproduktif, dan memupuk gaya hidup yang tidak sehat dan tanpa-nilai dalam perjuangan untuk aktualisasi diri.
  - Bersifat reaktif; berfungsi sebagai kompensasi terhadap kebutuhan-kebutuhan dasar yang tidak terpenuhi. Contohnya adalah individu yang tidak memenuhi kebutuhan akan keamanannya dapat mengembangkan keinginan yang kuat untuk mengumpulkan uang atau barang-barang kepemilikan. Dorongan untuk mengoleksi ini merupakan sebuah kebutuhan neurotik yang dapat mengarah pada penyakit jika kebutuhan tersebut terpenuhi maupun tidak terpenuhi.
- Kebutuhan neurotik berbeda dengan kebutuhan hirarkis karena kepuasan kebutuhan neurotic tidak membuat orang berkembang menjadi sehat. Memberi semua kekuatan yang diinginkan oleh orang yang kebutuhan neurotiknya haus kekuasaan, tidak membuat neurotiknya reda, dan jenuh.

### **Pembahasan Umum Kebutuhan-kebutuhan**

Maslow memperkirakan rata-rata pemenuhan kebutuhan:

- fisiologis 85%
- rasa aman 70%
- dicintai dan dimiliki 50%
- dihargai 40%
- aktualisasi-diri 10%

### Beberapa patologi karena kurangnya pemenuhan kebutuhan dasar:

- Deprivasi pada kebutuhan fisiologis: kesalahan gizi, kelelahan, kehilangan energi, dll
- Deprivasi pada kebutuhan akan rasa aman : merasa takut, tdk aman, dan putus asa
- Deprivasi pada kebutuhan dicintai dan memiliki: defensif, terlalu agresif, atau kurang bersosialisasi
- Deprivasi pada kebutuhan untuk dihargai: ragu pada diri, merasa dirinya memiliki kekurangan dan tidak percaya diri
- Deprivasi pd kebutuhan aktualisasi diri: tidak adanya nilai dan kehilangan makna hidup

### AKTUALISASI-DIRI

#### Kriteria bagi Aktualisasi-Diri

1. Bebas dari psikopatologi
2. Bergerak maju melewati hierarki kebutuhan
3. Memegang erat B-values
4. Bertumbuh, berkembang, dan menjadi apa yg sanggup dilakukan

#### Nilai-nilai Pengaktualisasi-Diri

- Dimotivasi oleh B-values; disebut juga **metaneeds** (tingkat tertinggi kebutuhan).
- Motif pada priadi pengaktualisasi-diri disebut **metamotivasi**
- B-values terdiri atas 14 nilai yang saling berkaitan erat satu sama lain, seperti: *kebenaran, kebaikan, keindahan, kemenyeluruhan, semangat, keunikan, kesempurnaan, kelengkapan, keadilan, kesederhanaan, totalitas, kegigihan, humor, dan kemandirian.*

Deprivasi pada salah satu B-values akan menghasilkan **metapatologi** atau ketiadaan makna hidup

#### Ciri-ciri Pribadi Pengaktualisasi-Diri

1. Persepsi yg lbh efisien thd realitas; dpt mendeteksi kepura-puraan
2. Menerima diri, orang lain, dan alam
3. Spontan, efektif, bersahaja, dan alamiah
4. Fokus pada masalah
5. Kebutuhan akan privasi
6. Kemandirian
7. Kesegaran apresiasi
8. Pengalaman puncak
9. Kepedulian sosial

10. Hubungan antarpribadi yang mendalam
11. Perilaku demokratis
12. Kemampuan utk memilahkan cara dan tujuan
13. Kepekaan filosofis terhadap humor
14. Kreatif, dan melawan enkulturasi

### **KOMPLEKS YUNUS (*JONAH COMPLEX*)**

Menurut Maslow, semua orang dilahirkan dengan kemauan untuk memperoleh kesehatan, dengan kecenderungan untuk tumbuh menuju aktualisasi diri, tetapi hanya sedikit orang yang berhasil mencapainya. Pertumbuhan menuju kepribadian normal dan sehat dapat dihambat pada masing-masing tahapan pada hierarki kebutuhan. Salah satu hal yang seringkali menghambat pertumbuhan seseorang menuju aktualisasi diri adalah *jonah complex*. *Jonah complex* merupakan rasa takut untuk menjadi atau mengupayakan potensi terbaik dalam diri seseorang. Rasa takut ini termasuk rasa takut untuk berhasil, takut menjadikan diri yang terbaik, dan perasaan takjub pada keindahan dan kesempurnaan saat ini.

### **C. KESIMPULAN**

Kepribadian individu termotivasi oleh suatu kebutuhan dan manusia memiliki potensi untuk tumbuh menuju kesehatan psikologis, yaitu *aktualisasi-diri*.

### **D. LATIHAN SOAL MANDIRI (QUIZ)**

1. Jelaskan definisi kepribadian dan struktur kepribadian menurut teori Maslow.
4. Jabarkan hirarki kebutuhan pada manusia dan sertakan contohnya.
5. Uraikan kebutuhan yang menjadi fokus saat ini beserta alasannya.

### **E. Daftar istilah yang penting**

### **F. Daftar Pustaka**

Buku/bacaan pokok dalam perkuliahan ini adalah:

1. Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc
2. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Holistik – Organismik Fenomenologis*. Editor : A Supratiknya. Yogyakarta Penerbit Kanisius.
3. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Sifat Behavioristik*. Editor : A Supratiknya. Yogyakarta Penerbit Kanisius.



# MATERI 9

## CARLS ROGERS – CLIENT CENTERED THEORY

### A. SUB MATERI

**Tokoh :** Carl Rogers

#### **Biografi**

- Lahir: Oak Park, Illinois 8 Januari 1902
- Wafat: La Jolla, California (1987)
- Tidak banyak teman
- Gemar membaca
- Awal: bidang agrikultur dan sejarah
- 1922 menekuni psikologi
- Profesor psikologi di Ohio State University
- Presiden APC (American Psychological Society)
- Pengalaman sebagai terapis lalu menekuni dunia akademis

### B. SUB MATERI

#### ***Client-Centered Theory***

Teori ini menekankan perlunya sikap saling menghargai dan tanpa prasangka (antara klien dan terapis) dalam membantu klien mengatasi masalah-masalah kehidupannya. Rogers menyakini bahwa klien sebenarnya memiliki jawaban atas permasalahan yang dihadapinya dan tugas terapis hanya membimbing klien menemukan jawaban yang benar.

#### **Asumsi Dasar**

##### **1. *Formative Tendency***

Rogers meyakini bahwa terdapat kecenderungan dari setiap hal, baik organik maupun non-organik untuk berevolusi dari bentuk yang sederhana menjadi bentuk yang lebih kompleks. Sebagai contoh, galaksi bintang yang kompleks terbentuk dari massa yang kurang terorganisasi dengan baik, organisme kompleks berkembang dari sebuah sel, dan kesadaran manusia merupakan evolusi dari ketidaksadaran primitif menjadi kesadaran yang sangat teratur.

## 1. Kecenderungan Aktualisasi

Merupakan kecenderungan setiap manusia untuk bergerak menuju keutuhan atau pemuasan dari potensi. Kebutuhan untuk memuaskan dorongan lapar, untuk mengekspresikan emosi mendalam yang mereka rasakan, dan untuk menerima diri seseorang adalah contoh-contoh dari satu motif aktualisasi.

### Konsep Teori

- Rogers menganggap bahwa manusia pada dasarnya baik atau sehat.
- Individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, menentukan hidup, dan menangani masalah-masalah.
- Rogers lebih melihat pada masa sekarang, karena masa lampau memang akan mempengaruhi cara bagaimana seseorang memandang masa sekarang yang akan mempengaruhi juga kepribadiannya.

### Struktur Kepribadian

#### 1. Organism

Pengertian organism mencakup tiga hal:

- Mahluk hidup: organisme adalah makhluk lengkap dengan fungsi fisik dan psikologiknya. Organism adalah tempat semua pengalaman, segala sesuatu yang secara potensial terdapat dalam kesadaran setiap saat.
- Realitas subjektif: organisme menanggapi dunia berdasar yang dialami atau diamati, realita adalah medan persepsi yang sifatnya subjektif, realita subjektif semacam itulah yang menentukan atau membentuk tingkah laku
- Holisme: organism adalah satu kesatuan sistem, sehingga perubahan satu bagian akan mempengaruhi bagian lainnya.

#### 2. Struktur Kepribadian (Self)

Konsep self menggambarkan konsepsi individu tentang diri sendiri, cirri-ciri yang menjadi bagian dari dirinya. Contoh: saya menyenangkan, saya menarik. Menekankan pentingnya kesadaran (*awareness*); representasi simbolik dari bagian-bagian pengalaman, dalam wujud simbol verbal atau simbol lainnya. Terdapat tiga tingkatan simbolisasi:

1. Peristiwa dialami di bawah ambang kesadaran diabaikan, diingkari
2. Peristiwa dialami dengan kesadaran penuh disimbolkan dalam struktur self.
3. Peristiwa dialami dalam bentuk yang kabur atau tidak jelas.

Terdapat beberapa rumusan tentang self:

- Self terbentuk melalui diferensiasi medan fenomena
- Self terbentuk melalui introjeksi nilai-nilai orang tertentu (orangtua) dan distorsi pengalaman.
- Self bersifat integral dan konsisten
- Pengalaman yang tidak sesuai dengan struktur self dianggap sebagai ancaman
- Self dapat berubah sebagai akibat kematangan biologik dan belajar.

### **Dinamika Kepribadian**

#### **1. *Self Concept***

Konsep diri meliputi seluruh aspek dalam keberadaan dan pengalaman seseorang yang disadari oleh individu tersebut, walaupun tidak selalu akurat. Kesadaran batin yang tetap, mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku, dan membedakan aku dari yang bukan aku. Konsep diri yang sudah terbangun tidak mungkin tidak membuat perubahan sama sekali, hanya tetap akan terasa sulit.

#### **2. *Positive Regard***

Kebutuhan diri agar diterima baik, dicintai, dan diakui lingkungan. Perkembangan pengalaman menempatkan positif regard timbal balik. Orang yang merasa puas menerima regard positif, kemudian juga merasa puas dapat memberi regard positif kepada orang lain. Ketika positif regard itu diinternalisasi, orang dapat memperoleh kepuasan dari menerima dirinya sendiri, atau menerima diri positif.

#### **3. *Self-actualization***

Organisme terus menerus bergerak maju. Tujuan tingkah laku adalah mencapai aktualisasi diri, bukan untuk mereduksi tegangan energi. Organisme memiliki satu kekuatan motivasi, dorongan aktualisasi diri, dan satu tujuan hidup, yaitu menjadi aktualisasi diri. Rogers mengasumsikan; pada dasarnya ada peluang semua tingkahlaku manusia bertujuan meningkatkan kompetensinya, yang berarti mengaktualisasikan dirinya.

### **Perkembangan Kepribadian**

#### **1. *Fully Functioning Person***

Individu yang memakai kapasitas dan bakatnya, merealisasikan potensinya, dan bergerak menuju pemahaman yang lengkap mengenai diri dan seluruh pengalaman. Rogers menyampaikan 5 ciri kepribadian orang yang berfungsi sepenuhnya adalah terbuka untuk mengalami suatu pengalaman, kecenderungan untuk hidup sepenuhnya dan seberisi mungkin pada setiap eksistensi, mengambil keputusan berdasarkan pengalaman organismiknya sendiri,

mengerjakan apa yang dirasa benar sebagai bukti kompetensi dan keyakinannya untuk mengarahkan tingkahlaku yang memuaskan, memiliki pilihan yang bebas, dan memiliki kreativitas.

## 2. Perkembangan Psikopatologi

Individu sehat akan menyadari pengalaman dan ekspresi perasaannya dan memiliki keberanian untuk akrab dengan segala resikonya. Orang yang maladjustmen tidak menyadari perasaan yang diekspresikan (yang ditangkap dengan jelas oleh orang luar). Mereka juga tidak menyadari pernyataan yang bertentangan dengan dirinya dan berusaha menolak ekspresi yang dapat mengungkap hal itu.

- *Incongruence*

Orang yang secara psikologis sangat sehatpun secara berkala tetap dihadapkan dengan pengalaman yang mengancam konsep dirinya yang memaksanya untuk mendistorsi atau mengingkari pengalamannya. Semakin besar jurang ketidaksesuaian antara konsep diri dengan pengalaman organismik, maka orang tersebut akan menjadi semakin rentan. Kondisi dimana self tidak mampu mempertahankan diri dari pengalaman yang mengancam ini akan menimbulkan disorganisasi kepribadian dan psikopatologi membuat orang menjadi psikotik

- Kecemasan dan Ancaman

Kecemasan dan ancaman muncul akibat dari orang yang sangat sadar dengan ketidaksesuaian antara konsep diri dengan pengalaman organiknya. Kecemasan dan ancaman yang menjadi indikasi adanya ketidakkongruenan diri dengan pengalaman membuat orang berada dalam perasaan tegang yang tidak menyenangkan, namun pada tingkat tertentu kecemasan dan ancaman dibutuhkan untuk mengembangkan diri memperoleh jiwa yang sehat.

- *Defensiveness*

Tingkahlaku bertahan yang dipakai untuk menangani inkongruen, dapat efektif atau tidak efektif. Rogers hanya mengklasifikasikan dua tingkahlaku bertahan yakni distorsi (kesalahan menginterpretasi pengalaman dengan aspek yang ada di dalam konsep diri) dan denial (menolak menyadari suatu pengalaman).

## Psikoterapi

Rogers menamakan teknik terapinya sebagai terapi yang berpusat pada klien. terapi ini dapat dideskripsi dalam bentuk jika maka, yaitu jika kondisi terapis bersifat kongruen, menerima positif

tanpa syarat, dan empati, maka proses terapi akan berjalan lancar. Jika proses terapi berjalan, maka dapat diharapkan hasilnya dapat mengembangkan klien ke arah yang dikehendaki. Agar proses terapeutik dapat berlangsung, dibutuhkan tiga kondisi yang harus ada dalam bentuk yang memenuhi syarat:

- Klien yang mengalami kecemasan atau kerentanan memiliki motivasi mendatangi terapis untuk mencari bantuan
- Terapis dapat menunjukkan kepada klien bahwa konsep dirinya kongruen, menerima klien secara positif tanpa syarat, dan bersikap empatik.
- Kontak antara klien dengan terapis dalam suasana kongruen, penerimaan positif tanpa syarat, dan empati berlangsung dalam jangka waktu yang panjang

### **C. KESIMPULAN**

Kepribadian individu memerlukan sikap saling menghargai dan tanpa prasangka (antara klien dan terapis) dalam membantu klien mengatasi masalah-masalah kehidupannya. Rogers menyakini bahwa klien sebenarnya memiliki jawaban atas permasalahan yang dihadapinya dan tugas terapis hanya membimbing klien menemukan jawaban yang benar.

### **D. LATIHAN SOAL MANDIRI (QUIZ)**

1. Jelaskan definisi kepribadian dan struktur kepribadian menurut teori Rogers
2. Jelaskan struktur kepribadian Rogers.

### **E. Daftar istilah yang penting**

### **F. Daftar Pustaka**

Buku/bacaan pokok dalam perkuliahan ini adalah:

1. Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc
2. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Holistik – Organismik Fenomenologis*. Editor : A Supratiknya. Yogyakarta Penerbit Kanisius.
3. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Sifat Behavioristik*. Editor : A Supratiknya. Yogyakarta Penerbit Kanisius.

## MATERI 10

### VICTOR FRANKL – LOGOTERAPI

#### A. Sub-Materi

Viktor Emile Frankl lahir 26 Maret 1905 di Wina, merupakan keturunan Yahudi. Ayahnya adalah mahasiswa kedokteran yang tidak bisa lanjut kuliah karena kekurangan biaya. Akhirnya Frankl Sr bekerja menjadi pegawai tetap di Departemen Sosial yang banyak mengurus masalah kesejahteraan pemuda. Viktor Frankl mengambil pendidikan dokter dgn spesialisasi Neuro-Psikiatri (ahli penyakit saraf dan jiwa); meraih Doktor dalam Ilmu Kedokteran, Universitas Wina. Sejak usia 4 th, Frankl tertarik dengan pemikiran “apa arti kehidupan jika ia sdh mati”. Frankl remaja senang belajar filsafat alam di usia 14 th. Waktu SMU sangat besar dipengaruhi psikoanalisis namun berhenti krn tdk setuju pandangan determinis & orientasi psikoseksual. Victor Frankl sempat juga bergabung dgn Adler, namun kemudian dipecat oleh Adler krn beda pemikiran yg mengarah fenomenologis & eksistensialisme. 1929 (sblm PD II), Frankl sebagai dokter muda mendirikan Pusat Bimbingan Remaja di Kota Wina. Kota2 lain meniru konsep pusat bimbingan oleh Frankl. Frankl diijinkan melakukan psikoterapi oleh universitasnya walaupun blm lulus spesialisasi. Pengalaman Frankl dgn klien: mengamati adanya perubahan sindrom “*repressed sex*” dan “*sexually frustrated*” (Freud) menjadi “*repressed meaning*” dan “*existensial frustrated*”; dari “*feeling of inferiority*” (Adler) menjadi “*feeling of meaningless and emptiness*”. Mulai tahun 30-an Frankl aktif mengungkapkan pandangannya sendiri ttg “*existensial vacuum*”, “*self transcendence*” dan “*logotherapie*”. Sekitar Tahun 1937, Nazi menguasai Austria & Wina. Frankl & istrinya sebenarnya punya izin bermigrasi ke AS, tapi ia tidak tega meninggalkan orangtuanya, keluarga & saudara yang lain. Akhirnya adik perempuannya yg berangkat & Frankl ttp di kota itu. Pengalaman serpihan batu (The Ten Commandments) dari Gereja “Muliakanlah ayah-ibumu dna tinggallah di tanah air”. Frankl dan keluarga digiring ke kamp konsentrasi & menghuni maut 4 kamp (salah satunya kamp maut: Auschwitz) selama hampir tiga tahun. Fenomena Saint (orang suci) dan Swine (babi) di kamp Auschwitz. Frankl melihat adanya meaning of suffering pd tahanan yg dianggap Saint & menemukan bahwa perbedaan saint dan swine tertelak pd keputusan pribadi bukan situasi. Dlm kamp juga Frankl menemukan teori “The Will to Meaning” yaitu hasrat utk hidup bermakna sbg motivasi asasi dlm kehidupan manusia. Kamp menjadi laboratorium hidup bg teori makna hidup. Frankl selamat dari kamp & melanjutkan menulis buku “*Aerzliche Seelorge*” / “The Doctor and The Soul”.

#### B. Sub-Materi

Kata Logoterapi dapat dipecah ke dalam dua kata dasarnya yaitu Logos (Yunani: makna & spiritualitas) + terapi (artinya penyembuhan). Logoterapi mengakui dimensi kerohanian manusia disamping dimensi jiwa dan fisik. Logoterapi beranggapan bahwa makna hidup (*the meaning of life*) dan hasrat utk hidupbermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama manusia utk meraih taraf kehidupan bermakna (*the meaningful life*). Logoterapi kemudian meluas menjadi filsafat manusia, teori kepribadian, teori psikopatologi, psikoterapi.

Asas-Asas Logoterapi antara lain:

1. Hidup tetap punya makna dlm setiap situasi. Makna adlh ssuatu yg dirasa penting, benar, berharga, didamba & memberi nilai khusus serta layak dijadikan tujuan hidup
2. Setiap manusia punya kebebasan utk menemukan sendiri makna hidupnya.
3. Setiap manusia punya kemampuan untuk mengambil sikap thd penderitaan & peristiwa tragis yg tdk dpt dielakkan lagi, stlh upaya maksimal utk mengatasinya tdk berhasil. Sikap yg tepat → sikap yg menimbulkan kebajikan pd diri & org lain & sesuai dgn nilai kemanusiaan & norma lingk yg berlaku

Ajaran Logoterapi:

- Dalam setiap keadaan apapun, kehidupan selalu punya makna
- Kehendak utk hidup bermakna merupakan motivasi setiap orang
- Dlm batas2 ttt, manusia punya kebebasan & tanggung jwb pribadi utk memilih, menentukan, & memenuhi makna & tujuan hidupnya
- Hidup yg bermakna didapat dgn jln merealisasi tiga nilai kehidupan: nilai kreatif (*creative values*), nilai penghayatan (*experiential values*), & nilai bersikap (*attitude values*)

Gambaran Logoterapi Sebagai Teori Kepribadian:

- Corak eksistensial humanistic. Artinya logoterapi mengakui manusia sbg makhluk yg memiliki kebebasan berkehendak, sadar diri, & mampu menentukan apa yg terbaik utk dirinya
- Manusia punya kualitas insani (*humanities qualities*) yaitu: potensi, kemampuan, bakat, kesadaran diri, transendensi diri, spiritualitas, humor, perasaan, dll.

- Inti dari logoterapi adlh makna hidup → *the will to meaning; the meaning of life; the meaningful life*.
- Orientasi pada masa depan (*future oriented*)

Struktur Kepribadian Manusia menurut Logoterapi adalah:

Saling memengaruhi unsur internal, eksternal, transcendental.

1. **Internal** : bakat & kemampuan, sarana (jiwa, raga, rohani), daya pribadi (intuisi, daya piker, emosi), kualitas insani (*human qualities*), dan hasrat utk hidup bermakna, dan kemampuan utk menentukan apa yg terbaik bagi dirinya (*self determining being*)
2. **Eksternal** : lingk alam, tradisi dan budaya, situasi masyarakat.
3. **Transendental** : kemampuan utk mengatasi kondisi kehidupan saat ini, menentukan apa yg diidamkan dgn memanfaatkan daya imajinasi, *will power*, merencanakan, dan mengambil sikap atas kondisi tragis

Dinamika Kepribadian Manusia menurut Logoterapi:

- Setiap orang selalu mendamba kebahagiaan dlm hidupnya. Kebahagiaan tdk trjd begitu saja, tapi akibat sampingan dari keberhasilan ssorg utk memenuhi hasrat utk hidup bermakna (*the will to meaning*).
- Mereka yg berhasil akan mengalami hidup bermakna (*meaningful life*) dan reward berupa kebahagiaan.
- Yg tdk berhasil akan mengalami kekecewaan dan kehampaan (*meaningless*). Kehampaan dan kekecewaan yang berlarut2 & tak teratasi menyebabkan gangguan neurosis (*noogenic neurosis*), mengembangkan karakter totaliter, dan konformis.

Dalam Logoterapi, hidup tanpa makna dapat dijelaskan dengan kondisi sebagai berikut:

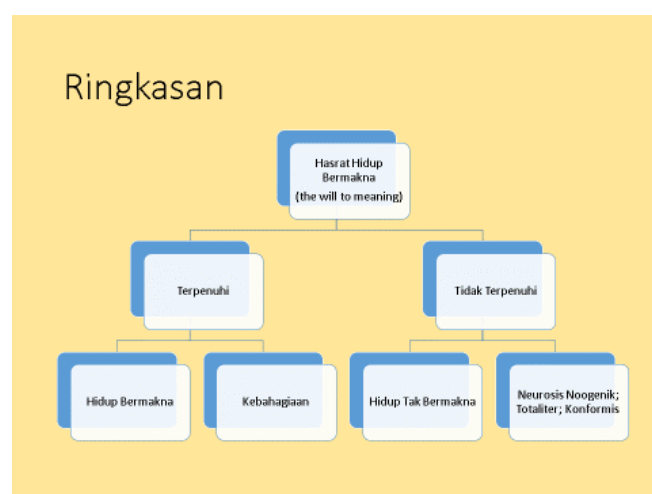
- Kondisi hampa, bosan, tak memiliki tujuan hidup, dan apatis.
- Kondisi itu mgk saja tidak terungkap scr nyata, tp menjelma / tersirat mnjd brbagai upaya kompensasi & kehendak berlebih utk : berkuasa (*the will to power*), bersenang2 mencari kenikmatan (*the will to pleasure*), mengumpulkan uang (*the will to money*).
- Neurosis noogenik: gangguan perasaan yg menghambat prestasi & penyesuaian diri ssorg. Keluhannya: serba bsoan, hampa, putusasa, hilangnya minat, merasa hidup tdk berarti. Motto hidup “aku salah dan kamu pun tdk benar. Aku serba salah”



- Karakter totaliter adlh pribadi yg memaksakan tujuan, kepentingan, kehendak sendiri & tdk bersedia menerima masukan org lain. Tampak menampung masukan org lain tp kemudian mengabaikannya bila beda pandangan. Sebaliknya jika sesuai kepentingannya, masukan org lain diam2 dimanfaatkan & dinyatakan sbg pikiran pribadi. Peka thd kritik & reaktif serta agresif. Motto “aku benar, kamu salah. Semau aku”
- Karakter konformis adlh gambaran pribadi yg mengikuti & menyesuaikan diri pd tuntutan lingk, serta bersedia mengabaikan kepentingannya sendiri. Berawal dari kekecewaan dan ketidakmampuan menghadapi hidup. Kebalikan dari karakter totaliter, konformis menjadikan pedoman lingkungan sbg pedoman pribadinya. Motto “aku salah kamu benar. Aku ikuts aja”

Gambaran Penghayatan Hidup Bermakna menurut Logoterapi adalah:

- Corak: penuh gairah, bersemangat, jauh dr perasaan hampa.
- Memiliki tujuan hidup yang jelas.
- Tugas dan pekerjaan sehari2 menjadi sumber kepuasan dan kesenangan yg dikerjakan dgn gembira & bertanggung jawab.
- Bisa menyesuaikan diri dgn batasan2 lingkungan tp dpt menentukan sendiri apa yg paling baik utk mereka.
- Bisa melihat setiap situasi punya makna.
- Motto “raih makna dengan doa, karya, dan cinta”



Sumber Makna Hidup antara lain:

- ***Creative Values***: berkarya, bekerja, mencipta, serta melaksanakan tugas dengan penuh cinta dan tanggung jawab.
- ***Experiential Values***: keyakinan dan penghayatan thd nilai kemanusiaan, nilai kebenaran, keindahan, agama, dan cinta kasih.
- ***Attitudinal Values***: penghayatan sikap, yaitu dgn tabah, sabar, dan berani menerima penderitaan yg tdk bs dielakkan. Penekanannya pada sikap menerima dgn ikhlas.

### C. Kesimpulan

Logoterapi beranggapan bahwa makna hidup (*the meaning of life*) dan hasrat utk hidupbermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama manusia utk meraih taraf kehidupan bermakna (*the meaningful life*). Logoterapi kemudian meluas menjadi filsafat manusia, teori kepribadian, teori psikopatologi, psikoterapi.

### D. Latihan Soal Mandiri (Quiz)

- a. Bagaimana implementasi logoterapi terhadap kehidupan anda sehari-hari sebagai mahasiswa?
- b. Bagaimana sikap yang tepat sebagai mahasiswa untuk bisa menghayati makna hidup?

### E. Istilah penting

### F. Daftar Pustaka

Buku/bacaan pokok dalam perkuliahan ini adalah:

1. Victor E. Frankl. 2004. *Man's search For Meaning*. Terjemahan : Bandung. Penerbit Nuansa.

# MATERI 11

## KELLY – PERSONAL CONSTRUCT THEORY

### A. SUB MATERI

**Tokoh:** George Alexander Kelly

#### Biografi

- Lahir : 28 April 1905 di Perth, Kansas
- Anak tunggal dari org tua yg terdidik
- Mendalami berbagai bidang ilmu; pendidikan, sosiologi, ekonomi, ketenagakerjaan, antropologi, dan juga psikologi yg akhirnya merumuskan teori *personal construct*
- Sarjana fisika dan matematika : Park College in Missouri
- Gelar Ph.D Psikologi: University of Iowa
- Menjadi dosen tamu di beberapa universitas lain
- Wafat : 6 Maret 1967

### B. SUB MATERI

#### Pandangan Filsafat Kelly

Setiap pribadi akan memahami alam semesta dengan cara yang berbeda sehingga cara individu menginterpretasi akan menjadi kunci untuk memprediksi perilaku individu tersebut. Teori konstruk personal tidak berusaha untuk menjelaskan alam, melainkan sebuah teori mengenai konstruksi manusia terhadap peristiwa-peristiwa, yaitu pencarian pribadi mereka ke dalam dunia mereka.

#### *Personal Construct Theory*

Manusia berusaha untuk memahami dunia seperti hal-nya seorang ilmuwan. Suatu konstruk personal adalah cara seseorang dalam melihat hal-hal yang serupa, namun juga berbeda dari hal lain. Saat individu mampu mempersepsikan sesuatu secara jelas atau samar-samar, maka konstruk personal akan membentuk perilaku seseorang. Manusia akan menggunakan *personal constructs* untuk memahami dunia; menyerupai paradigma.

## Struktur Kepribadian

- *Personal Construck* mrpkan struktur kunci dlm teori kepribadian Kelly.
- *Personal Construck*:struktur kognitif yang digunakan untuk menginterpretasi dan meramalkan st peristiwa atau keadaan.
- Manusia mengembangkan berbagai konstruk sepanjang hidupnya.
- Setiap individu menggunakan *personal construck* yang berbeda dan tidak mengatur konstruk mereka secara persis sama dengan orang lain.
- Konstruk yg sudah ada dapat diperbaiki, dimodifikasi atau dielaborasi karena manusia dan peristiwa selalu berubah dari waktu ke waktu
- Tidak ada konstruk yang absolut
- *Constructive alternativism*: manusia bebas untuk memperbaiki atau mengganti konstrak personalnya berdasarkan beragam peristiwa yg dialami.

## 11 Tipe Struktur Kepribadian (*Corollary*)

1. ***Contruction Corollary***: individu mengantisipasi peristiwa di masa depan dengan berdasarkan interpretasi terhadap tema pengalaman yang berulang.
2. ***Individuality Corollary***: perbedaan individu membuat manusia berbeda-beda dalam membuat konstruk atas suatu peristiwa (tergantung interpretasi masing-masing).
3. ***Organization Corollary***: Individu mengorganisasikan konstrak pribadinya dalam suatu sistem hirarki.
4. ***Dichotomi Corollary***: Sistem konstruk manusia terdiri atas sejumlah konstruk dikotomis yaitu baik-buruk.
5. ***Choice Corollary***: Individu memilih sendiri alternatif dari konstruk dikotomis tersebut sehingga mempertimbangkan jangkauan pilihannya di masa depan.
6. ***Range Corollary***: Suatu konstruk hanya dapat digunakan untuk mengantisipasi peristiwa tertentu saja (ada yang dapat digunakan untuk beragam situasi, ada yang hanya dapat digunakan untuk situasi yang terbatas).
7. ***Experience Corollary***: Sistem konstruksi manusia berubah sebagai hasil dari pengalaman manusia yang berubah.
8. ***Modulation Corollary***: Variasi dalam sistem konstruk dibatasi oleh peresapan konstruk tersebut; terlalu mudah atau terlalu sulit menyerap sesuatu
9. ***Fragmentation Corollary***: Manusia dapat mentoleransi berbagai subsistem konstruksi yang bertentangan satu sama lain tanpa memodifikasi konstruk keseluruhan

10. **Commonality corollary:** Individu dapat menerapkan konstruksi yang sama dengan orang lain jika proses psikologisnya sama (norma kultural, moralitas, idealitas)
11. **Sociality corollary:** individu membentuk proses konstruksi dari orang lain sehingga dapat berperan dalam suatu proses sosial yang melibatkan orang lain.

### C. KESIMPULAN

Kepribadian individu akan memahami alam semesta dengan cara yang berbeda sehingga cara individu menginterpretasi akan menjadi kunci untuk memprediksi perilaku individu tersebut. Teori konstruk personal merupakan teori mengenai konstruksi manusia terhadap peristiwa-peristiwa, yaitu pencarian pribadi mereka ke dalam dunia mereka.

### D. LATIHAN SOAL MANDIRI (QUIZ)

1. Jelaskan definisi kepribadian dan struktur kepribadian menurut teori Kelly.
2. jabarkan setiap corollary dan sertakan dengan contoh dalam kehidupan sehari-hari.

### E. Daftar istilah yang penting

### F. Daftar Pustaka

Buku/bacaan pokok dalam perkuliahan ini adalah:

1. Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc
2. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Holistik – Organismik Fenomenologis*. Editor : A Supratiknya. Yogyakarta Penerbit Kanisius.
3. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Sifat Behavioristik*. Editor : A Supratiknya. Yogyakarta Penerbit Kanisius.

## MATERI 12

### KURT LEWIN – FIELD THEORY

#### A. SUB MATERI

**Tokoh :** Kurt Lewin (1890– 1947)

##### BIOGRAFI

- Lahir: 9 September 1890 di Prusia
- Anak kedua dari 4 bersaudara dari keluarga Yahudi
- Masa sekolah (hingga doktor) di Berlin
- Fokus pada masalah-masalah sosial dan perempuan
- Pindah ke AS dan menjadi professor psikologi dalam bidang anak-anak
- Wafat: 1 Februari 1947

#### B. SUB MATERI

##### Pengembangan Teori

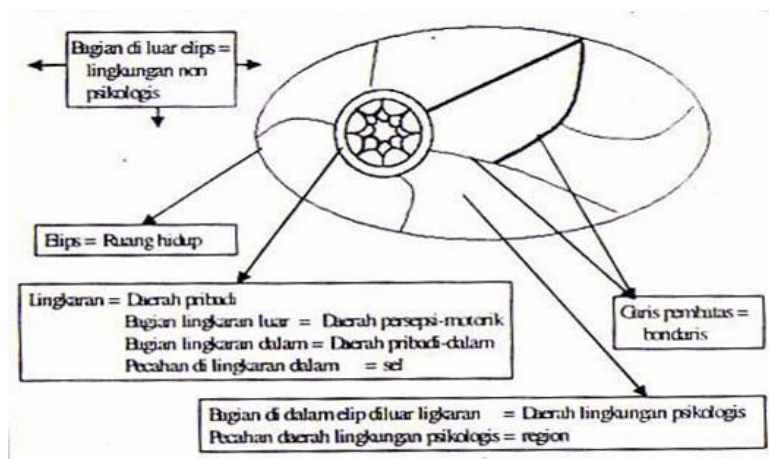
Dalam mengembangkan teorinya, Kurt Lewin memakai asumsi Gestalt. Ada 3 asumsi yang digunakan dalam mengembangkan teorinya:

1. Dasar pemahaman psikologi bukan elemen (gambaran rinci jiwa) tetapi saling berhubungan, pola atau konfigurasi. Elemen digambarkan untuk memahami saling hubungannya, bukan wujud dan ukurannya
2. Beberapa saling hubungan menjadi dasar dari saling hubungan yang lain, sehingga dapat dideskripsikan kecenderungan kepribadian bergerak menuju kesatuan gestalt.
3. Psikologi seharusnya dipahami dalam bentuk teori medan, dimana *field* adalah sistem pengaturan diri yang ditentukan oleh saling hubungan antar bagian-bagian dari unsur yang mendukung sistem itu.

##### Konsep Teori

- Sekumpulan konsep dimana seseorang dapat menggambarkan kenyataan psikologis.
- Konsep luas; diterapkan pada semua bentuk tingkah laku
- Konsep spesifik; menggambarkan orang dalam situasi kongkret.

## Struktur Kepribadian



- Manusia sebagai pribadi berada dalam lingkungan psikologis, dengan ruang hidup disebut tipologi.
- Fokus: saling hubungan antara segala sesuatu dalam jiwa manusia, hubungan antara bagian dengan bagian, bagian dengan keseluruhan.

## Ruang Hidup

Ruang hidup adalah seluruh isi elips, yang meliputi keseluruhan kumpulan fakta, yang ada pada suatu saat, yang mempengaruhi atau menentukan tingkahlaku. Ruang hidup merupakan potrest sesaat, yang terus menerus berubah, mencakup persepsi orang tentang dirinya sendiri dalam lingkungan fisik dan sosialnya saat itu, keinginan, kemauan, tujuan-tujuan, ingatan tentang peristiwa masa lalu, imajinasinya mengenai masa depan, perasaan-perasaannya, dan sebagainya.

Rumus:

$$Rh = (P + E)$$

Keterangan:

Rh: ruang hidup, P : daerah pribadi, E : daerah lingkungan psikologis

## Lingkungan Psikologis

Daerah lingkungan psikologis dapat dibagi dalam pecahan-pecahan yang disebut region.

- Region* : semua stimulus yang ditangkap oleh persepsi dan kemudian mempengaruhi atau menjadi bagian yang menyibukkan fungsi kognitif manusia, berarti stimulus itu

mempunyai tempat tertentu yang disebut region dalam lingkungan psikologis seseorang

- Bondaris : semua garis yang tertera pada diagram itu disebut bondaris, bisa merupakan batas antar sel, antar region, atau antara daerah lingkungan psikologis dengan daerah persepsi-motorik, dengan daerah pribadi dalam. Antara unsur-unsur struktur kepribadian yang dibatasi bondaris itu bisa saling berinteraksi (garis yang tipis yang menggambarkan sifat permeable), atau saling independen (garis tebal yang bersifat tidak permeable).

### **Pribadi**

Digambarkan dengan lingkaran tertutup yang menunjukkan bahwa pribadi adalah kesatuan yang terpisah dari hal lain di dunia tapi tetap menjadi bagian dari dunia. Daerah pribadi terdiri dari dua bagian besar, daerah persepsi-motorik dan daerah pribadi-dalam:

1. Daerah persepsi motorik : menjadi daerah antara yang menghubungkan pribadi-dalam dengan lingkungan psikologis.
2. Daerah pribadi-dalam : berisi aspek-aspek motivasional. Daerah ini dibatasi oleh daerah persepsi motorik sehingga tidak dapat berhubungan langsung dengan lingkungan psikologis. Aspek-aspek motivasional yang digambarkan dalam pecahan-pecahan daerah disebut sel.
3. Sel : sel yang berdekatan dengan daerah persepsi-motorik disebut sel perifer, sedangkan sel yang berada di tengah-tengah lingkaran disebut sel sentral. Semakin dekat dengan lingkaran daerah persepsi motorik, dorongan motivasional itu semakin besar pengaruhnya terhadap tingkahlaku manusia.

### **Dinamika Kepribadian**

#### **Energi, Tegangan, dan Kebutuhan**

1. Energi

Energi yang dipakai untuk kerja psikologis disebut energi psikis. Energi muncul dari perbedaan tegangan antar sel atau antar region. Meningkatnya tegangan di salah satu sel lebih tinggi dibandingkan sel lain, akan menghasilkan ketidak seimbangan, dan usaha sistem pribadi-dalam untuk menyeimbangkan kembali tegangan antar sel itu akan menimbulkan energi psikis.

2. Tegangan



Tension mempunyai dua sifat. Pertama, tegangan cenderung menjadi seimbang. Kedua, kecenderungan untuk menekan boundaries sistem yang mewadahnya. Kalau bondaris antar region yang tegang itu dengan region tetangganya permeable, maka tegangan akan mengalir kesana.

### 3. Kebutuhan

Kebutuhan yang bersifat spesifik jumlahnya tak terhingga, sebanyak keinginan spesifik manusia. Lewin tidak berusaha untuk mendaftar semua need, dan juga tidak mereduksi jumlah kebutuhan menjadi satu atau beberapa kebutuhan umum. Dalam sistem, hanya kebutuhan yang muncul pada saat ini yang akan menghasilkan dampak terhadap situasi.

### **Tindakan (Action)**

Dibutuhkan dua konsep yakni valensi dan vektor untuk menghubungkan motivasi di pribadi-dalam dengan tindakan yang bertujuan di daerah lingkungan psikologis.

#### 1. Valensi

Valensi adalah nilai region dari lingkungan psikologis bagi pribadi. Besarnya valensi ditentukan oleh kebutuhan, misalnya nilai makanan tergantung kepada tingkat kelaparan seseorang. Faktor lain seperti pengalaman dan budaya mempengaruhi valensi.

#### 2. Vektor

Tingkah laku atau gerak seseorang akan terjadi kalau ada kekuatan yang cukup yang mendorongnya. Vektor digambar dengan wujud panah, merupakan kekuatan psikologis yang mengenai seseorang, cenderung membuatnya bergerak ke arah tertentu.

#### 3. Lokomosi

Lingkaran pribadi dapat pindah dari satu tempat ke tempat lain di dalam daerah lingkungan psikologis., dan perpindahan tersebut disebut lokomosi. Lokomosi bisa berupa gerak fisik atau perubahan fokus perhatian, dan lokomosi yang sangat menarik perhatian psikolog berhubungan dengan perubahan fokus persepsi dan proses atensi.

### **Event**

Peristiwa adalah hasil interaksi antara dua atau lebih fakta baik di daerah pribadi maupun di daerah lingkungan. Ada tiga prinsip yang menjadi prasyarat terjadinya suatu peristiwa:

1. Keterhubungan : dua atau lebih fakta berinteraksi, kalau antar fakta itu terdapat hubungan-hubungan tertentu, mulai dari hubungan sebab akibat yang jelas sampai hubungan persamaan atau perbedaan yang secara rasional tidak penting.

2. Kenyataan : fakta harus nyata-nyata ada dalam ruang hidup. Fakta potensial atau peluang yang tidak sedang eksis tidak dapat mempengaruhi event masa kini.
3. Kekinian : fakta harus kontemporer, karena hanya fakta masa kini yang menghasilkan tingkahlaku masa kini. Fakta yang sudah tidak eksis tidak dapat menciptakan even masa kini.

### Konflik

Konflik sebagai situasi dimana seseorang menerima kekuatan-kekuatan yang sama besar tetapi arahnya berlawanan. Terdapat beberapa jenis kekuatan bertindak seperti vector, yakni:

1. Kekuatan pendorong (*driving force*) : menggerakkan, memicu terjadinya lokomosi ke arah yang ditunjuk oleh kekuatan itu.
2. Kekuatan penghambat (*restraining force*) : halangan fisik atau sosial, menahan terjadinya lokomosi, mempengaruhi dampak dari kekuatan pendorong
3. Kekuatan kebutuhan pribadi (*forces corresponding to a person needs*) : menggambarkan keinginan pribadi untuk mengerjakan sesuatu
4. Kekuatan pengaruh (*induced force*) : menggambarkan keinginan dari orang lain yang masuk menjadi region lingkungan psikologis
5. Kekuatan non manusia (*impersonal force*) : bukan keinginan pribadi tetapi juga bukan keinginan orang lain.

Tipe-tipe konflik :

Konflik tipe 1:

1. Mendekat-mendekat (*approach-approach*) : mendorong ke arah yang berlawanan
2. Menjauh-menjauh (*avoidance-avoidance*) : kekuatan menghambat ke arah yang berlawanan
3. Mendekat-menjauh (*approach-avoidance*) : kekuatan mendorong dan menghambat muncul dari satu tujuan

Konflik tipe 2:

Merupakan konflik yang sangat kompleks dapat membuat orang menjadi diam, terpaku atau terperangkap oleh berbagai kekuatan dan kepentingan sehingga dia tidak dapat menentukan pilihan

Konflik tipe 3 :

Orang berusaha mengatasi kekuatan-kekuatan penghambat, sehingga konflik menjadi terbuka, ditandai sikap kemarahan, agresi, pemberontakan atau sehingga konflik menjadi terbuka, ditandai sikap kemarahan, agresi, pemberontakan, atau sebaliknya penyerahan diri yang neurotik. pertentangan antar kebutuhan pribadi-dalam, konflik antar pengaruh, dan pertentangan antara

kebutuhan kebutuhan dengan pengaruh, menimbulkan pelampiasan usaha untuk mengalahkan kekuatan penghambat.

### **Tingkat Realita**

Realita berisi lokomosi aktual, dan tak-realita berisi lokomosi imajinasi. Realita dan tak-realita adalah suatu kontinum, dan ekstrim realita sampai ekstrim tak-realita. Lokomosi mempunyai tingkat realita yang berbeda-beda. Konsep realita juga dapat diterapkan pada daerah pribadi seperti pada daerah lingkungan psikologis.

### **Menstruktur Lingkungan**

Dinamika dari lingkungan dapat berubah dengan tiga cara yakni melalui perubahan valensi, vektor dan bondaris. Masing-masing perubahan itu bisa disebabkan oleh berbagai kejadian, yang kalau semuanya dapat digambarkan dalam suatu topografi, akan diperoleh gambaran struktural lingkungan psikologi. Setiap lokomosi akan mengubah ruang hidup, baik lokomosi psikologis maupun lokomosi fisiologi.

### **Mempertahankan Keseimbangan**

Bisa diduga, dalam sistem reduksi tegangan, tujuan dari proses psikologi adalah mempertahankan pribadi dalam keadaan seimbang. Yang paling umum dan paling efektif untuk mengembalikan keseimbangan adalah melalui lokomosi dalam lingkungan psikologis. Tetapi kalau region yang diinginkan mempunyai bondaris yang tak permeable, tegangan terkadang dapat dikurangi dengan melakukan lokomosi pengganti, pindah ke region yang dapat memberi kepuasan lain, ternyata dapat menghilangkan tegangan dari sistem kebutuhan semula.

### **Perkembangan Kepribadian**

Perkembangan bagi Lewin adalah sesuatu yang kongkrit dan kontinyu, usia dan tahapan perkembangan dianggapnya tidak terlalu banyak membantu memahami perkembangan psikologis.

- Perubahan tingkah laku; terjadi sepanjang perkembangan dan tentang perubahan dalam variasi tingkah laku.
- Perubahan dalam organisasi dan struktur tingkah laku
- Bertambah luasnya arena aktivitas
- Perubahan dalam realitas
- Diferensiasi; pertambahan usia maka region-region dalam diri individu (dalam lingkungan psikologis) juga bertambah
- Regresi; perkembangan kepribadian bergerak mundur

- Retrogresi; bentuk tingkah laku awal dalam sejarah manusia

### **C. Kesimpulan**

Kepribadian individu terdiri dari sekumpulan konsep dimana seseorang dapat menggambarkan kenyataan psikologis. Pada konsep yang luas; diterapkan pada semua bentuk tingkah laku dan pada konsep yang spesifik; menggambarkan orang dalam situasi kongkret.

### **D. Latihan soal mandiri (quiz)**

1. Jelaskan konsep teori kepribadian lewin.
2. Analisa lah kasus di sekitar anda yang dapat dijelaskan dengan teori Lewin.

### **E. Daftar istilah yang penting**

### **F. Daftar Pustaka**

1. Feist, J & Feist G. J. 2002. *Theories of Personality 5th edition*. Boston. Mc Graw Hill, Inc
2. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Holistik – Organismik Fenomenologis*. Editor : A Supratiknya. Jogjakarta Penerbit Kanisius.
3. Hall, G & Lindzey, G. 1995. *Teori Sifat Behavioristik*. Editor : A Supratiknya. Jogjakarta Penerbit Kanisius.

# MATERI 13

## PSIKOLOGI TIMUR

### A. SUB MATERI

#### Pengantar

**Pemikiran :** India, Cina, Timur Tengah

### B. SUB MATERI

#### PEMIKIRAN TIMUR

- Pemikiran Timur dianggap sebagai pemikiran yang tidak rasional, tidak sistematis, dan tidak kritis
- Dipandang sebagai agama atau kepercayaan
- Diterima tanpa kajian kritis; hanya menafsirkan, dan mengamalkan
- Tuntunan praktis untuk menjalani hidup atau aturan untuk mencapai kebahagiaan

#### Pemikiran Timur vs Filsafat

- Filsafat berasal dari asal kata *philos* dan *sophia* maka artinya adalah cinta akan kebenaran atau kebijaksanaan. Dalam khasanah filsafat yaitu upaya manusia untuk memahami segala sesuatu secara sistematis, radikal, dan kritis.
- Mengikuti prinsip-prinsip logika untuk memahami suatu informasi, untuk menentukan apakah suatu informasi dapat diterima, ditolak, atau ditunda
- Di pihak lain, banyak yang memperlakukan pemikiran Timur sebagai pisau bedah bagi banyak permasalahan filosofis. Misalnya: pemikiran Confucius tentang etika hidup yang baik, menjadi renungan filsafat Barat. Seringkali pemikiran timur diterima begitu saja oleh penganutnya tanpa satu kajian kritis terlebih dahulu, sehingga banyak pemikir filsafat yang mengklaim pemikiran Timur sebagai agama.
- Pengertian filsafat di Barat mulai bergeser. Filsafat Barat mutakhir sudah tidak berbicara tentang pembagian bidang kajian filsafat (metafisika, epistemologi, dll). Sampai disini terlintas bahwa alasan pemikiran Timur bukan filsafat (karena tidak mempunyai sistematika) tidak relevan lagi. Pemikiran Timur bisa jadi merupakan suatu bentuk filsafat meski tanpa sistematika seperti yang ditampilkan filsafat Barat.
- Pemikiran Timur adalah usaha untuk memperoleh kebenaran, didasari oleh rasa cinta kepada kebenaran

## Pemikiran India (Hindu)

- India merupakan suatu wilayah yang memiliki pemikiran-pemikiran yang berpengaruh bagi dunia. Berbeda dengan para filsuf Yunani, para filsuf Hindu berpikir untuk mencari cara lepas dari ikatan duniawi dan masuk ke dalam kebebasan yang merupakan kesempurnaan. Filsafat Hindu menyelidiki alam, dicari intisarnya, diselami hakikatnya, dicari sebab-sebab yang sedalam-dalamnya, akan tetap tidaklah berhenti disitu saja, masih mempunyai tujuan lebih lanjut, yaitu kebebasan.
- Pemikiran atau filsafat Hindu tidak lepas dari agama Hindu atau Hinduisme. Hinduisme adalah sebuah nama yang menaungi berbagai agama dan sub-agama yang berbeda bernaung di bawahnya. Ada beberapa agama dan sub-agama yang berkembang di India yang memiliki kepercayaan pada dewa-dewa, bahkan ada yang mengenal 330 juta dewa dalam satu agama.
- Hindu berasal dari India Utara (sekitar 2000 SM). Pada masa itu terjadi perpaduan kebudayaan Aria dan kebudayaan penduduk asli yang diperkirakan berbicara dalam bahasa induk bahasa-bahasa Dravida. Hasil perpaduan dua budaya ini adalah tradisi lisan yang disebut Veda.
- Veda (arti: knowledge) dinyanyikan, diucapkan, ditulis menjadi kitab Veda (bahasa Verdik, induk bahasa Sansekerta). Diyakini sebagai wahyu kosmik, yang diperoleh sebagai penghayatan terhadap alam semesta.
- Isi Veda mengenai upacara agama, terutama korban (padi, ternak, bahan makanan, dan yang terpenting adalah *soma*, berupa minuman keras) yang dikenal dengan istilah lain yaitu brahma. Dalam upacara korban, *soma* ini dinyanyikan pujian-pujian (*saman*) oleh penyanyi resmi. Upacara para korban harus secara tepat mengikuti aturan yang sudah ditentukan.
- Untuk menjaga keabsahan upacara korban, harus ada seorang ahli korban yang berperan sebagai pengorban, yang disebut brahmana
- Berdasarkan upacara pengorbanan, maka *Veda* digolongkan menjadi 4, yakni :
  - Rig Veda; merupakan Veda tertua, berisi pujian
  - Sama Veda; berisi nyanyian
  - Yayur Veda; mantra-mantra dalam bentuk prosa
  - Atharva Veda; uraian dan doa-doa yang harus dikenal brahmana

## Upanisad, Bhagavad Gita

- Upanisad merupakan renungan filosofis, dalam rangka memperkaya pemahaman tentang manusia, alam semesta dan Tuhan Yang Maha Kuasa. Biasanya dilakukan para kasta brahmana

- Bhagavad Gita merupakan penjelasan tentang Yang Maha Kuasa dan cara mencapainya, diuraikan lewat percakapan Kresna dengan Arjuna

#### **Konsep tentang Manusia menurut Filsafat Hindu**

- Manusia adalah bagian dari alam yang tak terpisahkan. Manusia juga sama seperti makhluk lainnya, berpartisipasi dalam karakter alam sebab segala sesuatu memanifestasikan dan mengomunikasikan realitas Yang Maha Kuasa.
- Pemikir India Kuno menekankan untuk menghormati misteri hidup dan mengembangkan sensitivitas spiritual, antara lain : membersihkan diri dari nafsu melalui meditasi
- Kepribadian manusia ditentukan semasa kehamilan. Misalnya ibu yang temperamental menyebabkan anak mengalami epilepsy, dan ibu yang alkoholik, anak menjadi lemah ingatan
- Wanita memiliki pengaruh penting sehingga perlu diawasi, tunduk kepada ayah, suami, anak laki-laknya

#### **Filsafat Budha**

- Berkembang dari ajaran Budhisme dengan tokohnya yaitu Sidharta Gautama (pangeran dari Nepal). Ialah yang disebut dengan Buddha (yang sudah dicerahi). Pengalaman sentral dalam hidup Sidharta disebabkan oleh situasi keadaan sekitar yang mengejutkan.
- Bagi Buddha, kelahiran adalah penderitaan, sakit adalah penderitaan, dipisahkan dari orang yang dikasihi adalah penderitaan, dan tidak mencapai apa yang diinginkan adalah penderitaan. Secara singkat, penderitaan adalah semua yang melekat di dunia. Penderitaan, kesedihan, kesengsaraan, ketidakbahagiaan disebut **dukha** (dislokasi).
- Penyebab penderitaan adalah keinginan yang disebut dengan *tanha*. Istilah ini merujuk pada pengertian keinginan demi pemenuhan diri sendiri, terikat pada diri sendiri, dan terpisah dari yang lain.
- Delapan langkah melenyapkan penderitaan menurut filsafat ini adalah:
  - Penglihatan yang benar
  - Keinginan yang benar
  - Perkataan yang benar
  - Perbuatan yang benar
  - Hidup yang benar
  - Usaha yang benar
  - Pikiran yang benar
  - Semadi yang benar

## **Filsafat Cina**

- Cina mempunyai tradisi filsafat yang tua dan independen. Pada awalnya, materi-materi yang kini dikaji sebagai filsafat Cina merupakan ajaran-ajaran yang diyakini sebagai penuntun hidup individu dan masyarakat.
- Menurut salah satu penafsiran terhadap kitab Yi Jing, alam semesta awalnya kehampaan, belum ada dunia, belum ada planet, belum ada apa-apa. Untuk sekian waktu, yang ada hanyalah kehampaan dan kekosongan. Kehampaan lalu disusul dengan kekacauan, dan tiba-tiba terjadi ketidakteraturan.
- Setelah terjadi kekacauan, muncullah gas yang disusul dengan energi dan materi-materi. Gas dan materi ini masih dalam bentuk yang tak teratur, bergerak secara acak, bertabrakan, dan masih belum memiliki bentuk yang jelas. Sampai suatu saat, muncullah keteraturan atau hukum alam, yang mana hukum ini mengatur materi-materi yang tersebar di alam, hingga alam semesta mencapai bentuknya yang sekarang.
- Fungsi dari alam semesta mencapai kesempurnaan atau berfungsi baik (Tai Ji) setelah muncul Yin dan Yang. Yin artinya diam, beku, dingin, betina, sedangkan Yang artinya panas, bergerak, jantan. Dari Tai Ji muncullah 5 unsur pembentuk dunia yaitu api, air, tanah, logam, kayu
- Konsep Dao (Jalan menuju kebajikan)
  - Dao berarti satu Yin, satu Yang, karena merupakan keseimbangan yang sempurna
  - Dao merupakan standar bagi seluruh alam
  - Dari hasil ketunggalan, dihasilkan dwitunggal yaitu langit dan bumi
  - Dari dwitunggal dihasilkan tritunggal, yang mencakup manusia yang menghasilkan segala benda
  - Dao merujuk pada cara melakukan sesuatu agar mencapai kebajikan, mempunyai arti cara bertindak atau alur perilaku atau aturan-aturan perilaku

## **Confucianisme**

- Diajarkan oleh Confucius, yg terfokus bagaimana memecahkan masalah-masalah sosial di negeri Cina saat itu (degradasi moral)
- Ajaran-ajarannya menjadi tuntunan hidup individu dan masyarakat, sering disetarakan dengan agama
- Menggunakan azas-azas Dao, sehingga tata cara manusia harus mengikuti tata cara alam
- Kodrat manusia pemberian langit, manusia tidak mampu memilih
- Manusia dalam hubungan dengan manusia lain harus sesuai dengan tatacara alam (Dao)
- Hakikat manusia adalah mengasihi manusia lain



- Peri kemanusiaan mengutamakan tenggang rasa bertolak pada diri sendiri (jangan menyakiti kalau tidak mau disakiti)
- *Human relationship*: raja – mentri; ayah – anak; kakak – adik; suami – istri; orang yang satu – orang lain

### **Pemikiran Islam**

#### **Pemikiran Islam “Al – Kindi”**

- Dalam perspektif Islam, intelek dan spirit mempunyai hubungan yang erat, merupakan dua muka dari realitas yang sama
- AL – Kindi (Arab), 801 – 866 M, seorang pemikir kebangsaan Arab, meletakkan dasar tradisi filsafat Islam. Karya-karya Al-Kindi secara umum terbagi menjadi karya-karya yang berisi filsafat dan teologi. Ibnu Juljul dalam karyanya memandang Al-Kindi sebagai juru bicara filsafat dan teologi Arab, di samping ilmu pengetahuan dan matematika. Al-Kindi berusaha menjembatani jurang antara filsafat dan dogma
- Al-Kindi menggunakan filsafat untuk menafsirkan ayat-ayat Alqur’an, ia memandang aktivitas yang menggunakan akal merupakan kewajiban manusia, siapapun wajib menggunakan akal.
- Ajaran Al-Kindi banyak dipengaruhi Aristotelian

#### **Pemikir Islam “Muhammad Iqbal”**

- Pemikir Islam modern, orang Pakistan yang lahir di Punyab, hidup pada 1873-1938
- Memanfaatkan berbagai sumber pengetahuan dlm merekonstruksi pemikiran Islam
- Pandangan tentang manusia: Mengulas Ego
- Ego adalah manusia yang merupakan kesatuan jiwa – badan, yang disebut ‘diri’
- Identitas manusia adalah individualitas yang mempunyai kesadaran dan berkata: ‘Aku’ (I am)

#### **Pandangan tentang Manusia menurut “Muhammad Iqbal”**

- Manusia adalah Aku yang berkesadaran, pusat seluruh pengalaman.
- Manusia menjadi pencari tahu, pengkaji pengetahuan dan sekaligus sumber pengetahuan. Disinilah terlihat manusia sebagai sesuatu yang ambivalensi, yang berarti pengetahuan tentang dirinya merupakan pengetahuan yang mendasari pengetahuannya terhadap yang lain. Disinilah letak kesulitan manusia untuk murni secara objektif memahami pengetahuan. Subjektivitas dirinya akan memahami berbagai hal yang tidak dapat dilepaskan, sehingga kesulitan untuk murni secara objektif memahami pengetahuan. Oleh karena itu penting untuk memahami Ego manusia sebelum memahami yang lain.
- Ego merupakan titik tolak dari konsep Iqbal dalam mengkaji alam dan Tuhan .

### **C. Kesimpulan**

Psikologi dunia timur bermula dari pemikiran India, Cina, dan Timur Tengah.

### **D. Latihan soal mandiri (quiz)**

1. Jelaskan kepribadian berdasarkan pemikiran India.
2. Jelaskan kepribadian berdasarkan pemikiran Cina.
3. Jelaskan kepribadian berdasarkan pemikiran Timur Tengah.

### **E. Daftar istilah yang penting**

### **F. Daftar Pustaka**

1. Takwin, B. Filsafat Timur "Sebuah Pengantar ke Pemikiran-pemikiran Timur. Yogyakarta. Penerbit Jalasutra.