

TEORI-TEORI KEPRIBADIAN



Sesungguhnya tujuan ilmu pengetahuan selalu sama, yakni memahami dan mengendalikan fenomena yang dipelajari. Dalam psikologi, fenomena yang dipelajari adalah tingkah laku yang tampak. Penjelasan atau pendefinisian psikologi sangat bergantung pada kebudayaan masyarakat tertentu. Sebagai pedoman dalam kehidupan warga penyandanganya, kebudayaan jauh lebih kompleks dari sekadar menentukan pemikiran dasar. Kebudayaan akan membuka cakrawala kompetensi dan kinerja manusia sebagai makhluk sosial yang fenomenal. Beberapa ahli mencoba meneliti pengaruh budaya terhadap kepribadian dengan melibatkan budaya sebagai unsur dasar yang penting untuk dipertimbangkan karena setiap orang tumbuh dan berkembang di tengah-tengah suatu budaya. Oleh karena itu, menggabungkan budaya ke dalam teori kepribadian dan riset kepribadian merupakan sesuatu yang sangat masuk akal, sebaliknya menempatkan prasangka sepenuhnya ke dalam kepribadian individu merupakan sebuah kekeliruan.

Salah satu hal yang paling sentral dalam psikologi kepribadian bahkan dalam ilmu psikologi adalah pengukuran kepribadian, yaitu salah satu metode untuk melihat dan mendeskripsikan kepribadian seseorang. Sifat kepribadian umumnya diukur melalui angka rata-rata pelaporan dari (*self-report*) kuesioner kepribadian (untuk sifat khusus) atau penelusuran kepribadian seutuhnya (*personality inventory*, serangkaian instrumen yang menyingkap sejumlah sifat).

Buku ini menguraikan sejumlah teori kepribadian dari para pakar kepribadian, yaitu teori *Classical Conditioning* dari Ivan P. Pavlov, teori *Operant Conditioning* dari B.F. Skinner, teori *Stimulus-Respon* dari John Broadus Watson, teori *Observational Learning* dari Albert Bandura, teori *Self Concept* dari Carl R. Roger, teori *Hierarchy of Needs* dari Abraham Maslow, teori *Field Theory (Life Space)* dari Kurt Lewin, dan teori *Perkembangan Kognitif (Schemata)* dari Jean Piaget.

PENERBIT **PUSTAKA SETIA**

Jl. DR. H. Ronggo Solikin, No. 102, 114
Telp: (022) 5210586 | Fax: (022) 5224105
E-mail: pustaka_setia@yahoo.com
BANDUNG 40253

www.pustakasetia.com

ISBN 978-979-076-523-8



TEORI-TEORI KEPRIBADIAN

TEORI-TEORI KEPRIBADIAN

Drs. Ujan Jaenudin, M.Si.

Drs. Ujam Jaenudin, M.Si.

TEORI-TEORI KEPRIBADIAN

Pengantar Prof. Dr. Adang Hambali, M.Pd.



Drs. Ujam Jaenudin, M.Si.

TEORI-TEORI KEPRIBADIAN

Pengantar Prof. Dr. Adang Hambali, M.Pd.

CORTEX
TIDAK DIJUAL

CORTEX
TIDAK DIJUAL



Penerbit PUSTAKA SETIA Bandung

KUTIPAN PASAL 72:

Ketentuan Pidana Undang-Undang

Republik Indonesia Nomor 19 tahun 2002 tentang Hak Cipta

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp 1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud dalam ayat 1, dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

ISBN 978-979-076-523-8

Teori-teori KepribadianPenulis: **Drs. Ujam Jaenudin, M.Si.**Pengantar: **Prof. Dr. Adang Hambali, M.Pd.**Penerbit: **CV Pustaka Setia**

— Cet. I: Mei 2015; 15 x 21 cm; 202 hlm. —

Copy Right © 2015 PUSTAKA SETIA, Bandung
Dilarang memperbanyak atau mengutip sebagian
atau seluruh isi buku ini tanpa izin penerbit.
Hak terjemahan dilindungi undang-undang.

All right reserved

Desain Sampul: **Tim Desain Pustaka Setia**
Montase, Lay Out, Setting: **Tim Redaksi Pustaka Setia**

Cetakan I: Mei 2015

Diterbitkan oleh: **CV PUSTAKA SETIA**

Jl. BKR (Lingkar Selatan) No. 162-164

Telp.: (022) 5210588

Faks.: (022) 5224105

e-mail: pustakaseti@yahoo.com

BANDUNG - 40253

(Anggota IKAPI Cabang Jawa Barat)

Kata Pengantar

Buku ini merupakan lanjutan dari buku sebelumnya yang berjudul *Psikodinamika*, sehingga buku ini sangat penting dibaca dan dimiliki para mahasiswa, khususnya mahasiswa Fakultas Psikologi sebagai bekal untuk melakukan penelitian dan pengamatan terhadap masyarakat. Hal ini dikarenakan isi buku ini banyak membahas teori-teori kepribadian kontemporer sehingga sesuai dengan kebutuhan manusia saat ini. Dengan hadirnya buku ini, mahasiswa akan sangat terbantu memahami karakter tiap-tiap individu.

Dalam buku ini banyak diungkap teori-teori kepribadian aliran behaviorisme dan humanisme. Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Fakultas Tarbiyah di seluruh PTAI perlu membaca buku ini untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi.

Selamat membaca.

Prof. Dr. Adang Hambali, M.Pd.

Buku ini merupakan kelanjutan dari buku *Psikodinamika* yang membahas tentang teori-teori psikoanalisis. Buku ini lebih fokus mengungkap teori-teori kepribadian aliran behaviorisme dan humanisme.

Buku ini sangat dibutuhkan mahasiswa Fakultas Psikologi karena di dalamnya mengungkap teori-teori psikologi kepribadian secara sederhana sehingga mudah dipahami. Hal ini dikarenakan mengetahui teori kepribadian bagi mahasiswa psikologi merupakan hal yang sangat penting.

Atas terbitnya buku ini, kami ucapkan terima kasih pada CV Pustaka Setia yang berkenan menerbitkan buku ini sebagai buku wajib mahasiswa Fakultas Psikologi lingkungan UIN dan PT umum lain yang ada di seluruh Indonesia.

Puji syukur ke hadirat Allah SWT., yang telah memberikan kekuatan kepada kami untuk menyelesaikan buku ini. Tidak lupa pula kami ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian buku ini. Semoga Allah SWT. membalas semua amal kebaikan kawan-kawan. Amin.

Drs. Ujam Jaenudin, M.Si.

BAB 1

PENDAHULUAN ~~~ 13

- A. Pengaruh Budaya terhadap Teori Psikologi ~~~ 13
- B. Metode Pengukuran Kepribadian dalam Konsep Psikologi Kepribadian ~~~ 14
- C. Kepribadian Manusia Perspektif Al-Quran ~~~ 19
- D. Faktor Pembentuk Kepribadian Berdasarkan Tiga Aliran ~~~ 23
- E. Dinamika Kepribadian Manusia ~~~ 26

BAB 2

TEORI CLASSICAL CONDITIONING IVAN P. PAVLOV ~~~ 29

- A. Biografi Ivan P. Pavlov ~~~ 29
- B. Eksperimen-eksperimen Ivan P. Pavlov ~~~ 31
- C. Perkembangan Kepribadian Menurut Ivan P. Pavlov ~~~ 33

BAB 3

**TEORI OPERANT CONDITIONING
BURRHUS FREDERIC SKINNER ~~~ 35**

- A. Biografi B.F. Skinner ~~~ 35
- B. Behaviorisme Ilmiah B.F. Skinner ~~~ 39

- C. Sejarah Munculnya Teori *Operant Conditioning* ~~~~ 40
- D. Teori *Operant Conditioning* Menurut B.F. Skinner ~~~~ 43

BAB 4

TEORI *STIMULUS – RESPONS* JOHN BROADES WATSON ~~~~ 67

- A. Riwayat Hidup John Broades Watson ~~~~ 67
- B. Teori Behaviorisme John Broades Watson ~~~~ 68
- C. Pandangan Utama John Broades Watson ~~~~ 72

BAB 5

TEORI *OBSERVATIONAL LEARNING* ALBERT BANDURA ~~~~ 79

- A. Biografi Albert Bandura ~~~~ 79
- B. Konsep Kognisi Sosial tentang Kepribadian ~~~~ 81
- C. Dinamika Kepribadian Menurut Albert Bandura ~~~~ 88
- D. Model Psikoterapi Albert Bandura ~~~~ 92

BAB 6

TEORI *SELF CONCEPT* CARL R. ROGER ~~~~ 95

- A. Riwayat Hidup Carl R. Roger ~~~~ 95
- B. Pokok-pokok Teori Carl R. Rogers ~~~~ 103
- C. Dinamika Kepribadian ~~~~ 110
- D. Model Psikoterapi Carl R. Roger ~~~~ 115

BAB 7

TEORI *HIERARCHY OF NEEDS* ABRAHAM MASLOW ~~~~ 119

- A. Biografi Abraham Maslow ~~~~ 119
- B. Proposisi Abraham Maslow atas Teori Motivasi ~~~~ 123
- C. Teori Kebutuhan Abraham Maslow ~~~~ 127

- D. Teori Aktualisasi Diri Abraham Maslow ~~~~ 141
- E. Pembentukan Kepribadian Menurut Abraham Maslow ~~~~ 145

BAB 8

TEORI *FIELD THEORY (LIFE SPACE)* KURT LEWIN ~~~~ 157

- A. Biografi Kurt Lewin ~~~~ 157
- B. Konsep Utama Teori Kurt Lewin ~~~~ 159
- C. Evaluasi Konsep Medan Kognitif ~~~~ 168

BAB 9

TEORI PERKEMBANGAN KOGNITIF: *SCHEMATA* JEAN PIAGET ~~~~ 169

- A. Biografi Jean Piaget ~~~~ 169
- B. Teori Kognitif Jean Piaget ~~~~ 176
- C. Tahap-tahap Perkembangan ~~~~ 182

DAFTAR PUSTAKA ~~~~ 193

PROFIL PENULIS ~~~~ 201

PENDAHULUAN

A. Pengaruh Budaya terhadap Teori Psikologi

Sesungguhnya tujuan ilmu pengetahuan itu sama, yakni meramalkan dan mengendalikan fenomena yang dipelajari. Dalam psikologi, fenomena yang dipelajari adalah tingkah laku yang tampak.

Penjelasan atau pendefinisian psikologi sangat bergantung pada kebudayaan masyarakat tertentu. Sebagai pedoman dalam kehidupan warga penyandanginya, kebudayaan jauh lebih kompleks dari sekadar menentukan pemikiran dasar. Kebudayaan akan membuka suatu cakrawala kompetensi dan kinerja manusia sebagai makhluk sosial yang fenomenal. Goodenough mengemukakan bahwa kebudayaan adalah sistem kognitif yang terdiri atas pengetahuan, kepercayaan, dan nilai yang berada dalam pikiran anggota-anggota individual masyarakat.¹ Hal ini berarti bahwa kebudayaan berada dalam "tatanan kenyataan yang ideasional".

¹ Roger M. Keesting, *Antropologi Budaya: Suatu Perspektif Kontemporer*, Jilid 1, 2, (Jakarta: Erlangga, 1992), hlm. 10.

Beberapa ahli mencoba meneliti pengaruh budaya terhadap kepribadian dengan melibatkan budaya sebagai unsur dasar yang penting untuk dipertimbangkan. Setiap orang tumbuh dan berkembang di tengah-tengah suatu budaya. Oleh karena itu, menggabungkan budaya ke dalam teori kepribadian dan riset kepribadian merupakan sesuatu yang sangat masuk akal. Ketika G. Allport (1954) mempelajari prasangka, ia melihat bahwa menempatkan prasangka sepenuhnya ke dalam kepribadian individu merupakan sebuah kekeliruan.

B. Metode Pengukuran Kepribadian dalam Konsep Psikologi Kepribadian

Salah satu hal yang paling sentral dalam psikologi kepribadian bahkan dalam ilmu psikologi adalah pengukuran kepribadian. Pengukuran kepribadian adalah salah satu metode untuk melihat dan mendeskripsikan kepribadian seseorang. Sifat kepribadian umumnya diukur melalui angka rata-rata pelaporan dari (*self-report*) kuesioner kepribadian (untuk sifat khusus) atau penelusuran kepribadian seutuhnya (*personality inventory*, serangkaian instrumen yang menyingkap sejumlah sifat). Ada beberapa macam cara untuk mengukur atau menyelidiki kepribadian.

1. Observasi Direct

Observasi direct berbeda dengan observasi biasa. *Observasi direct* mempunyai sasaran yang khusus, sedangkan observasi biasa mengamati seluruh tingkah laku subjek. *Observasi direct* memilih situasi tertentu, yaitu saat diperkirakan munculnya indikator dari ciri-ciri yang hendak diteliti, sedangkan observasi biasa tidak merencanakan untuk memilih waktu. *Observasi direct* diadakan dalam situasi terkontrol, dapat diulang atau dapat dibuat replikasinya. Ada empat tipe metode dalam *observasi direct*, yaitu sebagai berikut.

- a. *Time Sampling Method*
Dalam *time sampling method*, setiap subjek diselidiki pada periode waktu tertentu. Hal yang diobservasi mungkin sekadar muncul-tidaknya respons atau aspek tertentu.
- b. *Incident Sampling Method*
Dalam *incident sampling method*, *sampling* dipilih dari berbagai tingkah laku dalam berbagai situasi. Dalam pencatatan tersebut hal-hal yang menjadi perhatian adalah intensitas, lamanya, juga tentang efek-efek setelah respons.
- c. Metode Buku Harian Terkontrol
Metode ini dilakukan dengan cara mencatat dalam buku harian tentang tingkah laku yang khusus hendak diselidiki oleh yang bersangkutan. Misalnya, mengadakan observasi sendiri ketika marah. Syarat penggunaan metode ini, antara lain peneliti ialah orang dewasa yang cukup inteligen dan ada pengabdian pada perkembangan ilmu pengetahuan.
- d. Wawancara (*interview*)
Menilai kepribadian dengan wawancara (*interview*) berarti mengadakan tatap muka dan berbicara dari hati ke hati dengan orang yang dinilai. Dalam psikologi kepribadian, orang mulai mengembangkan dua jenis wawancara.
 - 1) *Stress interview*
Cara ini digunakan untuk mengetahui sejauh mana seseorang dapat bertahan terhadap hal-hal yang dapat mengganggu emosinya dan untuk mengetahui seberapa lama seseorang dapat kembali menyeimbangkan emosinya setelah tekanan-tekanan ditiadakan. *Interviewer* ditugaskan untuk mengerjakan sesuatu yang mudah, kemudian dilanjutkan dengan sesuatu yang lebih sukar.

2) *Exhaustive Interview*

Cara ini merupakan cara *interview* yang berlangsung sangat lama. Cara ini digunakan untuk meneliti para tersangka di bidang kriminal dan sebagai pemeriksaan taraf ketiga.

2. Tes Proyektif

Cara lain untuk mengatur atau menilai kepribadian adalah dengan menggunakan tes proyektif. Orang yang dinilai akan memprediksikan dirinya melalui gambar atau hal-hal lain yang dilakukannya. Tes proyektif pada dasarnya memberi peluang kepada testee (orang yang dites) untuk memberikan makna atau arti atas hal yang disajikan; tidak ada pemaknaan yang dianggap benar atau salah.

Jika kepada subjek diberikan tugas yang menuntut penggunaan imajinasi, kita dapat menganalisis hasil fantasinya untuk mengukur cara dia merasa dan berpikir. Jika melakukan kegiatan yang bebas, orang cenderung menunjukkan dirinya, memantulkan (proyeksi) kepribadiannya untuk melakukan tugas yang kreatif. Adapun jenis tes proyektif adalah sebagai berikut.

a. Tes *Rorschach*

Tes ini dikembangkan oleh seorang dokter psikiatrik Swiss, Hermann Rorschach, pada tahun 1920-an, terdiri atas sepuluh kartu yang masing-masing menampilkan bercak tinta yang agak kompleks. Sebagian bercak itu berwarna; sebagian lagi hitam putih. Kartu-kartu tersebut diperlihatkan kepada orang-orang yang mengalami percobaan dalam urutan yang sama. Mereka ditugaskan untuk menceritakan hal yang tergambar dalam noda-noda tinta itu. Meskipun noda-noda itu secara objektif sama bagi semua peserta, jawaban yang mereka berikan berbeda satu sama lain. Hal ini menunjukkan bahwa orang-orang yang mengalami percobaan itu memproyeksikan

sesuatu dalam noda-noda itu. Analisis dari sifat jawaban yang diberikan peserta itu memberikan petunjuk mengenai susunan kepribadiannya.

b. Tes Apersepsi Tematik (*Thematic Apperception Test/TAT*)

Tes ini dikembangkan di Harvard University oleh Hendry Murray pada tahun 1930-an. TAT mempergunakan suatu seri gambar-gambar. Sebagian merupakan reproduksi lukisan-lukisan, sebagian lagi kelihatan sebagai ilustrasi buku atau majalah. Para peserta diminta mengarang sebuah cerita mengenai tiap-tiap gambar yang diperlihatkan kepadanya. Mereka diminta membuat sebuah cerita mengenai latar belakang dari kejadian yang menghasilkan adegan pada setiap gambar, mengenai pikiran dan perasaan yang dialami oleh orang-orang di dalam gambar itu, dan bagaimana episode itu akan berakhir. Dalam menganalisis respons terhadap kartu TAT, ahli psikologi melihat tema berulang yang mengungkapkan kebutuhan, motif, atau karakteristik cara seseorang melakukan hubungan antar-pribadinya.

3. Inventori Kepribadian

Inventori kepribadian adalah kuesioner yang mendorong individu untuk melaporkan reaksi atau perasaannya dalam situasi tertentu. Kuesioner mirip wawancara terstruktur dan menanyakan pertanyaan yang sama untuk setiap orang. Umumnya jawaban diberikan dalam bentuk yang mudah dinilai atau dengan bantuan komputer. Menurut Atkinson dan kawan-kawan, inventori kepribadian mungkin dirancang untuk menilai dimensi tunggal kepribadian (misalnya, tingkat kecemasan) atau beberapa sifat kepribadian secara keseluruhan. Adapun inventori kepribadian yang terkenal dan banyak digunakan untuk menilai kepribadian adalah sebagai berikut.

a. *Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI)*

MMPI terdiri atas kira-kira 550 pernyataan tentang sikap, reaksi emosional, gejala fisik dan psikologis, serta pengalaman masa lalu. Subjek menjawab tiap pertanyaan dengan menjawab "benar," "salah," atau "tidak dapat mengatakan." Pada prinsipnya, jawaban mendapat nilai menurut kesesuaiannya dengan jawaban yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki berbagai macam masalah psikologi. MMPI dikembangkan untuk membantu klinis dalam mendiagnosis gangguan kepribadian. Para perancang tes tidak menentukan sifat mengukurnya, tetapi memberikan ratusan pertanyaan tes untuk mengelompokkan individu. Tiap kelompok diketahui berbeda dari normalnya menurut kriteria tertentu. Kelompok kriteria terdiri atas individu yang telah dirawat dengan diagnosis gangguan paranoid. Kelompok kontrol terdiri atas orang yang belum pernah didiagnosis menderita masalah psikiatrik, tetapi mirip dengan kelompok kriteria dalam hal usia, jenis kelamin, status sosio-ekonomi, dan variabel penting lain.

b. *Forced-Choice Inventories*

Forced-Choice Inventories atau inventori Pilihan-Paksa termasuk klasifikasi tes yang *volunter*. Suatu tes dikatakan *volunter* apabila subjek dapat memilih pilihan yang lebih disukai, dan mengetahui bahwa semua pilihan benar, tidak ada yang salah (Muhadjir, 1992). Dalam hal ini, subjek diminta memilih pilihan yang lebih disukai, lebih sesuai, lebih cocok dengan minat, sikap, atau pandangan hidupnya.

c. *Humm-Wadsworth Temperament Scale (H-W Temperament Scale)*

H-W Temperament Scale dikembangkan dari teori kepribadian Rosanoff (Muhadjir, 1992). Menurut teori ini, kepribadian memiliki enam komponen, yang lebih banyak bertolak dari keragaman abnormal, yaitu:

- 1) *schizoid autistik*, mempunyai tendensi tidak konsisten, berpikirnya lebih mengarah pada khayalan;
- 2) *schizoid paranoid*, mempunyai tendensi tidak konsisten, dengan anggapan bahwa dirinya penting;
- 3) *cycloid manik*, emosinya tidak stabil dengan semangat berkobar;
- 4) *cycloid depress*, emosinya tidak stabil dengan retardasi dan pesimisme;
- 5) *hysteroid*, ketunaan watak berbatasan dengan tendensi kriminal;
- 6) *epileptoid*, dengan antusiasme dan aspirasi yang bergerak terus.

H-W Temperament Scale tersusun dalam sejumlah item yang berfungsi untuk memilahkan kelompok yang patologik dari kelompok penderita *hysteroid*, misalnya diasumsikan memiliki mental kriminal.

C. Kepribadian Manusia Perspektif Al-Quran

Secara umum kepribadian terdapat dalam diri setiap individu yang normal. Orang yang tidak normal, kepribadiannya tidak dapat diamati secara pasti, walaupun pada dasarnya setiap kepribadian itu dapat diamati melalui gejala-gejala yang tampak. Untuk itu, kepribadian merupakan "keniscayaan," suatu bagian dalam (interior) dari diri kita yang masih perlu digali dan ditemukan. Dalam Al-Quran, Allah SWT, telah menerangkan model kepribadian manusia yang memiliki keistimewaan dibandingkan model kepribadian lainnya, di antaranya surat Al-Baqarah ayat 1-20. Rangkaian ayat ini menggambarkan tiga model tipe kepribadian manusia, yakni kepribadian orang beriman, kepribadian orang kafir, dan kepribadian orang munafik.²

² Jalaluddin Al-Mahalli, Jalaluddin As-Suyuthy, *Tafsir Jalalain*. Al-Haromaen Jaya Indonesia, Departemen Agama, 2008, hlm. 2-3.

1. Kepribadian Orang Beriman (*Mu'minin*)

Golongan ini adalah golongan manusia yang meyakini tentang keberadaan Allah SWT. Untuk membuktikan keimanan yang bersemayam di dalam hati, mereka pun mengikrarkannya dengan lisan, kemudian mewujudkannya dengan praktik ibadah setiap harinya.

Untuk golongan pertama ini, Allah SWT. menjamin bahwa tempat mereka di akhirat kelak adalah surga (Al-Quran surat Al-Bayyinah ayat 7-8. Seseorang disebut beriman apabila ia percaya pada rukun iman yang terdiri atas iman kepada Allah SWT., iman kepada para malaikat-Nya, iman kepada Kitab-kitab-Nya, iman kepada para rasul-Nya, percaya pada Hari Akhir, dan percaya pada ketentuan Allah SWT. (*qadar/takdir*). Rasa percaya yang kuat terhadap rukun iman tersebut akan membentuk nilai-nilai yang melandasi seluruh aktivitasnya. Dengan nilai-nilai itu, setiap individu seyogianya memiliki kepribadian seperti:

- bersikap moderat dalam segala aspek kehidupan;
- rendah hati di hadapan Allah SWT. dan terhadap sesama manusia;
- senang menuntut ilmu;
- sabar;
- jujur, dan lain-lain.³

2. Kepribadian Orang Kafir (*Kafirun*)

Kelompok orang kafir adalah orang-orang yang ingkar akan keberadaan Allah SWT. Jangankan untuk menjalankan perintah-perintah-Nya, sekadar untuk memercayai-Nya sulit.

Ciri-ciri orang kafir yang diungkapkan dalam Al-Quran, antara lain:

- senantiasa putus asa;
- tidak menikmati kedamaian dan ketenteraman dalam kehidupannya;

³ Rani Anggraeni Dewi, "Kepribadian (Psikologi Al-Qur'an)", dalam *www.pusakahati.com*, 28 Desember 2009.

- tidak percaya pada rukun iman;
- tidak mau mendengar dan berpikir tentang kebenaran yang diyakini kaum muslim;
- tidak setia pada janji, bersikap sombong, suka dengki, cenderung memusuhi orang-orang beriman;
- hedonis;
- tertutup pada pengetahuan ketauhidan, dan lain-lain.

Ciri-ciri orang kafir tersebut menyebabkan mereka kehilangan keseimbangan kepribadian, yang akibatnya mereka mengalami penyimpangan ke arah pemuasan syahwat serta kesenangan lahiriah dan duniawi. Hal ini membuat mereka kehilangan satu tujuan tertentu dalam kehidupan, yaitu beribadah kepada Allah dan mengharap rida-Nya untuk mengharap magfirah serta pahala-Nya di dunia dan akhirat.⁴

3. Kepribadian Orang Munafik (*Munafiqun*)

Adapun golongan orang-orang munafik, yaitu secara dzahir menampakkan keimanan mereka di hadapan orang-orang mukmin, namun batin dan hatinya mengingkari hal tersebut.

Rasulullah SAW. menerangkan bahwa ciri-ciri orang munafik ada tiga. *Pertama*, ketika ia berjanji, ia mengingkari. *Kedua*, ketika berbicara, ia berdusta. *Ketiga*, ketika ia dipercaya, ia berkhiat.

Munafik adalah golongan orang yang berkepribadian sangat lemah dan bimbang. Di antara sifat atau watak orang munafik yang tergambar dalam Al-Quran, antara lain:

- menuhankan sesuatu atau seseorang selain Allah SWT.;
- suka berdusta;
- menutup pendengaran, penglihatan, dan perasaannya dari kebenaran;

⁴ Umar Shihab, *Kontekstualitas Al-Qur'an: Kajian Tematik atas Ayat-ayat Hukum dalam Al-Qur'an*, (Jakarta: Pemasadani, 2006), hlm. 105-106.

- d. peragu dan tidak mempunyai sikap yang tegas dalam masalah keimanan;
- e. bersifat hipokrit, yakni sombong, angkuh, dan cepat berputus asa.

Ciri kepribadian orang munafik yang paling mendasar adalah kebimbangannya antara keimanan dan kekafiran, serta ketidakmampuannya membuat sikap yang tegas dan jelas berkaitan dengan keyakinan bertauhid.

Dalam khazanah pemikiran Islam ada beberapa versi dalam pemberian struktur kepribadian manusia. Menurut Al-Ghazali dalam *Bastaman* membagi menjadi empat, yaitu *qalbu*, *roh*, *nafs*, dan *akal*. Sementara itu, Al-Ghazali dalam versi Mujib membagi tiga, yaitu hawa *nafs*, *aql*, dan *qalb*. ketiganya disebut *nafs*, kemudian dibagi dua secara garis besar, yaitu *jasad* dan *roh*.

Menurut Ibnu Arabi, *Qalb* adalah organ tubuh yang menghasilkan pengetahuan yang benar, intuisi yang menyeluruh, mengenal Allah SWT., dan misteri ketuhanan. Dengan demikian, *qalb* adalah bagian organ segala sesuatu yang memenuhi syarat untuk mengetahui ilmu gaib. Sifat *qalb* kemudian disebut dengan istilah rasio *qalbani* yang ada dalam *nafs* sebagai penjelmaan *selfish-self*, yaitu tempat mengaktualisasikan segala potensi yang ada dalam *qalb* berupa kekuatan *rohani* sehingga berdampak pada tindakan atau perilaku.

Dengan demikian, *qalb* adalah bagian spiritual manusia. Ia ada, tetapi keberadaannya hanya dapat dirasakan. Kesepadanan gerak rohani serupa dengan keberadaan wahyu dan ilham sehingga kebenaran bagi mereka yang terbuka dan tersingkap tabir di balik dirinya sama dengan kebenaran wahyu.⁵

Jasmani adalah struktur terluar manusia, berupa badan atau tubuh fisik biologis. Keberadaannya dapat dilihat oleh mata kepala,

5 Rafy Sapuri, *Psikologi Islam...*, hlm. 161.

bentuk rupanya dapat dinilai langsung. Banyak manusia yang akal pikirannya hanya mampu memberikan penilaian pada sesuatu yang bersifat jasmani. Mereka mengagumi dan mendewakannya walaupun sebenarnya fatamorgana, dijadikan dari tanah dan akan kembali lagi ke tanah. Sebagai salah satu struktur adanya jasmani ini karena adanya:

- a. hawa nafsu, yaitu dorongan (*syahwat*) pada sesuatu yang bersifat rendah, segera, dan tidak mengindahkan nilai-nilai moral;
- b. nafsu syahwat, merupakan fitrah kecenderungan yang bersifat universal. Menurut Mubarak, syahwat adalah menjalankan sesuatu yang mengikuti fitrah, seperti menyukai lawan jenis, menyayangi anak, dan sebagainya.

Psikis merupakan gejala psikologi yang dapat disaksikan dan diindrai, jika telah terakumulasi dalam bentuk tingkah laku, baik yang disengaja maupun gerakan refleks. Hal positif dari psikis adalah rasa sayang dan ramah, sedangkan negatifnya akan ditemukan pada sifat emosi, marah, dengki, dan sebagainya.⁶

D. Faktor Pembentuk Kepribadian Berdasarkan Tiga Aliran

Terdapat tiga aliran besar yang memiliki asumsi berbeda dalam melihat faktor-faktor yang membentuk kepribadian. Tiga aliran tersebut adalah nativisme, empirisme, dan konvergensi.

1. Aliran Nativisme

Aliran nativisme bertolak dari *leibnitzian tradition* yang menekankan kemampuan dalam diri setiap pribadi sehingga faktor lingkungan, termasuk faktor pendidikan, kurang berpengaruh terhadap kepribadian. Aliran nativisme berpandangan bahwa segala sesuatunya ditentukan oleh faktor-faktor yang dibawa sejak

6 Rafy Sapuri, *Psikologi Islam...*, hlm. 165.

lahir. Jadi, perkembangan individu itu semata-mata dimungkinkan dan ditentukan oleh dasar turunan. Misalnya, jika orangtuanya berkepribadian muslim, kemungkinan besar anaknya juga berkepribadian muslim. Aliran nativisme memandang hereditas (*heredity*) sebagai penentu kepribadian. Hereditas adalah totalitas sifat-sifat karakteristik yang dibawa atau dipindahkan dari orang tua ke anak keturunannya.

Asumsi yang mendasari aliran nativisme ini, adalah bahwa pada kepribadian anak dan orang tua terdapat banyak kesamaan, baik dalam aspek fisik maupun psikis. Setiap manusia memiliki gen, dan gen orangtua ini yang berpindah kepada anak.

Dengan demikian, para penganut aliran nativisme berpandangan bahwa bayi itu lahir sudah dengan pembawaan baik dan pembawaan buruk berdasarkan gen orangtuanya. Kepribadian ditentukan oleh pembawaan yang sudah dibawa sejak lahir.⁷ Berdasarkan pandangan ini, baik dan buruknya kepribadian seseorang ditentukan oleh pembawaan. Bagi aliran nativisme lingkungan sekitar tidak ada artinya sebab lingkungan tidak akan berdaya dalam memengaruhi kepribadian seseorang. Kepribadian buruk dan baik tidak dapat diubah oleh kekuatan lingkungan.

Ajaran aliran nativisme ini bersifat pesimisme karena para penganutnya menunjukkan sifat pesimistis terhadap kemampuan manusia dalam mengembangkan kepribadiannya yang dibawa sejak lahir. Dengan kata lain, kepribadian anak seluruhnya ditentukan oleh hukum-hukum pewarisan. Adapun tokoh utama (pelopor) aliran nativisme adalah Arthur Schopenhauer (Jerman 1788-1860). Tokoh yang lain seperti J.J. Rousseau seorang ahli filsafat dan pendidikan dari Prancis. Kedua tokoh ini berpendapat betapa pentingnya "inti" privasi atau jati diri kepribadian manusia.⁸

7 Umar Tirahardja dan La Sula, *Pengantar Pendidikan*, (Cet. II) Jakarta: Rineka Cipta, 1998), hlm. 196.

8 Sumadi Suryabrata, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 86.

Dengan begitu aliran ini hampir mirip dengan keyakinan agama budaya yang menyatakan bahwa arwah serta pembawaan nenek moyang dapat kembali pada garis keturunannya (reinkarnasi). Arwah yang baik mereinkarnasi pada keturunannya untuk memberikan petunjuk kepada manusia yang hidup. Berdasarkan uraian di atas, aliran nativisme pada dasarnya terlepas dari konsep fitrah karena melepaskan diri dari ikatan agama yang transedental. Menurut aliran ini, manusia seakan-akan menuhankan orangtua dan nenek moyang karena dialah sumber utama pewarisan kepribadian.

2. Empirisme

Aliran empirisme bertentangan dengan paham aliran nativisme. Empirisme (empiris, artinya pengalaman) dan disebut juga aliran environmentalisme, yaitu aliran yang menitikberatkan pandangan-pandangan pada peranan lingkungan sebagai penyebab timbulnya kepribadian.⁹ Aliran ini tidak mengakui adanya pembawaan atau potensi kepribadian yang dibawa manusia sejak kelahirannya. Aliran ini berpandangan bahwa kepribadian seseorang besar pengaruhnya pada faktor lingkungan. Asumsi psikologis yang mendasari aliran empirisme ini bahwa manusia lahir dalam keadaan netral, tidak memiliki pembawaan kepribadian.

Inti ajaran aliran ini adalah menganggap kepribadian menjadi berbeda apabila dirangsang oleh usaha-usaha sekuat tenaga. Kepribadian manusia bukan sebuah robot yang diprogram secara deterministik, apalagi menyerah pada pembawaan nasibnya.

Dengan demikian, aliran empirisme telah menyumbangkan pemikiran tentang cara manusia agar membentuk kepribadiannya yang ideal. Tokoh perintis aliran empirisme adalah John Locke (1704-1932) yang mengembangkan teori "Tabula Rasa", yakni anak

9 Sumadi Suryabrata, *Psikologi Perkembangan...*, hlm. 85.

lahir di dunia bagaikan kertas putih yang bersih.¹⁰ Pengalaman empirik yang diperoleh dari lingkungan akan berpengaruh besar dalam menentukan perkembangan kepribadian manusia.

3. Aliran Konvergensi

Aliran ini berpandangan bahwa corak kepribadian ditentukan oleh dasar (bakat, keturunan) dan lingkungan, kedua-duanya memainkan peranan penting. Aliran ini menekankan adanya hubungan antara faktor pembawaan sejak lahir dan faktor pengalaman yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya. Aliran konvergensi mempertemukan teori nativisme dan empirisme.

Perintis aliran konvergensi adalah William Stern (1871-1939), seorang ahli pendidikan bangsa Jerman yang berpendapat bahwa seorang anak dilahirkan di dunia disertai pembawaan baik atau buruk.¹¹

Kepribadian baik yang dibawa anak sejak kelahirannya tidak berkembang dengan baik tanpa adanya dukungan lingkungan yang sesuai untuk perkembangan kepribadian. Dengan demikian, inti ajaran aliran konvergensi bahwa kepribadian seseorang tidak hanya ditentukan oleh faktor warisan, dan tidak juga ditentukan oleh faktor lingkungan. Kepribadian seseorang akan ditentukan oleh hasil perpaduan antara kedua faktor tersebut, hasil kerja sama antara faktor-faktor yang ada pada diri seseorang, dan faktor-faktor di luarnya akan bermuara suatu pribadi yang ideal.

E. Dinamika Kepribadian Manusia

Kepribadian menurut psikologi Islam adalah integrasi sistem kalbu, akal, dan nafsu manusia menimbulkan tingkah laku. Aspek nasfsiyah manusia memiliki tiga daya, yaitu, qalbu, akal, dan nafsu. Dalam konsep ajaran Islam, kepribadian yang baik adalah sosok kepribadian muslim yang ideal.

10 Umar Tirharahardja dan La Sale, *Pengantar Pendidikan...*, hlm. 194.

11 Umar Tirharahardja dan La Sale, *Pengantar Pendidikan...*, hlm. 198.

Kepribadian muslim dalam bahasa Arab disebut *iyat al-muslim syakhs*, sosok individu yang terintegrasi dengan sistem kalbu, akal, dan nafsu yang menimbulkan tingkah laku pada diri setiap muslim. Sigmund Freud mendefinisikan kepribadian sebagai integrasi dari id, ego, dan super ego.¹² Id sebagai komponen kepribadian psikologis, ego sebagai komponen kepribadian psikologis, dan super ego sebagai komponen kepribadian sosiologis.

Kepribadian manusia memiliki beberapa dinamika, yaitu sebagai berikut.¹³

1. Kepribadian amarah (*nafs al-amarah*) adalah kepribadian yang cenderung pada tabiat jasad dan mengejar pada prinsip-prinsip kenikmatan. Sesuai dengan firman Allah SWT:¹⁴

وَمَا أَبْرَأُ نَفْسِي إِذْ أَنفَسَرْتُ لَمَّا مَرَّ بِالِلسُوءِ إِلَّا مَارِحَمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿٥٧﴾
يوسف: ٥٧

Dan aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun, Maha Penyanyang. (Q.S. Yusuf [12]: 53)

2. Kepribadian *lawwamah* (*nafs al-lawwamah*) adalah kepribadian yang telah memperoleh cahaya kalbu, lalu bangkit untuk memperbaiki kebimbangan antara dua hal. Kepribadian *lawwamah* adalah kepribadian yang didominasi oleh akal.

12 Kartini Kartono, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Rajawali, 1989), hlm. 362.

13 Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), hlm. 116.

14 Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling...*, hlm. 118.

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢٦﴾ القِيَامَةِ: ٢٦

Dan aku bersumpah dengan jiwa yang selalu menyesali (dirinya sendiri). (Q.S. Al-Qiyamah [75]: 2)

Maksudnya apabila ia berbuat kebaikan ia juga menyesal mengapa ia tidak berbuat lebih banyak, apalagi kalau ia berbuat kejahatan.

3. Kepribadian *muthmainah* adalah kepribadian yang telah diberi kesempurnaan cahaya kalbu sehingga dapat meninggalkan sifat-sifat yang tercela.¹⁵

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ

رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ الفجر: ٢٧ - ٢٨

Wahai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya. (Q.S. Al-Fajr [89]: 27-28)

15. Feeti Hikmahwati, *Bimbingan Kounseling...*, hlm. 120.

Bab 2

TEORI CLASSICAL CONDITIONING IVAN P. PAVLOV

A. Biografi Ivan P. Pavlov

Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936) ialah seorang behavioristik terkenal dengan teori *Classical Conditioning*. Ivan Petrovich Pavlov dilahirkan di Ryazan Rusia pada 18 September tahun 1849 dan meninggal di Leningrad pada tanggal 27 Februari 1936. Ayahnya seorang pendeta ortodoks pedesaan. Pada awalnya ia berniat mengikuti jejak ayahnya, tetapi Ivan Pavlov mengurungkan niatnya dan pergi ke universitas di St. Petersburg untuk mengajar pada tahun 1870. Dari sinilah, kariernya mulai berjalan hingga ia memimpin Institut Fisiologi Pavlovian di Akademi Ilmu Pengetahuan Rusia.

Ivan P. Pavlov sebenarnya bukanlah sarjana psikologi, dan tidak mau disebut sebagai ahli psikologi karena ia seorang sarjana ilmu faal yang fanatik. Tahun 1870, ia memasuki Universitas Petersburg untuk mempelajari sejarah alam di fakultas Fisika dan Matematika.¹



Ivan P. Pavlov

Sumber:
psychologyabout.com

1. Hergenhahn, B.R. & Matthew H. Olson, *An Introduction to Theories of Learning*, (London: Prentice-Hall International, 1997), hlm. 161.

Pada tahun ketiga, ia mengikuti kursus di Akademi Medica Chiraginal. Akan tetapi, ia tidak ingin menjadi dokter, tetapi seorang ahli fisiolog berkualitas. Pavlov meminta setiap orang yang bekerja di laboratoriumnya hanya menggunakan istilah-istilah fisiologis. Jika asistennya menggunakan bahasa psikologi –contohnya menunjuk pada perasaan atau pengetahuan si anjing– dia akan mendenda mereka.

Eksperimen Pavlov yang sangat terkenal di bidang fisiologi dimulai ketika ia melakukan studi tentang pencernaan. Dalam hidupnya, Pavlov dipengaruhi oleh buku-buku abad ke-16, terutama yang ditulis Pisarev. Ia sangat konsekuen dengan pekerjaannya sehingga banyak memperoleh tambahan pengetahuan tentang fisiologi. Pada tahun 1890, Pavlov diundang untuk mengatur dan mengarahkan Departemen *Fisiologi di Institute of Experimental Medicine* dan ia diangkat sebagai profesor Farmakologi di Akademi Medis Militer.²

Perjalanan Pavlov keluar negeri memberikan arti penting dalam mendukung dirinya menjadi seorang fisiolog. Keahliannya di bidang fisiologi sangat memengaruhi eksperimen-eksperimennya. Ia menemukan bahwa ia dapat menggunakan stimulus netral, seperti sebuah nada atau sinar untuk membentuk perilaku (respons). Eksperimennya menggunakan anjing sebagai subjek penelitian. Dalam eksperimennya, ia melihat bahwa subjek penelitiannya (seekor anjing) akan mengeluarkan air liur sebagai respons atas munculnya makanan. Kemudian ia mengeksplorasi fenomena ini kemudian mengembangkan satu studi perilaku (*behavioral study*) yang dikondisikan, yang dikenal dengan teori *Classical Conditioning*.

Menurut teori ini, ketika makanan (makanan disebut sebagai *the unconditioned or unlearned stimulus*) - stimulus yang tidak

2 http://nobelprize.org/nobel_prizes/medicine/laureates/1904/pavlov-bio.html.

dikondisikan atau tidak dipelajari) dipasangkan atau diikutsertakan dengan bunyi bel (bunyi bel disebut sebagai *the conditioned or learned stimulus* - stimulus yang dikondisikan atau dipelajari), bunyi bel akan menghasilkan respons yang sama, yaitu keluarnya air liur subjek penelitian. Hasil karyanya ini bahkan menghantarkannya menjadi pemenang hadiah Nobel.

Pavlov telah melakukan penyelidikan terhadap kelenjar ludah secara intensif sejak tahun 1902 dengan menggunakan anjing. Beberapa saat sebelum tahun itu, ketika Pavlov menginjak usia 50 tahun, ia memulai karyanya yang terkenal tentang refleks-refleks yang terkondisikan (*condition reflex*). Karya tulisnya adalah *Work of Digestive Glands* (1902) dan *Conditioned Reflexes*. Pada tahun 1904 ia memperoleh hadiah Nobel di bidang *Physiology or Medicine* untuk karya tersebut. Karyanya mengenai pengondisian sangat memengaruhi psikologi behavioristik di Amerika (*The Official Web Site of the Nobel Foundation, 2007*).

Pengaruh Pavlov sebagai ahli fisiologi tidak begitu besar, seperti halnya lapangan psikologi. Bahkan, di Uni Soviet pendapat Pavlov dijadikan landasan bagi psikologi di negeri tersebut karena serasi dengan filsafat doktrin historis-materialisme. Salah seorang ahli yang berjasa dalam menyebarkan pengaruh Pavlov dalam lapangan psikologi adalah von Bechterev. Di Amerika Serikat pun, pengaruh aliran psikologi ini besar sekali. Ketika membaca karya Pavlov, J.B. Watson merasa mendapatkan model yang cocok dengan pendiriannya untuk menjelaskan masalah tingkah laku manusia.³

B. Eksperimen-eksperimen Ivan P. Pavlov

Dalam tahun-tahun terakhir abad ke-19 dan tahun-tahun permulaan abad ke-20, Pavlov dan kawan-kawan mempelajari

3 Sunadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), hlm. 266.

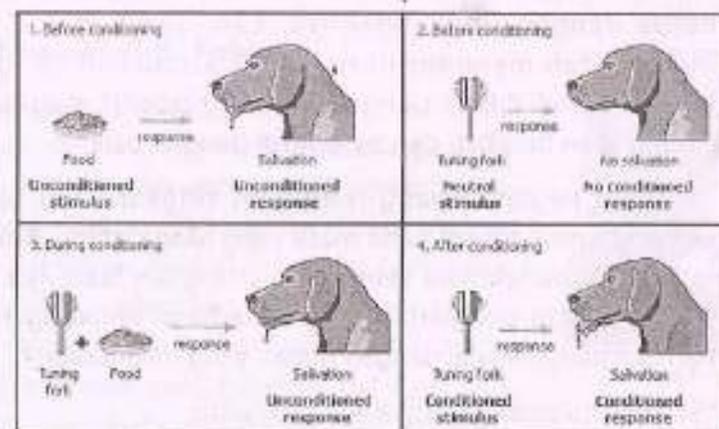
proses pencernaan dalam tubuh anjing. Selama penelitiannya, para ahli ini memerhatikan perubahan dalam waktu dan kecepatan pengeluaran air liur. Dalam eksperimen-eksperimen tersebut, Pavlov dan kawan-kawannya menunjukkan bahwa belajar dapat memengaruhi perilaku yang selama ini diduga refleksif dan tidak dapat dikendalikan, seperti pengeluaran air liur.⁴ Berangkat dari pengalamannya, Pavlov mencoba melakukan eksperimen di bidang psikologi dengan menggunakan anjing sebagai subjek penyelidikan.

Untuk memahami eksperimen Pavlov, terlebih dahulu harus memahami beberapa pengertian pokok yang biasa digunakan dalam teori Pavlov sebagai unsur dalam eksperimennya, yaitu sebagai berikut.

1. **Unconditioned Stimulus (US)** -stimulus asli atau netral: stimulus tidak dikondisikan, yaitu stimulus yang langsung menimbulkan respons, misalnya daging dapat merangsang anjing untuk mengeluarkan air liur. US disebut juga sebagai perangsang tidak bersyarat atau perangsang alami atau perangsang wajar, yaitu perangsang yang secara alami dan secara wajar dapat menimbulkan respons pada organisme.
2. **Conditioning Stimulus (CS)**: stimulus bersyarat, yaitu stimulus yang tidak langsung menimbulkan respons. Untuk menimbulkan respons, CS perlu dipasangkan secara terus-menerus agar menimbulkan respons. Misalnya, bunyi bel akan menyebabkan anjing mengeluarkan air liur jika selalu dipasangkan dengan daging. Disebut juga dengan perangsang bersyarat = perangsang tidak wajar = perangsang tidak alami = *conditioned stimulus* (CS), yaitu perangsang yang secara alami tidak menimbulkan respons.

⁴ Ratna Wilis Dahar, *Teori-teori Belajar*. (Jakarta: DepDikBud, 1988), hlm. 28.

3. **Unconditioned Respons (UR)**: disebut perilaku responden (*respondent behavior*) respons tidak bersyarat, yaitu respons yang muncul dengan hadirnya US, yaitu air liur anjing keluar karena anjing melihat daging. Sebutan lain adalah respons tidak bersyarat = respons alami = respons wajar, yaitu respons yang ditimbulkan oleh perangsang tidak bersyarat (*Unconditioned Stimulus* = UR).
4. **Conditioning Respons (CR)**: respons bersyarat, yaitu respons yang muncul dengan hadirnya CS. Misalnya, air liur anjing keluar karena anjing mendengar bel, yaitu respons yang ditimbulkan oleh perangsang bersyarat (*Conditioned Response* = CR).



Sumber: www.skewsmc.com

C. Perkembangan Kepribadian Menurut Ivan P. Pavlov

1. Struktur Kepribadian Menurut Pavlov

Struktur kepribadian dari Pavlov ini bergantung pada respons atau stimulus yang diberikan oleh seseorang. Semakin besar stimulus atau penguatan yang diberikan, respons yang diterima juga akan semakin kuat. Dengan demikian, Pavlov membagi struktur kepribadian menjadi dua, yaitu sebagai berikut.

- a. Tingkah laku responden. Respons yang dihasilkan organisme untuk menjawab stimulus secara spesifik berdasarkan respons yang diberikan.
- b. Tingkah laku operan. Respons yang dimunculkan organisme tanpa stimulus spesifik yang langsung memaksa terjadinya respons itu. Organisme dihadapkan pada pilihan-pilihan respons yang akan dipakai untuk menanggapi suatu stimulus.⁵

2. Dinamika dan Perkembangan Kepribadian Menurut Ivan P. Pavlov

Pavlov yakin bahwa kepribadian dapat dipahami dengan mempertimbangkan tingkah laku dalam hubungan yang terus-menerus dengan lingkungannya. Cara yang efektif untuk mengubah dan mengontrol tingkah laku adalah penguatan. Artinya, dengan diberi penguatan yang positif, tingkah laku seseorang akan berubah dan terkontrol dengan baik.

Strategi kegiatan yang membuat tingkah laku tertentu berpeluang untuk terjadi pada masa yang akan datang. Seseorang dapat dilatih melakukan semua jenis tingkah laku jika semua konsekuensi atau penguatan yang tersedia di lingkungan dapat diubah dan diatur sesuai dengan tujuan yang dikehendaki.

Strategi itu pada dasarnya ada dua, yaitu:

- a. *Conditioning klasik*, disebut juga dengan *conditioning responden* karena tingkah laku dipelajari dengan memanfaatkan hubungan stimulus respons yang bersifat refleksi.
- b. *Conditioning operan*, artinya tidak bergantung pada tingkah laku otomatis atau refleksi sehingga lebih fleksibel dibandingkan dengan *conditioning klasik*.

5 Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2004), hlm. 402.

TEORI OPERANT CONDITIONING BURRHUS FREDERIC SKINNER

A. Biografi B.F. Skinner

Burrhus Frederic Skinner lahir di Susquehanna, Pennsylvania, pada tanggal 20 Maret 1904.¹ Ia merupakan anak pertama dari pasangan William Skinner dan Grace Mange Burrhus Skinner. Ayahnya seorang pengacara dan politisi, sedangkan ibunya seorang ibu rumah tangga. Skinner tumbuh dalam suasana dan lingkungan yang nyaman, bahagia, dan berasal dari keluarga menengah ke atas. Sekalipun demikian, orangtuanya menerapkan nilai-nilai kesederhanaan, kebaktian, kejujuran, dan kerja keras dalam menjalani kehidupan. Keluarga Skinner adalah orang-orang gereja.



Burrhus Frederic Skinner

Sumber:
psychlopedia.
wikispaces.com

Skinner selalu berada dalam asuhan dan didikan yang berpola lama serta mementingkan kerja keras. Ia lebih menyenangi kegiatan di luar rumah dan sangat menikmati kegiatan-kegiatan di sekolahnya.²

1 Ladislaus Naisaban, *Para Psikolog Terkemuka Dunia: Rinyai Hidup, Pokok Pikiran, dan Karya*, (Jakarta: Grasindo, 2004), hlm. 357.

2 Abdul Qodir, *Sejarah Psikologi*, (Yogyakarta: Prismashopie, 2000), hlm. 405.

Pada tahun 1926, Skinner meraih gelar sarjana muda dalam sastra Inggris di Hamilton College, New York. Ia menulis berbagai cerita pendek dan surat kabar lokal. Pada tahun 1928, ia kuliah kembali di fakultas Psikologi di Universitas Harvard dengan mengkhususkan diri pada tingkah laku hewan. Pada tahun 1931, Skinner mendapatkan gelar Ph.D. Pada tahun 1931,³ Skinner menerima beasiswa dari Dewan Penelitian Nasional untuk melanjutkan penelitian laboratoriumnya di Harvard. Skinner pun menjadi percaya diri dengan identitasnya sebagai seorang behavioris. Ia pun menghabiskan waktu selama lima tahun untuk bekerja di laboratorium W.J. Crozier di Universitas Minnesota. Selama 9 tahun di sana, hidupnya diwarnai oleh produktivitas dan membuatnya terampil sebagai salah seorang pemimpin behaviorisme yang terkemuka di Amerika Serikat. Pada tahun 1960, Skinner berhasil mewujudkan fase terpenting dalam rencananya.

Pada tahun 1936, Skinner mulai mendapatkan posisi atau kedudukan pada pengajaran dan penelitian di Universitas Minnesota. Sesaat setelah pindah ke Minneapolis, ia memiliki seorang kekasih kemudian menikah dengan Yvonne Blue. Skinner mempunyai dua orang anak, yaitu Julie yang lahir pada tahun 1938 dan Deborah (Debbie) yang lahir pada tahun 1944. Di Minnesota, Skinner menerbitkan buku pertamanya yang berjudul *The Behavior of Organisms* (1938).

Pada usia 40 tahun, Skinner masih bergantung pada bantuan keuangan dari ayahnya untuk berjuang dalam ketidakberhasilannya menulis buku mengenai perilaku lisan (*behavior verbal*) karena ia tidak sepenuhnya terlepas dari "Tahun Kegelapan" dalam 20 tahun pertama. Meskipun Skinner menjadi sukses dan menjadi seorang behavioris terkemuka, ia lamban dalam mengatur dan

3 Koswara, *Teori-teori...*, hlm. 70.

menghasilkan keuangannya. Ia mengizinkan orangtuanya membayar mobil, liburan, pendidikan anak-anaknya di sekolah, bahkan membeli rumah untuk keluarganya.

Ketika Skinner masih menuntut ilmu di Universitas Minnesota, ayahnya memberikan penawaran kepada Skinner berupa gaji sekolah musim panasnya jika ia terlebih dahulu mengajar selama musim panas dan membawa istri serta kedua anaknya ke Scranton. Skinner pun menerima tawaran dari ayahnya untuk pindah ke Scranton serta untuk kembali menulis. Akan tetapi, buku yang ia tulis belum dapat diselesaikan juga hingga beberapa tahun.

Pada tahun 1945, Skinner meninggalkan Minnesota untuk menjabat sebagai dekan di Departemen Psikologi di Universitas Indiana, sebuah pilihan yang menjadikannya lebih frustrasi karena tugas-tugas administratifnya yang menjemukan, ditambah Skinner belum merasakan pengetahuan dan pengalaman akan psikologi. Walaupun demikian, istrinya beranggapan berbeda dengan Skinner. Menurutnya, krisis pribadi Skinner akan segera berakhir dan karier profesionalnya pun akan datang.

Pada liburan musim panas tahun 1945, Skinner menulis *Walden Two*, sebuah novel khayalan yang menggambarkan masyarakat sosial dengan permasalahan dalam penyelesaian masalah yang berhubungan dengan perilaku ahli teknik. Meskipun tidak diterbitkan hingga tahun 1948, bukunya disajikan oleh penulis dengan terapi langsung dalam bentuk *emotional catharsis*. Akhirnya, Skinner dapat belajar dari kegagalan menuju kemahiran selama tahun kegelapannya, yaitu 20 tahun pertama.

Skinner menjelaskan bahwa dua karakter yang ada dalam bukunya, yaitu Farazier dan Burris mewakili usaha atau percobaannya untuk menggabungkan dua aspek berbeda yang ada dalam kepribadiannya. Buku *Walden Two* pun turut menjadi pembangun karier profesional Skinner. Tidak lama kemudian ia

mengurung diri untuk pembelajaran laboratorium terhadap tikus dan burung dara, kemudian ia terlibat/dilibatkan dalam aplikasi analisis tingkah laku terhadap teknologi pembentukan perilaku manusia dan mendapatkan ungkapan filosofis dalam *Beyond Freedom and Dignity*.

Pada tahun 1948, Skinner menjadi guru besar di Harvard dan melanjutkan eksperimen kecil menggunakan burung dara. Skinner menerima banyak penghargaan dan kehormatan, antara lain *Distinguished Scientific Contribution Award* dari *The American Psychological Association* (APA) pada tahun 1958 dan mendapatkan medali presiden di bidang ilmu pengetahuan dan medali emas pada tahun 1971.⁴ Tahun 1964, pada usianya yang ke-60 tahun, Skinner berhenti mengajar. Sepuluh tahun kemudian, ia mengambil dua program pendanaan karier dari pemerintah pusat untuk masa 5 tahun, yang mengizinkan Skinner untuk melanjutkan menulis dan memimpin penelitian. Ia pun berhenti menjadi profesor psikologi pada tahun 1974. Setelah berhenti mengajar pada tahun 1964, Skinner menulis beberapa buku penting mengenai tingkah laku manusia (*human behavior*) yang membantunya mendapatkan gelar sebagai *America's best-known living psychologist*.⁵

Pada tanggal 18 Agustus 1990, Skinner meninggal karena menderita leukemia. Satu minggu sebelum kematiannya, Skinner mengirimkan pidato emosionalnya kepada konvensi *American Psychological Association* (APA) mengenai kelanjutan advokasinya terhadap behaviorisme radikal. Dengan adanya konvensi ini, ia mendapat surat pujian pertama sebagai *Outstanding Lifetime Contribution to Psychology*. Skinner satu-satunya orang yang mendapat penghargaan tersebut dalam sejarah APA.

4 Paulus Budiharjo, *Mengenal Kepribadian Mutakhir*, (Jakarta: Kanisius, 1997), hlm. 109.

5 http://aliranim.blogspot.com/2013/02/biografi-bf-skinner_100.html

B. Behaviorisme Ilmiah B.F. Skinner

Skinner menekankan bahwa perilaku manusia harus dipelajari secara ilmiah. Behaviorisme ilmiah berkeyakinan bahwa perilaku dapat dipelajari dengan baik, tanpa harus mengacu pada konsep kebutuhan, insting, ataupun motif. Untuk menjadi ilmiah, Skinner menegaskan bahwa psikologi harus menghindari faktor-faktor kejiwaan internal dan membatasi diri hanya pada peristiwa-peristiwa fisik yang dapat diamati. Meskipun merasa yakin bahwa kondisi internal berada di luar wilayah ilmu, Skinner tidak menyangkal keberadaannya. Kondisi seperti rasa lapar, emosi, nilai keyakinan diri, kebutuhan akan agresivitas, keyakinan keberagaman, dan niat jahat memang ada, tetapi hal ini bukan penjelasan bagi perilaku manusia. Behaviorisme ilmiah Skinner mengikuti prinsip-prinsip berikut.

1. Filsafat Ilmu

Skinner menggeneralisasikan dari studi perilaku hewan pada studi perilaku anak-anak, kemudian studi perilaku orang dewasa. Skinner menggunakan prinsip yang diambilnya dari studi laboratorium untuk menginterpretasikan perilaku manusia, tetapi menegaskan bahwa interpretasi tidak boleh dicampuradukkan dengan penjelasan, kenapa manusia bersikap seperti sekarang.

2. Karakteristik Ilmu

Menurut Skinner, ilmu memiliki tiga karakter utama berikut.

- a. Ilmu bersifat kumulatif, artinya ilmu berkebalikan dengan seni, filsafat, dan sastra, berkembang dengan cara-cara yang kumulatif. Ilmu memiliki sifat unik bukan karena teknologi, melainkan karena tingkah lakunya.
- b. Ilmu merupakan sikap yang lebih menghargai sifat observasi empiris, yaitu sikap untuk melihat fakta melebihi apa pun. Secara khusus, ada tiga komponen bagi sikap ilmiah:

- 1) menolak kewibawaan seseorang di bidang tertentu, termasuk kewibawaan teoretisnya;
 - 2) menuntut kejujuran intelektual, artinya ilmu menerima fakta walaupun bertentangan dengan harapan dan keinginan penelitiannya;
 - 3) menunda penyimpulan sampai kecenderungan yang jelas muncul. Skeptisisme yang sehat dan kesediaan untuk menunda penyimpulan merupakan unsur yang esensial untuk menjadi seorang ilmuwan.
- c. Ilmu adalah pencarian terhadap tatanan dan kaidah hubungan ilmu adalah pencari tatanan dan kaitan dengan kaidah-kaidahnya. Semua ilmu dimulai dari observasi terhadap peristiwa tunggal kemudian berusaha menyimpulkan prinsip dan kaidah umum dari peristiwa tersebut. Singkatnya, metode ilmiah terdiri atas prediksi, kontrol, dan deskripsi.

C. Sejarah Munculnya Teori *Operant Conditioning*

Munculnya teori *operant conditioning* merupakan dialektika dari adanya perbedaan pandangan Skinner dengan pandangan S-R dan penjelasan refleks bersyarat bahwa stimulus memiliki sifat-sifat kekuatan yang tidak mengendur. Menurut Skinner, penjelasan S-R tentang terjadinya perubahan tingkah laku tidak lengkap untuk menjelaskan cara organisme berinteraksi dengan lingkungannya. Banyak tingkah laku menghasilkan perubahan atau konsekuensi pada lingkungan yang mempunyai pengaruh terhadap organisme sehingga mengubah respons organisme itu.

Asas-asas *operant conditioning* merupakan kelanjutan dari tradisi yang didirikan oleh John Watson. Artinya, agar psikologi menjadi suatu ilmu, studi tingkah laku harus dijadikan fokus penelitian psikologi.

Operant conditioning menekankan pembentukan perilaku sebagai dampak dari efek yang ditimbulkannya. Jika efek tersebut berdampak pada penguatan hubungan stimulus dan responsnya, perilaku tersebut cenderung diulang. Contoh, jika makan dapat meredakan rasa lapar dan menuju pada kenyamanan rasa kenyang, makan menjadi pilihan perilaku ketika perut merasakan lapar. Karena itulah, rumus pembentukan perilaku menurut Skinner adalah $S \rightarrow R \rightarrow R$ (*Reinf*). S adalah Stimulus, R adalah Respons, R (*Reinf*) adalah Respons yang diperkuat.

Skinner tidak percaya bahwa pembentukan perilaku sesederhana $S \rightarrow R$. Sebuah stimulus pasti direspons oleh R yang tetap. R adalah respons pokok dari sebuah stimulus. Hubungan S dan R selalu tetap karena S adalah *eliciting stimuli* bagi munculnya *eliciting behavior*. Artinya, sebuah stimulus akan selalu direspons dengan cara yang tepat sama. Hal ini sesuai dengan *classical conditioning* oleh Ivan P. Pavlov. Menurut Skinner, hubungan antara S dan R tidak sesederhana pembentukan *eliciting behavior*. Ada faktor yang memperkuat dan melemahkan perilaku. Karena itulah, perilaku yang dipelajari (hasil belajar) sebenarnya adalah perilaku yang diperkuat (*R-Reinf*).

Menurut Skinner, pendidikan mengenai kepribadian hanya sah jika mematuhi kriteria ilmiah penyelidikan mengenai kepribadian melibatkan pengamatan yang sistematis dan sejarah belajar yang khas serta latar belakang yang unik dari individu. Menurut Skinner, individu adalah organisme yang memperoleh perbendaharaan tingkah lakunya melalui belajar. Individu bukan agen penyebab tingkah laku, melainkan suatu poin antara faktor lingkungan dan bawaan yang khas serta secara bersama-sama menghasilkan akibat tingkah laku yang khas pula pada individu tersebut. Skinner menguraikan sejumlah teknik yang digunakan untuk mengontrol perilaku yang dipelajari oleh *social learning theorist* yang tertarik pada modeling modifikasi perilaku. Teknik itu adalah sebagai berikut:⁶

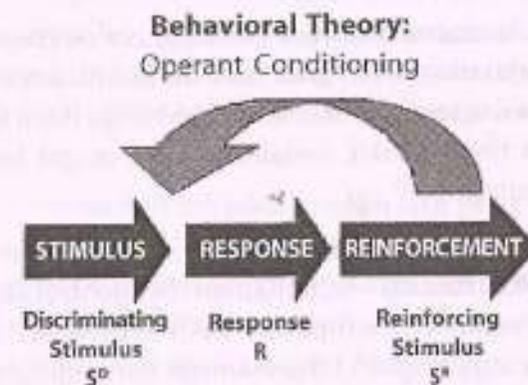
6 Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), hlm. 310.

1. Pengekangan fisik (*physical restrains*), yaitu mengontrol perilaku dengan melakukan pengekangan secara fisik. Contoh, beberapa dari kita menutup mulut untuk menghindari diri dari menertawakan kesalahan orang.
2. Bantuan fisik (*physical aids*), yaitu mengontrol perilaku dengan melakukan bantuan fisik. Contoh, seorang pengemudi truk minum obat antikutuk agar tidak mengantuk saat mengemudi di perjalanan jauh.
3. Mengubah stimulus (*changing the stimulus conditions*), yaitu ketika ada stimulus yang diinginkan oleh individu, stimulus itu diubah dengan stimulus lain. Contoh, orang yang berat badannya berlebihan menyisihkan sekotak permen dari hadapannya.
4. Memanipulasi kondisi emosional (*manipulating emotional conditions*), yaitu mengubah emosional untuk mengontrol diri sendiri. Contohnya, kita membuat dia sendiri memiliki suasana hati yang baik sebelum menghadiri pertemuan yang membuat stres agar dapat menunjukkan perilaku yang tepat.
5. Melakukan respons lain (*performing alternative responses*), yaitu menahan diri dari perilaku yang membawa hukuman dengan melakukan yang lain. Contoh, agar tidak menyerang orang yang tidak disukai, kita menjauhi tindakan yang berhubungan dengan pendapat kita tentang mereka.
6. Memperkuat diri secara positif (*positive self reinforcement*). Contohnya kita memberi hadiah pada diri sendiri karena mendapat nilai baik dalam ujian.
7. Menghukum diri sendiri (*self punishment*), menghukum diri sendiri karena gagal mencapai tujuan yang diharapkan. Contohnya, seorang mahasiswa menghukum diri sendiri karena gagal dengan giat belajar.

D. Teori *Operant Conditioning* Menurut B.F. Skinner

Asas pengondisian operan Skinner dimulai awal tahun 1930-an, ketika munculnya teori S-R. Istilah-istilah seperti (*cues/pengisyaran*, *purposive behavior* (tingkah laku purposif) dan *drive stimuli* (stimulus dorongan) dikemukakan untuk menunjukkan daya suatu stimulus untuk memunculkan atau memicu suatu respons tertentu. Skinner tidak sependapat dengan pandangan S-R dan penjelasan refleks bersyarat bahwa stimulus terus memiliki sifat-sifat kekuatan yang tidak mengendur. Menurut Skinner, penjelasan S-R tentang terjadinya perubahan tingkah laku tidak lengkap untuk menjelaskan cara organisme berinteraksi dengan lingkungannya.

Skinner menghindari kontradiksi yang ditampilkan oleh model *conditioning klasik* dari Pavlov dan *conditioning instrumental* dari Thorndike. Ia mengajukan suatu paradigma yang mencakup kedua jenis respons itu dan berlanjut dengan mengupas kondisi-kondisi yang bertanggung jawab atas munculnya respons atau tingkah laku *operant*.



Skinner bekerja dengan tiga asumsi dasar, yaitu asumsi pertama dan kedua pada dasarnya menjadi psikologi pada umumnya, bahkan menjadi asumsi semua pendekatan ilmiah:

1. Tingkah laku itu mengikuti hukum tertentu (*behavior is lawful*). Ilmu adalah usaha untuk menemukan keteraturan, menunjukkan bahwa peristiwa tertentu berhubungan secara teratur dengan peristiwa lain.⁷ Tingkah laku merupakan hasil pengaruh timbal-balik dari variabel tertentu yang dapat diidentifikasi, yang sepenuhnya menentukan tingkah laku. Seluruh tingkah laku individu merupakan hasil dari dunia objektif.⁸ Asumsi bahwa seluruh tingkah laku berjalan menurut hukum jelas mengandung implikasi tentang kemungkinan mengontrol tingkah laku. Skinner tidak tertarik pada aspek-aspek tingkah laku yang sangat sukar berubah, misalnya aspek-aspek tingkah laku yang dikuasai oleh warisan hereditas.⁹
2. Tingkah laku dapat diramalkan (*behavior can be predicted*). Ilmu tidak hanya menjelaskan, tetapi juga meramalkan. Bukan hanya mengenai peristiwa masa lalu, melainkan juga masa yang akan datang. Teori yang berdaya guna adalah yang memungkinkan dapat dilakukannya prediksi mengenai tingkah laku yang akan datang dan menguji prediksi itu.¹⁰
3. Tingkah laku dapat dikontrol (*behavior can be controlled*). Ilmu dapat melakukan antisipasi dan menentukan/membentuk tingkah laku seseorang. Skinner bukan hanya ingin mengetahui terjadinya tingkah laku, melainkan juga sangat berkeinginan memanipulasinya.¹¹

Skinner menganggap kemampuan memanipulasi kehidupan dan tingkah laku manusia –keberhasilan mengontrol kejadian atau tingkah laku manusia– merupakan bukti kebenaran suatu teori. Lebih penting lagi, tingkah laku manusia harus dikontrol karena

7 Alwisol, *Psikologi Kepribadian: Edisi Revisi*, (Malang: UMM Press, 2005), hlm. 400.
 8 Supratiiknya, *Psikologi Kepribadian 3 Teori-teori Sifat dan Behavioristik*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 317-318.
 9 Supratiiknya, *Psikologi Kepribadian 3...*, hlm. 320.
 10 Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 400.
 11 *Ibid.*, hlm. 401.

Skinner yakin bahwa manusia telah merusak dunia yang ditinggalkannya dengan memakai ilmu dan teknologi dalam memecahkan masalahnya.

Skinner memahami dan mengontrol tingkah laku dengan teknik analisis fungsional tingkah laku (*functional analysis of behavior*): analisis tingkah laku dalam bentuk hubungan sebab-akibat, yaitu suatu respons timbul mengikuti stimulus atau kondisi tertentu. Menurutnya, analisis fungsional akan menyingkap bahwa penyebab terjadinya tingkah laku sebagian besar berada pada *event* antesedennya atau berada di lingkungan. Skinner yakin bahwa tingkah laku dapat diterangkan dan dikontrol dengan memanipulasi lingkungan tempat organisme yang bertingkah laku itu berada.¹²

1. Struktur Kepribadian Behavioristik

Skinner tidak tertarik dengan struktural dari kepribadian. Menurutnya, mungkin dapat diperoleh ilusi yang menjelaskan dan memprediksi tingkah laku berdasarkan faktor-faktor tetap dalam kepribadian, tetapi tingkah laku hanya dapat diubah dan dikontrol dengan mengubah lingkungan. Jadi, ia lebih tertarik oleh aspek yang diubah-ubah dari kepribadian alih-alih aspek struktur yang tetap.¹³

Skinner memusatkan diri pada tingkah laku yang dapat diubah sehingga ia kurang tertarik pada ciri-ciri tingkah laku yang tampaknya relatif tetap. Menurutnya, prediksi dan penjelasan dapat dicapai melalui pengetahuan tentang aspek-aspek kepribadian yang bersifat tetap dan dapat diubah. Akan tetapi, kontrol hanya dapat dicapai melalui modifikasi; kontrol mengimplikasikan bahwa lingkungan dapat diubah untuk menghasilkan pola-pola tingkah laku yang berbeda. Skinner tidak pernah menyatakan bahwa semua

12 Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 401.

13 Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 402.

faktor yang menentukan tingkah laku ada dalam lingkungan. Ia juga mengakui bahwa sejumlah tingkah laku memiliki dasar genetik, sehingga pengalaman tidak akan berpengaruh terhadap tingkah laku itu. Dalam melihat persamaan antara dasar hereditas atau bawaan dan dasar lingkungan dari tingkah laku, Skinner mengemukakan bahwa proses evolusi membentuk tingkah laku spesies yang bersifat bawaan sama seperti tingkah laku individu yang dipelajari dan dibentuk oleh lingkungan.¹⁴

Unsur kepribadian yang dipandang Skinner relatif tetap adalah tingkah laku. Ada dua klasifikasi tipe tingkah laku:¹⁵

- a. Tingkah laku responden (*respondent behavior*); respons yang dihasilkan organisme untuk menjawab stimulus yang secara spesifik berhubungan dengan respons itu. Respons refleks termasuk dalam komponen ini, seperti mengeluarkan air liur ketika melihat makanan, mengelak dari pukulan dengan menundukkan kepala, merasa takut ketika ditanya guru, atau merasa malu ketika dipuji.
- b. Tingkah laku operan (*operant behavior*); respons yang dimunculkan organisme tanpa adanya stimulus spesifik yang langsung memaksa terjadinya respons tersebut. Terjadi proses pengikatan stimulus baru dengan respons baru.

Dalam memformulasi sistem tingkah laku, Skinner membedakan dua tipe respons tingkah laku, yakni responden dan operan. Dalam arti singkatnya, tingkah laku responden adalah respons spesifik yang ditimbulkan oleh stimulus yang dikenal, dan stimulus itu selalu mendahului respons. Contoh tingkah laku responden itu, antara lain menggigil karena kedinginan, stimulus udara dingin, sedangkan responsnya adalah menggigil. Pada tingkah laku responden juga dapat dilihat bahwa stimulus yang sama akan

14 Supratiknya, *Psikologi Kepribadian 3...*, hlm. 326-327.

15 Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 402.

menimbulkan respons yang sama pada semua organisme dari spesies yang sama, serta tingkah laku responden itu menyertakan refleks-refleks yang melibatkan sistem otonom.

Skinner tidak yakin bahwa porsi utama dari tingkah laku manusia terdiri atas refleks-refleks sederhana ataupun respons-respons yang diperoleh melalui pengondisian klasik. Sebaliknya, ia yakin bahwa sebagian besar tingkah laku manusia terdiri atas respons-respons kategori kedua, yaitu tingkah laku operan. Menurut Skinner, tingkah laku operan diperoleh melalui pengondisian operan atau instrumental, ditentukan oleh kejadian yang mengikuti respons. Artinya, dalam tingkah laku operan, konsekuensi atau hasil dari tingkah laku akan menentukan kecenderungan organisme untuk mengulang ataupun menghentikan tingkah lakunya itu pada masa yang akan datang. Jika hasil yang diperoleh melalui tingkah lakunya itu positif, organisme akan mengulang ataupun mempertahankan tingkah lakunya. Sebaliknya, jika hasil dari tingkah laku itu negatif, tingkah laku tersebut oleh organisme akan dihentikan atau tidak diulang. Untuk memperjelas pemahaman mengenai tingkah laku operan, kita bisa mengambil contoh dari kehidupan sehari-hari berupa pengondisian operan dari tingkah laku atau respons menangis pada anak kecil.

Konsep perkuatan yang digunakan dalam pengondisian operan ini menduduki peran kunci dalam teori Skinner. Ia menemukan kemungkinan menggunakan jadwal-jadwal perkuatan tidak tetap secara kebetulan, yaitu sebagai hasil penyelesaian kesulitan praktis yang dihadapinya. Jadwal perkuatan semacam ini, yang disebut perkuatan sinambung, dapat digunakan pada permulaan pengondisian operan.¹⁶

Menurut Skinner, variabilitas intensitas tingkah laku dapat dikembalikan pada variabel lingkungan. Konsep motivasi yang

16 E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 78-83.

menjelaskan variabilitas tingkah laku dalam situasi yang konstan bukan fungsi dari keadaan energi, tujuan, dan jenis penyebab semacamnya.

a. *Organisme Manusia*

Skinner (1953, 1990a) sependapat dengan John Watson (1913) bahwa psikologi harus membatasi diri pada studi ilmiah terhadap fenomena yang dapat diamati yang disebut perilaku.

Menurut Skinner, perilaku manusia (kepribadiannya) dibentuk oleh tiga daya berikut.

1) *Seleksi alam*

Kepribadian manusia adalah produk dari sejarah evolusi yang panjang. Seleksi alam memainkan peran penting dalam kepribadian manusia.

Meskipun membantu pembentukan sejumlah perilaku manusia, seleksi alam hanya bertanggung jawab bagi sejumlah kecil tindakannya. Skinner menyatakan bahwa kebutuhan kuat terhadap penguatan, khususnya yang sudah membentuk budaya manusia, bertanggung jawab bagi kebanyakan perilaku manusia.

2) *Evolusi budaya*

Seleksi bertanggung jawab bagi praktik budaya orang-orang yang sudah bertahan, sama seperti seleksi memainkan peran kunci dalam sejarah evolusi manusia dan kebutuhan kuat terhadap penguatan.

Praktik-praktik budaya, seperti pembuatan alat dan perilaku berbahasa dimulai ketika seorang individu diperkuat untuk menggunakan alat atau suara yang berbeda.

Sisa-sisa kebudayaan, seperti bekas-bekas seleksi alam, tidak semuanya adaptif. Contohnya, pembagian kerja yang berkembang dari Revolusi Industri membantu masyarakat menghasilkan lebih banyak barang, tetapi mengarahkan manusia pada kerja yang tidak lagi memperoleh penguatan langsung.

3) *Kondisi-kondisi batin*

Meskipun menolak penjelasan tentang perilaku berdasarkan kontrak hipotetis yang tidak bisa diamati, Skinner tidak menyangkal keberadaan kondisi-kondisi batin, seperti rasa cinta, rasa cemas, atau rasa takut. Kondisi batin dapat dipelajari sama seperti perilaku lainnya, sekalipun pengobservasiannya terbatas. Kondisi-kondisi batin meliputi:

- a. kesadaran diri;
- b. dorongan;
- c. emosi;
- d. tujuan dan niat.

b. *Perilaku Kompleks*

Skinner percaya bahwa perilaku paling abstrak dan kompleks dibentuk oleh seleksi alam, evolusi budaya, atau sejarah penguatan individu. Ia tidak menyangkal keberadaan proses-proses mental yang lebih tinggi seperti kognisi, rasio dan rekoleksi, tetapi ia juga tidak mengabaikan perilaku kompleks manusia, seperti kreativitas, perilaku yang tidak disadari, mimpi, dan perilaku sosial.

- 1) Proses-proses kejiwaan lebih tinggi: pikiran manusia adalah bidang perilaku yang paling sulit dianalisis, tetapi minimal secara potensial dapat dipahami selama tidak mengandalkan fiksi hipotetis seperti "jiwa". Berpikir, memecahkan masalah, dan memaknai adalah perilaku mencolok yang berlangsung dalam diri seseorang, tetapi tidak pada "jiwa". Menurut behavioris, proses-proses ini tunduk pada kebutuhan kuat terhadap penguatan yang sama, seperti perilaku yang dapat terlihat. Pemecahan masalah juga melibatkan perilaku yang terlihat, bahkan menuntut seseorang memanipulasi variabel yang relevan sampai menemukan solusi yang benar.

- 2) Kreativitas: Skinner membandingkan perilaku kreativitas dan seleksi alam dalam teori evolusi. Ketika sifat aksidental yang muncul dari mutasi dipilih karena kontribusi mereka bagi kelangsungan hidup, variasi akseden dalam perilaku dipilih berdasarkan konsekuensi yang paling menguatkan. Bagi Skinner, kreativitas hanya perilaku acak atau aksidental (terang-terangan atau tersembunyi) yang kemudian mendapatkan penghargaan.
- 3) Perilaku yang tidak disadari: manusia jarang mengamati hubungan antara variabel genetik dan variabel lingkungan pada satu sisi dengan perilaku mereka pada sisi lain. Hampir semua perilaku dimotivasi secara tidak sadar. Perilaku adalah alam bawah sadar yang dilabelkan ketika manusia tidak lagi memikirkannya karena mendapat tekanan melalui penghukuman. Perilaku yang memiliki konsekuensi tidak diinginkan cenderung diabaikan atau tidak dipikirkan.
- 4) Mimpi: Skinner menganggap mimpi sebagai bentuk tersembunyi dan simbolis perilaku yang utama bagi penguatan, sama seperti perilaku lainnya. Mimpi dapat berfungsi sebagai pemenuhan harapan. Perilaku mimpi diperkuat ketika stimuli seksual atau agresi yang direpresi mulai mengekspresikan dirinya.
- 5) Perilaku sosial: Kelompok-kelompok manusia tidak memiliki sikap, hanya individu. Individu-individu ini membentuk kelompok karena memperoleh penghargaan dengan bertindak demikian. Akan tetapi, keanggotaan di sebuah kelompok sosial tidak selalu menguatkan, minimal karena tiga alasan yang membuat seseorang masih tetap setia menjadi anggota suatu kelompok. *Pertama*, manusia masih bertahan di suatu kelompok meskipun dianiaya karena ada sejumlah anggota kelompok yang mengkuatkannya. *Kedua*, beberapa orang khususnya anak-anak, tidak memiliki cara untuk

meninggalkan kelompok. *Ketiga*, penguatan terjadi dalam bentuk penjadwalan yang sebentar sehingga penganiayaan yang diderita seseorang berpotongan dengan momen-momen penghargaan. Jika penguatan positif terasa cukup kuat, efeknya akan lebih kuat daripada penghukuman.

c. Kontrol terhadap Perilaku Manusia

Perilaku individu dikontrol oleh desakan lingkungan. Desakan ini dapat diwujudkan oleh masyarakat, individu tertentu, atau diri sendiri, tetapi lingkunganlah, bukan kehendak bebas yang bertanggung jawab terhadap kemunculan perilaku tersebut.

- 1) Kontrol sosial (*social control*). Individu bertindak untuk membentuk kelompok sosial karena perilaku ini cenderung diperkuat. Kelompok, sebaliknya, melakukan kontrol terhadap anggota-anggotanya dengan merumuskan hukum, aturan, dan kebiasaan tertulis atau tidak yang memiliki keberadaan fisik melampaui kehidupan individu. Hukum bangsa, aturan organisasi, dan kebiasaan budaya dibuat sedemikian rupa sehingga dapat mengatasi cara individu bereaksi terhadap kontrol dan semakin menghujamkan variabel-variabel pengontrolan dalam hidup anggota-anggotanya. Kita dikontrol oleh beragam kekuatan dan teknik-teknik sosial yang dapat dikelompokkan menjadi empat hal: 1) pengondisian operan, 2) keterbatasan deskripsi, 3) kondisi kekurangan dan keberlimpahan, dan 4) batasan-batasan fisik.
- 2) Kontrol diri (*self control*): Skinner dan Margaret Vaughan membahas beberapa teknik yang dapat digunakan seseorang untuk melatih kontrol diri, tanpa harus berpijak pada pilihan bebas. Upaya-upaya yang harus dilakukan antara lain:
 - a) menggunakan bantuan fisik, seperti alat, mesin, dan sumber keuangan untuk mengubah lingkungannya;
 - b) mengubah lingkungannya sehingga meningkatkan probabilitas perilaku yang diinginkan;

- c) mengatur lingkungannya agar lepas dari stimulus yang berkebalikan dan menghasilkan respons yang tepat;
- d) mengonsumsi obat-obatan, khususnya alkohol, sebagai alat mengontrol diri;
- e) melakukan sesuatu untuk menghindari perilaku yang tidak diinginkan.

d. Kepribadian yang Tidak Sehat

Sayangnya teknik-teknik kontrol sosial dan kontrol diri dapat menyebabkan efek-efek merusak yang memunculkan perilaku tidak tepat dan perkembangan pribadi tidak sehat.

Ketika kontrol sosial terlalu berlebihan, manusia dapat menggunakan tiga strategi dasar untuk menghadapinya, yaitu melarikan diri, memberontak atau menggunakan perlawanan pasif (Skinner, 1953).

Perilaku yang tidak tepat berasal dari teknik-teknik yang mempecundangi diri ketika melawan kontrol sosial atau ketika gagal mengontrol diri, khususnya jika kegagalan ini terpadu dengan emosi yang kuat.

Perilaku yang tidak tepat meliputi perilaku terlalu bersemangat yang tidak sesuai dengan situasi yang dihadapi, tetapi cocok jika dilihat berdasarkan sejarah masa lalunya. Perilaku yang terlalu kaku digunakan untuk menghindari stimuli yang tidak diinginkan terkait penghukuman. Akhirnya, perilaku yang memblokir realitas, yaitu mengabaikan stimuli yang tidak diinginkan. Perilaku tidak tepat lainnya adalah menghukum diri, menggunakan barang lain untuk menghukum dirinya, atau mengubah lingkungan agar mereka bisa dihukum.

e. Psikoterapi

Skinner mengklaim bahwa psikoterapi tradisional merupakan salah satu penghalang utama psikologi menjadi ilmiah. Akan tetapi,

gagasannya tentang membentuk perilaku bukan hanya memiliki pengaruh signifikan bagi terapi perilaku, melainkan juga meluas sampai deskripsi tentang cara terapi bekerja.

Di luar orientasi teoretisnya, seorang terapis ialah agen pengontrol. Tidak semua agen pengontrol berbahaya. Untuk itu, pasien harus belajar membedakan antara figur otoritas yang sifatnya mengadili (baik pengalaman masa lalu maupun orientasi ke depan) dan terapis yang permisif.

Pembentukan perilaku apa pun memerlukan waktu, dan perilaku terapi tanpa terkecuali. Seorang terapis membentuk perilaku yang diinginkan dengan memperkuat perubahan perilaku menjadi lebih baik. Terapis nonbehavioral mungkin akan memengaruhi perilaku secara kebetulan atau tanpa diketahui, sedangkan terapis behaviorial secara khusus memfokuskan diri pada teknik ini.

Selama bertahun-tahun, para terapis behavioristik mengembangkan beragam teknik yang didasari pada pengondisian operan, meskipun beberapa dibangun sekitar prinsip pengondisian klasik (responden). Pada umumnya, para terapis behaviorial ini berperan aktif dalam proses perawatan, memfokuskan diri pada konsekuensi positif perilaku tertentu dan efek-efek yang tidak dikehendaki dari orang lain, dan yakin kalau perilaku dalam jangka waktu tertentu akan menghasilkan penguatan positif.

f. Riset-riset Terkait

Pada awalnya, pengondisian operan banyak digunakan untuk mempelajari hewan, lalu mengaplikasikannya pada respons sederhana manusia, tetapi kemudian gagasan Skinner ini dipakai dalam berbagai studi perilaku kompleks manusia. Beberapa studi ini memfokuskan diri pada hubungan antara pola-pola perilaku jangka panjang (kepribadian) dan kebutuhan kuat terhadap

penguatan. Studi-studi ini umumnya terdiri atas dua bentuk, yaitu sejauh mana pengondisian memengaruhi kepribadian dan sejauh mana kepribadian memengaruhi pengondisian.

- 1) Bagaimana pengondisian memengaruhi kepribadian? Salah satu asumsi dasar pengondisian Skinner adalah penguatan membentuk perilaku, terutama pribadi yang ketagihan obat-obatan karena perawatan yang berhasil mensyaratkan penguat (obat-obatan) kehilangan nilai penguatnya. Contohnya: bagi perokok, nikotinnya secara bertahap harus dapat menjadi penguat negatif, sama seperti tegangan ringan menjadi hilang karena efek dari obat.
- 2) Bagaimana kepribadian memengaruhi pengondisian? Banyak studi hewan dan manusia menunjukkan bahwa kekuatan pengondisian dapat mengubah perilaku/kepribadian. Namun, pada manusia terlihat jelas bahwa pribadi yang berbeda merespons secara berbeda terhadap penguatan yang sama sehingga kepribadian diduga menjadi elemen penting penyebabnya. Hal lain juga diperhitungkan sebagai studi adalah partisipasi dinilai negatif jika menuliskan ketergantungan pada zat lain lebih besar dari nikotin, jika mengaku tidak ada masalah psikologis, dan jika perempuan, mereka akan dinilai negatif jika mempraktikkan kontrol KB sesuai setandar medis dan masih merokok selama hamil. Hasil riset menunjukkan adanya efek sedikit damfetamin terhadap peningkatan aktivitas perokok. Walaupun demikian, juga ditemukan perbedaan individual yang signifikan, dan ketika menguji efek-efek dari perbandingan responden dengan nonresponder, efek ini semakin jelas.

2. Modifikasi Perilaku

Modifikasi perilaku (*behavior modification*) adalah usaha untuk menerapkan prinsip-prinsip proses belajar ataupun prinsip-prinsip psikologi hasil eksperimen pada manusia. Belajar adalah

proses yang menunjukkan adanya perubahan yang bersifat relatif permanen dalam potensi perilaku sebagai akibat dari pengalaman. Gangguan perilaku terjadi karena pengalaman yang salah (*faulty learning*). Misalnya, belajar dengan benar tentang contoh perilaku yang tidak baik atau belajar dengan salah contoh perilaku yang baik.

Pandangan behaviorist

- a. Klasik: modifikasi perilaku sebagai penggunaan secara sistematis teknik *conditioning* pada manusia untuk menghasilkan perubahan frekuensi perilaku tertentu atau mengontrol lingkungan perilaku tersebut. Jika teknik *conditioning* diterapkan secara ketat, dengan stimulus, respons dan akibat konsekuensi diharapkan terbentuk perilaku lahiriah yang diharapkan.
- b. *Operant*: modifikasi perilaku akan terbentuk ketika penguat atau penguat diberikan berupa *reward* atau *punishment*.
- c. Behavior analyst: modifikasi perilaku merupakan penerapan dari psikologi eksperimen, seperti di laboratorium. Proses, emosi, masalah, prosedur, semua diukur. Perubahan perilaku dilaksanakan dengan rancangan eksperimen dan dibuat dengan cermat. Perilaku dihitung secara cacah untuk mendapatkan data dasar. Variabel bebas dimanipulasi, metode statistik digunakan untuk melihat perubahan perilaku, pengulangan jika perlu dilakukan hingga terjadi perubahan perilaku secara jelas. Adapun modifikasi tingkah lakunya adalah sebagai berikut.
 - 1) Pembanjiran (*flooding*). membanjiri klien dengan situasi atau penyebab yang menimbulkan kecemasan atau tingkah laku yang tidak dikehendaki dan bertahan di sana sampai individu yang bersangkutan menyadari bahwa malapetaka yang dicemaskan tidak terjadi.

- 2) Terapi aversi. Pada terapi ini, pengaturan kondisi aversi diciptakan oleh terapis. Keberhasilan suatu *treatment* menuntut kerja keras dari klien dan bantuan yang optimal dari terapis.
- 3) Pemberian hadiah atau hukuman secara selektif (selektif *reward/punishment*). Strategi terapi ini untuk memperbaiki tingkah laku anak dengan melibatkan figur di sekeliling anak sehari-hari, khususnya orangtua dan guru.
- 4) Latihan keterampilan sosial. Latihan ini banyak dipakai untuk membantu penderita depresi (yang dianggap sebagai akibat dari perasaan tidak mendapatkan hadiah atau perhatian yang memadai dari lingkungan) karena tidak memiliki keterampilan untuk memperolehnya.
- 5) Kartu berharga (*token economy*). Teknik yang didasarkan pada prinsip pengondisian *operant* desain untuk mengubah tingkah laku klien. Intervensi ini dapat dipakai untuk mendidik anak di rumah dan sekolah, khususnya pada anak yang lambat belajar, autistik, dan delikueni.

a. Penerapan Modifikasi Perilaku

Pemberian bantuan intervensi untuk perubahan atau pengembangan yang menguntungkan bagi subjek dan lingkungannya. Modifikasi perilaku juga dapat digunakan sebagai proses untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku yang adaptif. Modifikasi perilaku dianggap sebagai *human engineering*. Seperti dalam terapi perilaku untuk menyelesaikan masalah pribadi sosial, bidang pendidikan seperti pengelolaan kelas, penyusunan kurikulum dan desain pembelajaran terprogram. Aplikasi dari prinsip-prinsip belajar untuk penanggulangan perilaku maladaptif misalnya, desensitisasi sistematis berdasarkan teori pengondisian klasik Pavlov (*classical conditioning*), modeling dibangun berdasarkan teori Bandura (*observational learning*)

ataupun dengan pembiasaan operant seperti ancaman dari Skinner. Hingga pemutakhiran modifikasi perilaku sebagai upaya yang menggunakan metodologi klinis empiris yang bersifat terbuka terhadap metode baru dan berbeda dari menempatkan pada tradisi yang tunggal, mendasarkan pada keyakinan dan evaluasi ilmiah untuk validasi hipotesis klinis dan komitmen melatih keterampilan kepada klien dalam teknik-teknik yang diperlukan untuk mengendalikan kehidupannya lebih adaptif.

b. Asesmen Perilaku (*Behavioral Assessment*)

Asesmen perilaku lebih banyak dilakukan dengan teknik nontesting (observasi dan wawancara) daripada teknik testing. Dengan demikian, diperoleh gambaran pola perilaku kehidupan nyata subjek dan akibat dari keadaan lingkungan terhadap pola-pola perilaku tersebut. Perilaku adalah variabel yang *measurable* (dapat diukur), *observable* (dapat diamati), faktual (yang sedang terjadi/berlangsung saat itu), spesifik (tergambar secara jelas dalam bentuk perilaku tertentu). Observasi sistemis dapat dilakukan di laboratorium, klinik, kelas ataupun dalam kehidupan sehari-hari. Tujuannya adalah untuk mendapatkan informasi psikofisiologis dan kognitif-perilaku, klarifikasi konsistensi antara informasi verbal dan nonverbal, menggali tentang perasaan, motivasi yang berhubungan dengan hal yang melahirkan perilaku. Misalnya, fobia tempat tinggi, diukur secara objektif pada ketinggian berapa rasa takut dan cemas terjadi.

Metode asesmen dengan pendekatan ilmiah, tetapi alamiah adalah pendekatan naturalistik, laporan diri situasi oleh subjek/klien, pemantauan sendiri, observasi analog, observasi dan rating oleh orang lain yang signifikan. Adapun analisis fungsi untuk mengungkap faktor-faktor yang menyumbang terjadinya perilaku, yang memelihara perilaku dan tuntutan lingkungan terhadap klien. Hal-hal yang diperlukan dalam analisis fungsi perubahan perilaku, yaitu:

1. *antecedents* adalah segala hal yang mencetuskan perilaku yang dipermasalahkan. Misalnya situasi tertentu, tempat tertentu, atau selagi melakukan aktivitas tertentu;
2. *behavior* adalah segala hal mengenai perilaku yang dipermasalahkan, frekuensi intensitas, dan lamanya perilaku tersebut berjalan;
3. *consequence* adalah akibat yang diperoleh setelah perilaku itu terjadi. Memelihara perilaku yang menjadi masalah dengan jalan memberikan penguat, berupa pujian, perhatian, perasaan lebih tenang, bebas dari tugas, dan sebagainya.

c. **Dasar Pemikiran Modifikasi**

- 1) Terapis adalah *trainer*/pelatih yang rasional dan bertindak prediktif, dengan mendeskripsikan secara konkret sasaran perilaku yang akan dimodifikasi dan bukan proses batin seperti dalam pendekatan psikoanalisis misalnya.
- 2) Langkah demi langkah terencana dengan baik, tidak dengan asosiasi bebas atau reflektif.
- 3) Efektivitasnya perlakuan, pelatihan, dan proses belajar perilaku berdasarkan perilaku sasaran apakah berubah seperti yang direncanakan dan selalu dengan evaluasi yang kontinu.
- 4) Perilaku adalah hasil proses belajar, yaitu proses *nurture* yang dialami manusia.
- 5) Pendekatan simptomatis terpusat pada gejala perilaku yang tampak dan menjadi masalah dan perilaku yang akan menjadi perilaku sasarannya.

d. **Penolong Profesional dalam Modifikasi Perilaku**

Tujuan pengembangan dan perubahan perilaku perlu didasari oleh beberapa hal berikut.

- 1) Metode psikologis dirancang untuk menolong orang-orang berubah menjadi lebih baik sehingga mereka dapat

mengembangkan potensinya dan mempergunakannya dalam kesempatan yang tersedia di lingkungan sosial.

- 2) Penekanan bahwa seorang penolong profesional dapat melayani sebagai konsultan atau guru yang ahli dalam membimbing orang yang cemas, mengalami gangguan psikologis, dan memiliki ketidakmampuan sosial yang menjadi *concern* mereka atau bagi orang lain dan lingkungannya sehingga bantuan pelatihan dari lingkungan dipertimbangkan.

e. **Karakteristik Penolong Profesional dalam Perubahan Perilaku**

- 1) unilateral;
- 2) sistematis formal;
- 3) interaksi antara penolong dan klien umumnya dibatasi oleh waktu yang spesifik;
- 4) waktu terbatas;
- 5) harus mengetahui keterbatasan dan keterampilan klien serta harus memiliki pengetahuan terhadap sumber-sumber yang dapat dipanggil ketika permasalahan menuntut di luar batas kemampuan mereka.¹⁷

3. **Dinamika Kepribadian Behavioristik**

a. **Kepribadian dan Belajar**

Kepedulian utama dari Skinner adalah mengenai perubahan tingkah laku. Jadi, hakikat teori Skinner adalah teori belajar, cara individu memiliki tingkah laku baru, menjadi lebih terampil, menjadi lebih tahu. Kehidupan terus-menerus dihadapkan dengan situasi eksternal yang baru, dan organisme harus belajar merespons situasi baru itu memakai respons lama atau memakai respons yang

¹⁷ <http://noviapiaviapiyuk.blogspot.com/2013/05/teori-kepribadian-menurut-bfskinner.html>

baru dipelajari. Skinner yakin bahwa kepribadian dapat dipahami dengan mempertimbangkan pertimbangan tingkah laku dalam hubungannya yang terus-menerus dengan lingkungannya. Cara efektif untuk mengubah dan mengontrol tingkah laku adalah dengan melakukan penguatan, strategi kegiatan yang membuat tingkah laku tertentu berpeluang untuk terjadi atau sebaliknya pada masa yang akan datang. Konsep dasarnya sangat sederhana, yaitu semua tingkah laku dapat dikontrol oleh konsekuensi tingkah laku itu.¹⁸

b. Generalisasi dan Diskriminasi Stimulus

Generalisasi stimulus adalah proses timbulnya respons dari stimulus yang mirip dengan stimulus yang menimbulkan respons itu. Adapun diskriminasi stimulus adalah kemampuan untuk membedakan stimulus sehingga stimulus itu tidak diberi respons, walaupun mirip dengan stimulus yang diberi penguat. Generalisasi dan diskriminasi sangat penting sebagai sarana belajar. Jika keduanya tidak ada, orang tidak akan belajar. Kita selalu belajar dari permulaan dan terus-menerus akan belajar tingkah laku baru jika tidak ada generalisasi karena tidak ada orang yang berada dalam situasi yang sama persis dan melakukan respons yang sama persis pula.

Menurut Skinner, generalisasi stimulus itu memiliki arti penting bagi integritas tingkah laku individu. Tanpa adanya generalisasi stimulus, tingkah laku individu akan terbatas dan tidak terintegritas, yang menyebabkan individu tersebut harus selalu mengulang-ulang pembelajarannya dengan cara bertingkah laku secara layak. Di samping generalisasi stimulus, individu mengembangkan tingkah laku adaptif atau penyesuaian diri melalui kemampuan membedakan atau diskriminasi stimulus. Diskriminasi stimulus merupakan kebalikan dari generalisasi

18 Alwisoi, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 403.

stimulus, yaitu proses merespons secara tepat terhadap berbagai stimulus yang berbeda. Menurut Skinner, kemampuan mendiskriminasi stimulus pada setiap orang tidaklah sama.¹⁹

c. Tingkah Laku Kontrol Diri

Prinsip dasar pendekatan Skinner adalah tingkah laku disebabkan dan dipengaruhi oleh variabel eksternal. Tidak ada sesuatu dalam diri manusia, tidak ada bentuk kegiatan internal, yang memengaruhi tingkah laku. Akan tetapi, betapa pun kuatnya stimulus dan penguat eksternal, manusia masih dapat mengubahnya memakai proses kontrol diri. Pengertian kontrol diri ini bukan mengontrol kekuatan dalam diri, tetapi cara diri mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Tingkah laku tetap ditentukan oleh variabel luar, tetapi pengaruh variabel itu dapat diperbaiki, diatur, atau dikontrol.

4. Pendekatan Psikologi Skinner

Skinner menegaskan bahwa teori-teori tentang tingkah laku manusia sering memberikan ketenteraman yang keliru kepada para ahli psikologi mengenai pengetahuan mereka jika dalam kenyataannya tidak memahami kaitan antara tingkah laku yang muncul dan peristiwa yang terjadi (antesenden-antesenden) di lingkungannya. Dalam pembahasan ini, Skinner dihadirkan sebagai seorang tokoh psikologi pengembang teori dengan pendekatan pembelajaran behavioristik sebagai ciri yang utama.²⁰

a. Otonomi Manusia

Skinner menentang anggapan mengenai adanya "agen internal" dalam diri manusia yang menyebabkan manusia menjadi otonom atau kemandirian dalam bertingkah laku. Keberadaan "manusia otonom" itu bergantung pada pengetahuan kita, dan dengan

19 E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 94-95.

20 E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 72-74.

sendirinya akan kehilangan status dan tidak diperlukan lagi apabila kita telah mengetahui banyak tentang tingkah laku. Menurut Skinner, kita tidak perlu mencoba untuk menemukan kepribadian, keadaan jiwa, perasaan, sifat-sifat, rencana, tujuan, sasaran, atau prasyarat lain dari manusia otonom dalam rangka memperoleh pemahaman mengenai tingkah laku manusia.

Menurut Skinner, manusia adalah kotak tertutup, dan seluruh variabel yang mengantarai tingkah laku serta *output* tingkah laku harus dikesampingkan dari penyelidikan psikologi. Penguraian yang memadai dapat dilakukan tanpa bantuan sejumlah konstruk, selain kaitan fungsional antara stimulus dan respons tingkah laku yang secara terbuka diungkapkan oleh individu. Menurut Skinner, peristiwa internal merupakan bagian yang dapat diterima dalam psikologi selama bisa dieksternalisasi dan diukur secara objektif.

b. Penolakan atas Penguraian Fisiologis-Genetik

Penolakan Skinner atas penguraian atau konsepsi-konsepsi fisiologis-genetik dari tingkah laku sebagian besar berlandaskan alasan bahwa penguraian semacam itu tidak memungkinkan kontrol tingkah laku. Menurut Skinner, fakta bahwa sejumlah aspek tingkah laku berkaitan dengan waktu kelahiran, tipe tubuh, atau konstitusi genetik terbatas kegunaannya. Keterangan fisiologis-genetik mungkin membantu dalam analisis eksperimental atau pengendalian praktis karena kondisi fisiologis-genetik tidak dapat dimanipulasi. Jadi, Skinner tidak menolak adanya unsur fisiologis-genetik (kebutuhan dan keturunan) dalam tingkah laku, tetapi mengabaikannya karena unsur-unsur tersebut tidak dapat dimanipulasi atau dikendalikan dalam eksperimen.

c. Psikologi sebagai Ilmu Pengetahuan Tingkah Laku

Dalam pendekatannya terhadap studi tentang manusia, Skinner beranggapan bahwa seluruh tingkah laku ditentukan oleh aturan, dapat diramalkan dan dibawa ke dalam kontrol lingkungan atau

dapat dikendalikan. Ia menolak anggapan bahwa manusia adalah makhluk yang bebas berkehendak, atau anggapan bahwa tingkah laku muncul tanpa sebab. Manusia dengan sistem-sistemnya adalah mesin yang rumit. Bagi Skinner, ilmu pengetahuan tentang tingkah laku manusia, yaitu psikologi, pada dasarnya tidak berada dengan ilmu pengetahuan lainnya yang berorientasi pada data. Tujuan ilmu-ilmu pengetahuan itu sama, yakni meramalkan dan mengendalikan fenomena yang dipelajari (dalam psikologi Skinner, fenomena yang dipelajari adalah tingkah laku yang tampak).

Dengan pendekatan behavioristiknya, Skinner mempertahankan analisis fungsional atas tingkah laku organisme. Dengan analisis fungsional, seorang ahli didorong untuk membentuk kaitan yang pasti, nyata, dan dapat diperinci antara tingkah laku organisme yang dapat diamati (respons) dan kondisi-kondisi lingkungan (stimulus) yang menentukan atau mengendalikannya.²¹

d. Kepribadian menurut Perspektif Behaviorisme

Sebagaimana telah kita ketahui, Skinner tidak menerima gagasan mengenai kepribadian (*personality*) atau diri (*self*) sebagai pendorong atau pengaruh tingkah laku. Ia menyebutkan gagasan semacam itu sebagai sisa dari animisme primitif. Berdasarkan perspektif behaviorisme Skinner, studi tentang kepribadian melibatkan pengujian yang sistematis dan pasti atas sejarah hidup atau pengalaman belajar dan latar belakang genetik atau faktor bawaan yang khas dari individu. Menurut Skinner, individu adalah organisme yang memperoleh perbendaharaan tingkah laku melalui belajar. Selanjutnya studi tentang kepribadian itu ditujukan pada penemuan pola yang khas antara tingkah laku organisme dan konsekuensi yang diperkuatnya.²²

21 E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 75.

22 E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 77.

e. *Perkembangan Kepribadian Behavioristik*

Sebagian besar teori Skinner adalah perubahan tingkah laku, belajar, dan modifikasi tingkah laku. Karena itu dapat dikatakan bahwa teorinya yang paling relevan dengan perkembangan kepribadian. Bersama dengan banyak teoretikus, Skinner yakin bahwa pemahaman tentang kepribadian akan tumbuh dari tinjauan tentang perkembangan tingkah laku manusia dalam interaksinya yang terus-menerus dengan lingkungan. Konsep kunci dalam sistem Skinner adalah prinsip perkuatan maka pandangan Skinner sering disebut teori perkuatan operan.

Skinner menolak konsep perkembangan kepribadian dalam pengertian menuju kemasakan, realisasi diri, transendensi, dan unitas kepribadian. Ada kemasakan fisik yang membuat seseorang menjadi berubah, lebih peka dalam menerima stimulus, lebih tangkas dan tanggap dalam merespons. Urutan kemasakan fungsi fisik yang bersifat universal memungkinkan penyusunan periodisasi perkembangan kepribadian, namun tidak dilakukan Skinner karena pengaruh eksternal lebih dominan dalam membentuk tingkah laku. Peran lingkungan yang dominan dalam perkembangan organisme digambarkan secara ekstrem oleh Watson sebagai pakar behavioris.²³

Keistimewaan kelompok respons ini menyebabkan Skinner memakai istilah "operant". *Operant* adalah respons yang beroperasi pada lingkungan dan mengubahnya. Pada kesempatan berikutnya, perubahan dalam lingkungan ini selanjutnya memengaruhi terjadinya respons tersebut. Skinner menyatakan dengan penuh keyakinan bahwa kepribadian adalah kumpulan pola tingkah laku. Ia yakin bahwa kita dapat memprediksikan, mengontrol, dan menjelaskan perkembangan ini dengan melihat prinsip perkuatan mampu menjelaskan tingkah laku individu pada

23 Alwisol, *Psikologi Kepribadian*..., hlm. 413.

saat ini sebagai akibat perkuatan tahap respons-responsnya pada masa lalu. Jadwal perkuatan juga dapat dibentuk dengan mengabaikan faktor waktu dan banyaknya hadiah yang diperoleh bergantung pada tingkah lakunya.

Skinner yakin bahwa pemerkuat terkondisi atau pemerkuat sekunder sangat penting untuk mengontrol tingkah laku manusia. Perkuatan terkondisi merupakan konsep eksplanatorik atau penjelasan yang dapat diandalkan. Jadi, pengertian tentang perkuatan terkondisi adalah penting dalam sistem Skinner. Ia menggunakannya secara efektif untuk menjelaskan dipertahankan atau terpeliharanya banyak respons yang terjadi sebagai bagian dari tingkah laku sosial.

Pengertian tentang generalisasi stimulus juga penting dalam sistem Skinner, sebagaimana pentingnya pengertian itu dalam semua teori kepribadian yang berasal dari belajar. Skinner tidak merumuskan generalisasi stimulus ataupun diskriminasi stimulus dalam arti proses perseptual atau proses internal lainnya. Ia merumuskan tiap-tiap konsep itu sebagai hasil pengukuran respons dalam situasi eksperimental yang dikontrol secara cermat. Banyak aspek kepribadian muncul dalam suatu konteks sosial, dan tingkah laku sosial merupakan ciri penting tingkah laku manusia pada umumnya. Satu-satunya ciri tingkah laku sosial adalah fakta bahwa Skinner melibatkan interaksi antara dua orang atau lebih. Selain itu, tingkah laku sosial tidak dipandang berbeda dari tingkah laku lainnya. Skinner yakin bahwa prinsip-prinsip yang menentukan perkembangan tingkah laku di suatu lingkungan terdiri atas benda-benda hidup.²⁴

f. *Aplikasi Teori Kepribadian Behavioristik*

Skinner berpendapat bahwa tingkah laku abnormal berkembang dengan prinsip yang sama dengan perkembangan

24 Supratiknya, *Psikologi Kepribadian 3*., hlm. 331.

tingkah laku normal. Konsep impuls id yang tertekan, krisis identitas, konflik ego-superego adalah penjelasan yang mengkhayal. Kelainan tingkah laku itu merupakan kegagalan belajar membuat seperangkat respons yang tepat. Kegagalan belajar itu dapat berupa:²⁵

- 1) Kekurangan tingkah laku (*behavior deficit*); tidak memiliki respertoir respons yang dikehendaki karena miskin *reinforcement*.
- 2) Kesalahan penguatan (*schedule reinforcement error*); pilihan responsnya tepat, tetapi *reinforcement* diterima secara tidak benar sehingga organisme cenderung memakai respons yang tidak dikehendaki.
- 3) Kesalahan memahami stimulus (*failure in discriminating stimulus*); sering terjadi pada penderita skizoprenik dan psikotik lainnya, yaitu orang gagal memilah tanda-tanda yang ada pada stimulus sehingga menghubungkan stimulus yang benar dengan hukuman dan menghubungkan stimulus yang salah dengan *reinforcement*. Akibatnya, akan terjadi pembentukan tingkah laku yang tidak dikehendaki.
- 4) Merespons secara salah (*inapropriate set of response*); terkait dengan ketidakmampuan mengenali penanda spesifik suatu stimulus. Seseorang mengembangkan respons yang salah karena respons itu yang mendapat *reinforcement*.

²⁵ Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 415-416.

TEORI STIMULUS - RESPONS JOHN BROADES WATSON

A. Riwayat Hidup John Broades Watson

John Broades Watson dilahirkan di Greenville pada tanggal 9 Januari 1878 dan wafat di New York City pada tanggal 25 September 1958. Ia mempelajari ilmu filsafat di University of Chicago dan memperoleh gelar Ph.D. pada tahun 1903 dengan disertasi berjudul *Animal Education*. Watson dikenal sebagai ilmuwan yang banyak melakukan penyelidikan tentang psikologi-binatang. Pada tahun 1908, ia menjadi profesor dalam psikologi eksperimental dan psikologi komparatif di John Hopkins University di Baltimore sekaligus menjadi direktur laboratorium psikologi di universitas tersebut. Tahun 1920-1945, ia meninggalkan universitas dan bekerja di bidang psikologi konsumen.



John Broades
Watson

Sumber: www.ebookslibrary.com

John Watson dikenal sebagai pendiri aliran behaviorisme di Amerika Serikat. Karyanya yang paling dikenal adalah *Psychology as the Behaviourist View it* (1913). Menurut Watson dalam beberapa

karyanya, psikologi harus menjadi ilmu yang objektif. Oleh karena itu, ia tidak mengakui adanya kesadaran yang hanya diteliti melalui metode introspeksi. Watson juga berpendapat bahwa psikologi harus dipelajari seperti orang mempelajari ilmu pasti atau ilmu alam. Oleh karena itu, psikologi harus dibatasi dengan ketat pada penyelidikan tentang tingkah laku yang nyata.

Meskipun banyak kritik terhadap pendapat Watson, harus diakui bahwa peran Watson dianggap penting karena mendorong berkembangnya metode-metode objektif dalam psikologi. Peran Watson dalam bidang pendidikan juga cukup penting. Ia menekankan pentingnya pendidikan dalam perkembangan tingkah laku. Ia percaya bahwa dengan memberikan kondisi tertentu dalam proses pendidikan, dapat membuat seorang anak mempunyai sifat-sifat tertentu. Ia bahkan memberikan ucapan yang sangat ekstrem untuk mendukung pendapatnya dengan mengatakan, "Berikan kepada saya sepuluh orang anak, saya akan jadikan ke sepuluh anak itu sesuai dengan kehendak saya".

B. Teori Behaviorisme John Broades Watson

Teori behaviorisme hanya menganalisis perilaku yang tampak pada diri seseorang yang dapat diukur, dilukiskan, dan diramalkan. Behaviorisme memandang pula bahwa ketika dilahirkan, pada dasarnya manusia tidak membawa bakat apa-apa. Manusia akan berkembang berdasarkan stimulus yang diterimanya dari lingkungan sekitar. Lingkungan yang buruk akan menghasilkan manusia yang buruk, lingkungan yang baik akan menghasilkan manusia yang baik. Kaum behavioris memusatkan dirinya pada pendekatan ilmiah yang objektif. Mereka mencoret dari kamus ilmiah tentang semua peristilahan yang bersifat subjektif, seperti sensasi, persepsi, hasrat, tujuan, termasuk berpikir dan emosi secara subjektif.

Karena kesadaran tidak termasuk benda yang dikaji oleh behaviorisme, psikologi ini telah menjadikan ilmu mengenai perilaku manusia menjadi sangat sederhana dan mudah dikaji. Hal tersebut dikarenakan semua perilaku termasuk tindak balas (respons) yang ditimbulkan oleh adanya rangsangan (stimulus). Jadi, jika gerak balas telah diamati dan diketahui, rangsangan dapat diprediksikan. Begitu juga, jika rangsangan telah diamati dan diketahui, gerak balas pun dapat diprediksikan. Dengan demikian, setiap perilaku dapat diprediksikan dan dikendalikan. Watson juga dengan tegas menolak pengaruh naluri (*instinct*) dan kesadaran terhadap perilaku. Jadi, semua perilaku dipelajari menurut hubungan stimulus – respons.

Untuk membuktikan kebenaran teori terhadap manusia, Watson mengadakan eksperimen terhadap Albert, seorang bayi berumur 11 bulan. Pada mulanya Albert adalah seorang bayi yang gembira dan tidak takut terhadap binatang, seperti tikus putih berbulu halus. Albert senang sekali bermain bersama tikus putih yang berbulu cantik. Dalam eksperimen ini, Watson memulai proses pembiasaannya dengan cara memukul sebatang besi dengan sebuah palu setiap kali Albert mendekati dan ingin memegang tikus putih itu, dan terhadap kelinci putih. Dengan eksperimen itu, Watson menyatakan bahwa ia telah berhasil membuktikan pelaziman dapat mengubah perilaku seseorang secara nyata.

Dalam pembelajaran yang didasarkan pada hubungan stimulus – respons ini, Watson mengemukakan dua prinsip penting, yaitu (1) *recency principle* (prinsip kebaruan), dan (2) *frequency principle* (prinsip frekuensi). Menurut *recency principle*, jika suatu stimulus baru menimbulkan respons, kemungkinan stimulus itu untuk menimbulkan respons yang sama apabila diberikan umpan lagi akan lebih besar daripada *stimulus* itu diberikan umpan setelah lama berselang. Menurut *frequency principle*, apabila suatu stimulus dibuat lebih sering menimbulkan respons, kemungkinan stimulus

itu akan menimbulkan respons yang sama, dan pada waktu yang lain akan lebih besar.

Oleh karena itu, penekanan teori behaviorisme yaitu perubahan tingkah laku setelah terjadi proses belajar dalam diri siswa. Termasuk dikembangkan dalam teori belajar behavioristik yang mengandung banyak variasi dalam sudut pandangan. Pelopor-pelopor pendekatan behavioristik pada dasarnya berpegang pada keyakinan bahwa banyak perilaku manusia merupakan hasil proses belajar. Oleh karena itu, dapat diubah dengan belajar baru. Behavioristik berpangkal pada beberapa keyakinan tentang martabat manusia, yang sebagian bersifat falsafah dan sebagian lagi bercorak psikologis. Misalnya, pemikiran tentang empat potensi diri yang dimiliki oleh manusia, sebagai ciri khas pemikiran aliran behavioristik. Empat potensi tersebut adalah sebagai berikut.

1. *Self awareness (kesadaran diri)*

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengambil jarak terhadap diri sendiri dan menelaah pemikiran, motif, sejarah, naskah hidup, tindakan, ataupun kebiasaan dan kecenderungan. Hal ini memungkinkan manusia untuk melepaskan kacamata diri. Kesadaran diri memungkinkan untuk melihat kacamata ataupun melihat melaluinya. Hal ini memungkinkan manusia untuk menyadari sejarah sosial dan psikis dari program yang ada dalam diri dan untuk memperluas celah antara rangsangan dan tanggapan.

2. *Conscience (hati nurani)*

Hati nurani menghubungkan manusia dengan kebijaksanaan zaman dan kebijaksanaan hati. Hal ini merupakan sistem pengarahan yang ada dalam jiwa manusia, yang memungkinkan manusia untuk memahami ketika ia bertindak atau merenungkan sesuatu yang sejalan dengan prinsip. Selain itu juga memberi manusia pemahaman tentang bakat-bakat khas dan misi manusia.

3. *Independent will (kebebasan kehendak)*

Kehendak bebas adalah kemampuan manusia untuk bertindak. Hal tersebut memberi manusia kekuatan untuk mengatasi paradigma diri, untuk berenang melawan arus, untuk menulis kembali naskah hidupnya, untuk bertindak atas dasar prinsip, bukan bereaksi atas dasar emosi dan lingkungan sekitar. Adapun pengaruh-pengaruh genetis dan lingkungan mungkin amat kuat, pengaruh-pengaruh itu tidak dapat mengendalikan manusia dan manusia tidak menjadi korban. Manusia bukan merupakan produk masa lalunya, ia merupakan produk dari pilihannya. Manusia dapat memberi tanggapan (*response-able*) mampu memilih di seberang suasana hati dan kecondongannya. Ia memiliki kekuatan kehendak untuk bertindak berdasarkan kesadaran diri, hati nurani, dan visi.

4. *Creative imagination (imajinasi kreatif)*

Imajinasi kreatif adalah kemampuan untuk meneropong keadaan masa datang, untuk menciptakan sesuatu di benak manusia, dan memecahkan soal secara sinergis. Hal tersebut merupakan anugerah kemampuan yang memungkinkan manusia untuk melihat diri sendiri dan orang lain secara berbeda dan lebih baik daripada saat ini. Ini memungkinkan seseorang untuk menulis pernyataan misi pribadi, menetapkan tujuan, atau merencanakan suatu pertemuan. Ini juga membuat seseorang semakin mampu memvisualisasikan diri yang sedang menghayati pernyataan misi pribadi, bahkan dalam lingkungan yang paling menantang, dan untuk menerapkan prinsip-prinsip dalam berbagai situasi baru secara efektif.¹

Dengan mengembangkan dan menggunakan empat potensi tersebut, manusia akan teberdayakan dan memiliki konsep diri

¹ <http://diz.groups.yahoo.com/group/GeneralTalks/message/463>.

yang kuat sehingga mampu membuat pilihan sikap dan tindakan yang bijaksana terhadap situasi atau stimulus yang ia terima. Sebaliknya, orang yang mengabaikan serta membiarkan empat potensi yang ia miliki sehingga tidak berkembang, perilaku dan pilihan sikapnya tidak efektif. Tidak digunakannya potensi yang dimiliki secara maksimal akan melahirkan sikap yang mudah untuk dikendalikan oleh lingkungan, tekanan sosial atau suasana hatinya tidak menentu, rapuh dan mudah terbawa oleh keadaan.

C. Pandangan Utama John Broades Watson

Menurut behaviorisme yang dianut oleh Watson, tujuan utama psikologi adalah membuat prediksi dan pengendalian terhadap perilaku dan sedikit pun tidak ada kaitannya dengan kesadaran. Menurut teori ini, yang dapat dikaji oleh psikologi adalah benda-benda atau hal-hal yang dapat diamati secara langsung, yaitu rangsangan (*stimulus*) dan gerak balas (*respons*), sedangkan hal-hal yang terjadi pada otak tidak berkaitan dengan kajian.

Pada dasarnya, Watson menolak pikiran dan kesadaran sebagai subjek dalam psikologi dan mempertahankan perilaku (*behaviour*) sebagai subjek psikologi. Ada tiga prinsip dalam aliran behaviorisme, yaitu sebagai berikut.

1. Menekankan respons terkondisi sebagai elemen atau pembangun perilaku. Kondisi adalah lingkungan eksternal yang hadir di kehidupan. Perilaku muncul sebagai respons dari kondisi yang mengelilingi manusia dan hewan.
2. Perilaku dipelajari sebagai konsekuensi dari pengaruh lingkungan maka perilaku terbentuk karena dipelajari. Lingkungan terdiri atas pengalaman, baik masa lalu dan yang baru, materi fisik maupun sosial. Lingkungan yang akan memberikan contoh dan individu akan belajar dari semua itu.

3. Memusatkan pada perilaku hewan. Manusia dan hewan sama, jadi mempelajari perilaku hewan dapat digunakan untuk menjelaskan perilaku manusia.²

Untuk itu, Witson berpandangan bahwa psikologi adalah cabang eksperimental dari *natural science*. Posisinya setara dengan ilmu kimia dan fisika sehingga introspeksi tidak mempunyai tempat di dalamnya. Pandangan Witson tentang psikologi dapat dilihat pada pemikiran berikut ini.

1. **Psikologi mempelajari stimulus dan respons (S-R Psychology).** Stimulus adalah semua objek di lingkungan, termasuk perubahan jaringan dalam tubuh. Respons adalah apa pun yang dilakukan sebagai jawaban terhadap stimulus, mulai dari tingkat sederhana hingga tingkat tinggi, juga termasuk pengeluaran kelenjar. Respons ada yang *overt* dan *covert*, *learned* dan *unlearned*.
2. **Tidak memercayai unsur herediter (keturunan) sebagai penentu perilaku.** Perilaku manusia adalah hasil belajar sehingga unsur lingkungan sangat penting. Dengan demikian, pandangan Watson bersifat deterministik. Perilaku manusia ditentukan oleh faktor eksternal, bukan berdasarkan *free will*.
3. **Dalam kerangka mind-body, pandangan Watson sederhana.** Baginya, *mind* mungkin ada, tetapi bukan sesuatu yang dipelajari ataupun akan dijelaskan melalui pendekatan ilmiah. Jadi, Watson tidak menolak *mind* secara total. Ia hanya mengakui *body* sebagai objek studi ilmiah. Penolakan dari *consciousness*, *soul* atau *mind* ini merupakan ciri utama behaviorisme dan kelak dipegang kuat oleh para tokoh aliran ini, meskipun dalam derajat yang berbeda-beda. Pada titik ini, sejarah psikologi mencatat pertama kalinya sejak zaman filsafat Yunani terjadi penolakan total terhadap konsep *soul* dan *mind*. Tidak heran

² <http://edukasi.kompasiana.com/2013/06/01/teori-behaviorisme-556313.html>

apabila pandangan ini mendapat banyak reaksi keras, tetapi dengan berjalannya waktu, behaviorisme menjadi populer.

4. Sejalan dengan fokusnya terhadap ilmu yang objektif, **psikologi harus menggunakan metode empiris**. Dalam hal ini metode psikologi adalah *observation, conditioning, testing, dan verbal reports*.
5. **Secara bertahap Watson menolak konsep insting**, mulai dari karakteristiknya sebagai refleksi yang *unlearned*, hanya milik anak-anak yang tergantikan oleh *habits*, dan akhirnya ditolak, kecuali *simple reflex* seperti bersin, merangkak, dan lain-lain.
6. Sebaliknya, **konsep learning adalah sesuatu yang vital dalam pandangan Watson**, juga bagi tokoh behaviorisme lainnya. *Habits* yang merupakan dasar perilaku merupakan hasil belajar yang ditentukan oleh dua hukum utama, *recency* dan *frequency*. Watson mendukung *conditioning respon* Pavlov dan menolak *law of effect* dari Thorndike adalah proses *conditioning* yang kompleks, ia menerapkannya pada percobaan fobia (subjek Albert). Kelak terbukti bahwa teori belajar dari Watson punya banyak kekurangan dan pandangannya yang menolak Thorndike salah.
7. **Pandangannya tentang memori membawanya pada pertentangan dengan William James**. Menurut Watson, sesuatu yang diingat dan dilupakan ditentukan oleh seringnya sesuatu digunakan/dilakukan. Dengan kata lain, sejauh mana sesuatu dijadikan kebiasaan. Faktor yang menentukan adalah kebutuhan.
8. **Proses *thinking and speech* terkait erat**. *Thinking* adalah *subvocal talking*. Artinya proses berpikir didasarkan pada keterampilan berbicara dan dapat disamakan dengan proses bicara yang "tidak terlihat", masih dapat diidentifikasi melalui gerakan halus seperti gerak bibir atau *gesture* lainnya.

9. Sumbangan utama Watson adalah ketegasan pendapatnya bahwa ***perilaku dapat dikontrol dan ada hukum yang mengaturnya***. Jadi, psikologi adalah ilmu yang bertujuan meramalkan perilaku. Pandangan ini dipegang oleh banyak ahli dan diterapkan pada situasi praktis. Dengan penolakannya pada *mind* dan kesadaran, Watson juga membangkitkan kembali semangat objektivitas dalam psikologi yang membuka jalan bagi riset-riset empiris pada eksperimen terkontrol.³

Tampak bahwa pandangan Watson berpusat pada wilayah perilaku, yang diukur sebagai stimulus dan respons. Setiap respons ditentukan stimulus sehingga perilaku dapat dianalisis secara lengkap melalui hubungan kausal antara elemen-elemen stimulus dan respons, yang bergantung pada prinsip frekuensi atau latihan.⁴ Sumbangan utama Watson adalah ketegasan pendapatnya bahwa perilaku dapat dikontrol dan ada hukum yang mengaturnya. Jadi, psikologi adalah ilmu yang bertujuan meramalkan perilaku. Pandangan ini dipegang terus oleh banyak ahli dan diterapkan pada situasi praktis. Dengan penolakannya pada *mind* dan kesadaran, Watson juga membangkitkan kembali semangat objektivitas dalam psikologi yang membuka jalan bagi riset-riset empiris pada eksperimen terkontrol.

Kesimpulan

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam buku *Psychology from the Standpoint of a Behaviorist*, J.B. Watson mengkritisi metode introspektif, yaitu metode yang hanya memusatkan perhatian pada perilaku yang ada atau berasal dari

3 Adang Hambali & Ujam Jaenudin, *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: Pustaka Setia), hlm.150-151.

4 James F. Bremner, *Sejarah dan Sistem Psikologi...*, hlm. 356.

nilai-nilai dalam diri pakar psikologi. Watson berprinsip hanya menggunakan eksperimen sebagai metode untuk mempelajari kesadaran. Watson mempelajari penyesuaian organisme terhadap lingkungannya, khususnya stimuli khusus yang menyebabkan organisme tersebut memberikan respons. Banyak dari karya Watson adalah komparatif, yaitu membandingkan perilaku berbagai binatang. Karya-karyanya sangat dipengaruhi karya Ivan Pavlov. Meskipun demikian, pendekatan Watson lebih menekankan pada peran stimuli dalam menghasilkan respons karena pengondisian, mengasimilasikan sebagian besar atau seluruh fungsi dari refleks. Karena itulah, Watson dijuluki sebagai pakar psikologi S - R (*stimulus-response*).

1. Percobaan John B. Watson

Pada dasarnya Watson melanjutkan penelitian Pavlov. Dalam percobaannya, Watson ingin menerapkan *classical conditioning* pada reaksi emosional. Hal ini didasari atas keyakinannya bahwa personalitas seseorang berkembang melalui pengondisian berbagai refleks. Dalam suatu percobaan yang kontroversial pada tahun 1921, Watson dan asisten risetnya, Rosalie Rayner, melakukan eksperimen terhadap seorang balita bernama Albert. Pada awal eksperimen, balita tersebut tidak takut terhadap tikus. Ketika balita memegang tikus, Watson mengeluarkan suara dengan tiba-tiba dan keras. Oleh karena itu, balita menjadi takut dengan suara yang tiba-tiba dan keras sekaligus takut terhadap tikus. Akhirnya, tanpa ada suara keras sekalipun, balita menjadi takut terhadap tikus.

2. Kesimpulan John B. Watson

Meskipun eksperimen Watson dan rekannya secara etika dipertanyakan, hasilnya menunjukkan untuk pertama kalinya bahwa manusia dapat "belajar" takut terhadap stimuli yang sesungguhnya tidak menakutkan. Akan tetapi, ketika stimuli tersebut berasosiasi dengan pengalaman yang tidak menyenangkan, ternyata menjadi menakutkan. Eksperimen

tersebut juga menunjukkan bahwa *classical conditioning* mengakibatkan beberapa kasus fobia (rasa takut), yaitu ketakutan yang tidak rasional dan berlebihan terhadap objek-objek tertentu atau situasi-situasi tertentu. Pakar psikologi sekarang dapat memahami bahwa *classical conditioning* dapat menjelaskan beberapa respons emosional –seperti kebahagiaan, kesukaan, kemarahan, dan kecemasan– karena orang mengalami stimuli khusus. Sebagai contoh, seorang anak yang memiliki pengalaman menyenangkan dengan *roller coaster* kemungkinan belajar merasakan kesenangan justru karena melihat bentuk *roller coaster* tersebut. Bagi orang dewasa yang menemukan sepucuk surat dari teman dekat di dalam kotak surat, hanya dengan melihat alamat pengirim yang tertera di sampul kemungkinan menimbulkan perasaan senang dan hangatnya persahabatan.

Umumnya para pakar psikologi menggunakan prosedur *classical conditioning* untuk merawat fobia (rasa takut) dan perilaku yang tidak diinginkan lainnya, seperti kecanduan alkohol dan psikotropika. Untuk merawat fobia terhadap objek-objek tertentu, pakar psikologi melakukan terapi dengan menghadirkan objek yang ditakuti oleh penderita secara berangsur-angsur dan berulang-ulang ketika penderita dalam suasana santai. Melalui fase eliminasi (eliminasi stimulus kondisi), penderita akan kehilangan rasa takutnya terhadap objek tersebut.

TEORI OBSERVATIONAL LEARNING ALBERT BANDURA

A. Biografi Albert Bandura

Albert Bandura lahir pada tanggal 4 Desember 1925, di kota kecil Mundare bagian selatan Alberta Kanada. Bandura menempuh pendidikan di sekolah dasar dan sekolah menengah yang sederhana dengan fasilitas pendidikan yang sangat terbatas, tetapi memperoleh hasil rata-rata yang sangat memuaskan. Masa kecil dan remajanya dihabiskan di desa kecil. Setamat SMA, ia bekerja di perusahaan penggalian jalan raya Alaska Highway di Yukon.¹



Albert Bandura
Sumber:
education.com

Pada tahun 1949, Bandura melanjutkan pendidikan di University of British Columbia, jurusan psikologi. Pada tahun 1949, ia mendapatkan gelar sarjana muda di bidang psikologi dari universitas tersebut. Pada tahun 1951, ia memperoleh gelar master di bidang psikologi dan setahun kemudian, ia meraih gelar doktor (Ph.D).

¹ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm. 345.

Ketika di Iowa, Bandura bertemu dengan Virginia Varns, seorang instruktur sekolah perawat. Mereka menikah dan dikaruniai dua orang putri. Setelah itu, ia meneruskan pendidikannya ke tingkat post-doktoral di Wichita Guidance Center di Wichita, Kansas. Albert Bandura sangat terkenal dengan teori pembelajaran sosial (*social learning theory*), salah satu konsep dalam aliran behaviorisme yang menekankan pada komponen kognitif dari pikiran, pemahaman, dan evaluasi. Ia seorang psikologi terkenal dengan teori belajar sosial atau kognitif sosial serta efikasi diri. Eksperimen yang sangat terkenal adalah eksperimen Bobo Doll yang menunjukkan anak-anak meniru perilaku agresif dari orang dewasa di sekitarnya.

Bandura menyelesaikan program doktornya di bidang psikologi klinik. Setelah lulus, ia bekerja di Stanford University. Pada tahun 1953, ia mulai mengajar di Stanford University. Di sini, ia bekerja sama dengan salah seorang anak didiknya, Richard Walters. Buku pertama hasil kerja sama mereka berjudul *Adolescent Aggression* yang terbit tahun 1959. Sayangnya, Walters mati muda karena kecelakaan sepeda motor.²

Bandura banyak terjun dalam pendekatan teori pembelajaran untuk meneliti tingkah laku manusia dan tertarik pada nilai eksperimen. Pada tahun 1964, ia dilantik sebagai profesor dan menerima anugerah *American Psychological Association* untuk *distinguished scientific contribution* pada tahun 1980.

Pada tahun berikutnya, Bandura bertemu dengan Robert Sears dan belajar tentang pengaruh keluarga dengan tingkah laku sosial dan proses identifikasi. Teori kognitif sosial (*social cognitive theory*) yang dikemukakan oleh Albert Bandura menyatakan bahwa faktor sosial dan kognitif serta faktor pelaku memainkan peran penting dalam pembelajaran. Faktor kognitif berupa ekspektasi/penerimaan siswa untuk meraih keberhasilan, faktor sosial

2 <http://www.psikologizone.com/biografi-singkat-albert-bandura/>

mencakup pengamatan siswa terhadap perilaku orangtuanya. Albert Bandura merupakan salah satu perancang teori kognitif sosial. Menurutnya, ketika siswa belajar mereka dapat merepresentasikan atau mentransformasi pengalaman secara kognitif.

Sejak saat itu, Bandura sudah mulai meneliti tentang agresi pembelajaran sosial dan mengambil Richard Walters, muridnya yang pertama mendapat gelar doktor sebagai asistennya. Bandura mengembangkan model deterministik resipkoral yang terdiri atas tiga faktor utama, yaitu perilaku, *person*/kognitif, dan lingkungan. Faktor ini saling berinteraksi dalam proses pembelajaran. Faktor lingkungan memengaruhi perilaku, perilaku memengaruhi lingkungan, faktor *person*/kognitif memengaruhi perilaku. Faktor *person* Bandura tidak mempunyai kecenderungan kognitif, terutama pembawaan personalitas dan temperamen. Faktor kognitif mencakup ekspektasi, keyakinan, strategi pemikiran, dan kecerdasan.

Teori Bandura menjelaskan perilaku manusia dalam konteks interaksi timbal balik yang berkesinambungan antara kognitif, perilaku, dan pengaruh lingkungan. Kondisi lingkungan sekitar individu sangat berpengaruh pada pola belajar sosial jenis ini. Contohnya, seseorang yang hidupnya dibesarkan di lingkungan judi, ia cenderung untuk memilih bermain judi, atau sebaliknya menganggap bahwa judi itu tidak baik.

B. Konsep Kognisi Sosial tentang Kepribadian

Menurut Bandura, walaupun prinsip belajar cukup untuk menjelaskan dan meramalkan perubahan perilaku, prinsip tersebut harus memerhatikan dua fenomena penting yang diabaikan oleh paradigma behaviorisme, yaitu:

1. manusia dapat berpikir dan mengatur tingkah lakunya sendiri;

2. banyak fungsi kepribadian melibatkan interaksi individu dengan individu lainnya.

Dampaknya, teori kepribadian yang memadai harus memperhitungkan konteks sosial tempat tingkah laku itu diperoleh dan dipelihara.

Pada konsepnya, Bandura menempatkan manusia sebagai pribadi yang dapat mengatur diri sendiri (*self-regulation*), memengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, dan mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya. Kemampuan kecerdasan untuk berpikir simbolis menjadi sarana yang kuat untuk menangani lingkungan (dengan menyimpang pengalaman dalam ingatan dalam wujud verbal dan gambaran imajinasi untuk kepentingan tingkah laku pada masa yang akan datang). Kemampuan untuk menggambarkan secara imajinatif hasil yang diinginkan pada masa yang akan datang akan mengembangkan strategi tingkah laku yang membimbing ke arah tujuan jangka panjang (Alwisol, 2006).

Struktur Kepribadian

Bandura menawarkan empat konsep penting dalam kepribadian, yaitu sebagai berikut.

1. Sistem Self (*Self System*)

Bandura meyakini bahwa pengaruh yang ditimbulkan oleh *self* sebagai salah satu determinan tingkah laku tidak dapat dihilangkan tanpa membahayakan penjelasan dan kekuatan peramalan. Dengan kata lain, *self* diakui sebagai unsur dari struktur kepribadian. Sistem *self* bukan unsur psikis yang mengontrol tingkah laku, melainkan struktur kognitif yang memberi pedoman mekanisme dan seperangkat fungsi persepsi, evaluasi, dan pengaturan tingkah laku. Pengaruh *self* tidak otomatis atau mengatur tingkah laku secara otonom, tetapi *self* menjadi bagian dari sistem interaksi resiprokal (Alwisol, 2006)

Bandura mengajukan konsep yang memiliki peran penting dalam kepribadian, yang ia sebut dengan *self-system*, satu set proses kognitif yang digunakan individu untuk memersepsi, mengevaluasi, dan meregulasi perilakunya agar sesuai dengan lingkungannya dan efektif dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai.³ Oleh karena itu, individu tidak hanya dipengaruhi oleh proses *reinforcement* eksternal yang disediakan lingkungan, tetapi juga dipengaruhi oleh ekspektasi, *reinforcement*, pikiran, rencana, tujuan atau proses internal dari diri. Aspek kognitif yang aktif dalam diri individu sangat penting dalam pembelajaran. Selain berespons terhadap *reinforcement* langsung dengan mengubah perilaku pada masa depan, individu dapat berpikir dan mengantisipasi pengaruh dari lingkungan. Ia dapat mengantisipasi konsekuensi yang akan timbul dari perilakunya sehingga ia memilih tindakan berdasarkan respons yang dihadapkan dari lingkungan dan masyarakat.

Bandura menyatakan bahwa pengaruh *reinforcement* sebelumnya akan terinternalisasikan dan perilaku berubah karena berubahnya pengetahuan dan ekspektasi seseorang.⁴ Pendekatannya memberikan peranan penting pada *human agency*; kapasitas seseorang untuk mengontrol perilakunya dan mengontrol proses berpikir internal dan motivasinya. Pengetahuan bahwa perilaku tertentu (oleh orang lain atau diri sendiri), pada situasi tertentu, mendapatkan *reinforcement* masa lalu membuat individu berharap bahwa perilaku yang sama akan mendapatkan *reinforcement* pada situasi yang sama (atau serupa) pada masa depan. Dengan demikian, pendekatan ini menggunakan kekuatan pendekatan pembelajaran dan kognitif terhadap kepribadian.

3 Howard S Friedman and Miriam W. Schustack, *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*, (Jakarta: Eriangga, 2008), hlm. 276.

4 Howard S Friedman and Miriam W. Schustack, *Kepribadian....*, hlm. 276.

2. Regulasi Diri (*Self Regulation*)

Menurut Friedman dan Schustack (2008: 284), regulasi diri adalah proses dalam diri seseorang untuk mengatur pencapaian dan aksi sendiri, menentukan target untuk dirinya, mengevaluasi kesuksesannya saat mencapai target, dan memberi penghargaan pada diri sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Konsep *self-efficacy* merupakan elemen penting dari proses ini, yang memengaruhi pilihan target dan tingkat pencapaian yang diharapkan. Hal yang juga penting adalah skema yang individu miliki, yang mendasari cara orang memahami dan berperilaku di lingkungannya. Konstruksi regulasi diri menitikberatkan pada kontrol internal (interpersonal) perilaku kita. Proses regulasi diri memiliki relevansi yang luas terhadap banyak bidang, terutama bidang kesehatan dan pendidikan. Kedua bidang tersebut merupakan bidang yang pemahamannya lebih baik mengenai cara orang melatih kontrol perilakunya, yang berdampak pada meningkatnya keberhasilan masyarakat dalam bidang pendidikan dan kesehatan.⁵

Karena manusia mempunyai kemampuan berpikir, manusia dapat memanipulasi lingkungan sehingga terjadi perubahan lingkungan. Menurut Bandura, terjadi strategi reaktif dan proaktif dalam regulasi diri. Strategi reaktif digunakan untuk mencapai tujuan, namun ketika tujuan hampir tercapai, strategi proaktiflah yang menentukan tujuan baru yang lebih tinggi. Ada tiga proses yang dapat digunakan untuk melakukan pengaturan diri, yaitu memanipulasi faktor eksternal, memonitoring, dan mengevaluasi tingkah laku internal. Tingkah laku manusia merupakan hasil pengaruh resiprokal faktor eksternal dan internal (Alwisol, 2006).

a) Faktor Eksternal dalam Regulasi Diri

Faktor eksternal memengaruhi regulasi diri dalam dua cara. *Pertama*, faktor eksternal memberi standar untuk mengevaluasi

tingkah laku. Faktor lingkungan berinteraksi dengan pengaruh-pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri seseorang.

Kedua, faktor eksternal memengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguatan (*reinforcement*). Hadiah intrinsik tidak selalu memberi kepuasan, orang membutuhkan insentif yang berasal dari lingkungan eksternal. Standar tingkah laku dan penguatan umumnya bekerja sama maka ketika orang dapat mencapai standar tingkah laku tertentu, dibutuhkan penguatan agar tingkah laku semacam itu menjadi pilihan untuk dilakukan kembali (Alwisol, 2006).

b) Faktor Internal dalam Regulasi Diri

Bandura mengemukakan tiga bentuk pengaruh internal. *Pertama*, observasi diri (*self observation*) bahwa individu harus mampu memonitoring performansinya, walaupun tidak sempurna karena individu cenderung menilai beberapa aspek tingkah lakunya dan mengabaikan tingkah laku yang lainnya. *Kedua*, proses penilaian tingkah laku (*judgement process*) adalah melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, membandingkan tingkah laku dengan norma standar tingkah laku orang lain, menilai berdasarkan pentingnya aktivitas, dan memberi atribusi performansi. Standar pribadi berasal dari pengalaman mengamati model. Berdasarkan sumber model dan performansi yang mendapat penguatan, proses kognitif menyusun ukuran-ukuran atau norma yang sifatnya sangat pribadi karena ukuran tersebut tidak selalu sinkron dengan kenyataan. Sebagian besar aktivitas harus dinilai dengan membandingkannya dengan ukuran eksternal, dapat berupa norma standar, perbandingan sosial, perbandingan dengan orang lain atau perbandingan kolektif.

Ketiga, yaitu respons diri (*self response*) berdasarkan pengamatan dan *judgment*. Individu mengevaluasi diri sendiri dan menghadiahi atau menghukum dirinya sendiri.

⁵ Howard S. Friedman and Miriam W. Schustack, *Kepribadian...*, hlm. 284.

c. Efikasi Diri (*Self-Effication*)

Cara seseorang bertingkah laku dalam situasi tertentu bergantung pada resiprokal antara lingkungan dan kondisi kognitif, khususnya yang berkaitan dengan keyakinannya bahwa ia mampu atau tidak untuk melakukan tindakan yang memuaskan. Efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, sesuai atau tidak sesuai dengan yang dipersyaratkan (Alwisol, 2006).

Menurut Friedman dan Schustack, *self-efficacy* adalah ekspektasi keyakinan (harapan) tentang seberapa jauh seseorang mampu melakukan satu perilaku dalam suatu situasi tertentu. *Self-efficacy* yang positif adalah keyakinan untuk mampu melakukan perilaku yang dimaksud. Tanpa *self-efficacy* (keyakinan tertentu yang sangat situasional), orang bahkan enggan mencoba melakukan suatu perilaku.⁶ Bandura menyatakan *self-efficacy* menentukan apakah kita akan menunjukkan perilaku tertentu, sekuat apa kita dapat bertahan saat menghadapi kesulitan atau kegagalan, dan cara kesuksesan atau kegagalan dalam satu tugas tertentu memengaruhi perilaku kita pada masa depan.

Menurut Friedman dan Schustack, keyakinan tentang *self-efficacy* adalah hasil dari empat jenis informasi, yaitu: (1) pengalaman kita dalam melakukan perilaku yang diharapkan atau perilaku yang serupa (kesuksesan dan kegagalan pada masa lalu); (2) melihat orang lain melakukan perilaku tersebut atau perilaku yang kurang lebih sama (*vicarious experience*); (3) persuasi verbal (bujukan orang lain yang bertujuan untuk menyemangati atau menjatuhkan performa); dan (4) perasaan kita tentang perilaku yang dimaksud (reaksi emosional).

Bandura juga mempraktikkan konstruk *self-efficacy* dalam bidang kesehatan. *Self-efficacy* berkaitan dengan aspek fisiologis

6. Howard S. Friedman and Miriam W. Schustack, *Kepribadian...*, hlm. 283.

kesehatan. Orang yang tidak memiliki *self-efficacy* mengalami stres yang berdampak pada kesehatan dan sistem imunnya. *Self-efficacy* juga berkaitan dengan potensi individu untuk berperilaku sehat, orang yang tidak yakin bahwa ia dapat melakukan suatu perilaku yang dapat menunjang kesehatan cenderung tidak akan melakukannya.

Menurut Bandura (1994), individu yang memiliki *efikasi diri* yang tinggi sangat mudah dalam menghadapi tantangan. Ia tidak merasa ragu karena memiliki kepercayaan yang penuh dengan kemampuan dirinya. Individu ini menurut Bandura (1994) akan cepat menghadapi masalah dan mampu bangkit dari kegagalan yang ia alami.

Dalam pandangan Bandura, perubahan tingkah laku merupakan perubahan ekspektasi efikasi. Efikasi ini dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yaitu pengalaman performansi (*performance accomplishment*), pengalaman vikarius (*vicarious experience*), persuasi sosial (*social persuasion*), dan keadaan emosi (*emotional state*).

Menurut Bandura, sumber pengontrol tingkah laku adalah resiprokal antara lingkungan, tingkah laku, dan pribadi. Efikasi diri merupakan variabel pribadi yang penting apabila digabungkan dengan tujuan spesifik dan pemahaman akan menjadi penentu tingkah laku pada masa mendatang. Setiap individu memiliki efikasi diri yang berbeda-beda pada situasi yang berbeda, bergantung pada kemampuan yang dituntut oleh situasi yang berbeda, kehadiran orang lain serta kondisi fisiologis dan emosional individu tersebut (Alwisol, 2006).

4. Efikasi Kolektif (*Collective Efficacy*)

Bandura berpendapat bahwa individu berusaha mengontrol kehidupan dirinya tidak hanya melalui efikasi diri individual, tetapi

juga efikasi kolektif. Efikasi kolektif adalah keyakinan masyarakat bahwa usaha mereka secara bersama-sama dapat menghasilkan perubahan sosial tertentu. Efikasi diri dan efikasi kolektif bersama-sama saling melengkapi untuk mengubah gaya hidup manusia.

C. Dinamika Kepribadian Menurut Albert Bandura

Menurut Bandura, motivasi merupakan konstruk kognitif yang mempunyai dua sumber, gambaran hasil pada masa yang akan datang (yang dapat menimbulkan motivasi tingkah laku saat ini) dengan harapan keberhasilan yang didasarkan pada pengalaman menetapkan dan mencapai tujuan. Dengan kata lain, harapan mendapatkan *reinforcement* pada masa yang akan datang akan memotivasi individu untuk bertingkah laku tertentu. Selain itu, dengan menetapkan tujuan yang diinginkan dan mengevaluasinya, seseorang akan termotivasi untuk bertindak pada tingkat tertentu. Menurut Bandura, penguatan (*reinforcement*) dapat menjadi penyebab belajar. Orang dapat belajar dengan penguat yang diwakilkan (*vicarious reinforcement*), penguat yang ditunda (*expectation reinforcement*), bahkan tanpa penguat (*beyond reinforcement*).

1. Perkembangan Kepribadian

Menurut Bandura, pada umumnya proses belajar terjadi tanpa penguatan yang nyata. Dalam penelitiannya, individu dapat mempelajari respons baru dengan melihat respons orang lain, bahkan belajar tetap terjadi tanpa ikut melakukan hal yang dipelajari, serta model yang diamatinya juga tidak mendapat penguatan dari tingkah lakunya (Alwisol, 2006).

2. Psikopatologi Menurut Teori Kognisi Sosial

Menurut Bandura, masalah pokok yang terjadi pada manusia adalah percaya bahwa dirinya tidak dapat menangani situasi tertentu secara efektif. Oleh karena itu, perlu dikembangkan efikasi

diri agar terjadi perubahan tingkah laku. Tingkah laku parologis itu dipengaruhi oleh faktor kognitif, proses neurofisiologis, pengalaman masa lalu yang mendapatkan penguatan serta nilai fasilitatif dari lingkungan (Alwisol, 2006).

3. Kemampuan Diri untuk Memengaruhi Hasil yang Diharapkan (*Self-Efficacy*)

Bandura (2001) mendefinisikan *self efficacy* keyakinan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri dan peristiwa di lingkungannya, dan yakin jika *self-efficacy* adalah fondasi keagenan manusia.

Bandura membedakan antara ekspektasi-kemampuan-memengaruhi-hasil (*efficacy expectation*) dan ekspektasi hasil (*outcome expectation*). Ekspektasi-kemampuan-memengaruhi-hasil mengacu pada keyakinan manusia bahwa mereka memiliki kesanggupan untuk melakukan perilaku tertentu, sementara ekspektasi hasil mengacu pada prediksi terhadap konsekuensi dari perilaku yang diinginkan.

Self-efficacy pribadi didapatkan, dikembangkan, atau diturunkan melalui satu atau dari kombinasi dari empat sumber berikut (Bandura, 1997).

- Pengalaman tentang penguasaan.** Sumber paling berpengaruh bagi *self-efficacy* adalah pengalaman tentang penguasaan (*mastery experiences*), yaitu performa-performa yang sudah dilakukan pada masa lalu (Bandura, 1997).
- Pemodelan sosial,** yaitu pengalaman tidak terduga (*vicarious experiences*) yang disediakan orang lain.
- Persuasi sosial.** *Self-efficacy* dapat juga diraih atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Efek-efek dari sumber ini agak terbatas, tetapi dalam kondisi yang tepat, persuasi orang lain dapat meningkatkan atau menurunkan *self-efficacy*.

- d. **Kondisi fisik dan emosi.** Emosi yang kuat umumnya menurunkan tingkat performa. Ketika mengalami rasa takut yang besar, kecemasan yang kuat, dan tingkat stres yang tinggi, manusia memiliki ekspektasi *self-efficacy* yang rendah.

4. Pengaturan Diri

- a. Faktor-faktor eksternal pengaturan diri
- 1) Faktor eksternal menyediakan standar untuk mengevaluasi perilaku sendiri.
 - 2) Faktor-faktor eksternal memengaruhi pengaturan diri dengan menyediakan cara-cara penguatan.
- b. Faktor-faktor internal pengaturan diri
- 1) **Observasi diri (*self-observation*)** terhadap performa yang telah dilakukan. Manusia sanggup memonitor penampilannya meskipun tidak lengkap atau akurat.
 - 2) **Proses penilaian (*judgmental Process*)** membantu meregulasi perilaku melalui proses mediasi kognitif. Proses penilaian bergantung pada empat hal: standar pribadi, performa-performa acuan, nilai aktivitas, dan penyempurnaan performa.
 - 3) **Reaksi diri (*self reaction*)**. Manusia merespons positif atau negatif perilakunya bergantung pada cara perilaku ini diukur dan bentuk standar pribadinya.

5. Perilaku yang Disfungsional

a. Depresi

Standar pribadi dan tujuan yang tinggi dapat mengarahkan kita pada pencapaian dan kepuasan diri. Meskipun demikian, ketika manusia menetapkan tujuan terlalu tinggi, ia akan lebih mudah gagal. Kegagalan sering menyebabkan depresi, kemudian memandang rendah nilai pencapaian mereka sebelumnya.

Depresi disfungsional dapat terjadi pada salah satu subfungsi pengaturan diri. *Pertama*, selama observasi diri, manusia bisa keliru menilai performa mereka atau mendistorsi memori tentang pencapaian pada masa lalu. *Kedua*, pribadi yang depresi lebih mudah membuat penilaian yang keliru.⁷

b. Fobia

Fobia adalah rasa takut yang cukup kuat dan bertahan lama, cukup untuk memberikan efek yang melumpuhkan seseorang dalam hidup sehari-harinya. Fobia dan rasa takut dipelajari melalui kontak langsung, generalisasi yang tidak tepat, khususnya dari pengalaman mengamati. Fobia sulit dihilangkan karena pribadi yang mengalaminya berusaha keras menghindari objek yang mengancam dirinya.

Perilaku disfungsional (penghindaran) terbentuk dan dipertahankan oleh interaksi mutual ekspektasi seseorang (keyakinan bahwa mereka akan diserang), lingkungan eksternal (taman kota), dan faktor-faktor perilaku (pengalaman mereka sebelumnya dengan rasa takut).

c. Agresi

Menurut Bandura, perilaku agresif terbentuk dari mengobservasi orang lain, pengalaman langsung dengan penguatan positif dan negatif, pelatihan, atau instruksi, dan keyakinan yang ganjil. Bandura, Dorrie Ross, dan Sheila Ross (1963) menemukan bahwa anak-anak yang mengamati orang lain bersikap agresif menunjukkan perilaku lebih agresif daripada kelompok terkontrol anak yang tidak melihat tindakan agresif.

Beberapa orang berpendapat bahwa anak-anak yang melihat perilaku kekerasan di televisi akan memiliki efek merusak pada anak. Artinya, anak-anak yang mengalami agresi terang-terangan

7 Feist, J., dan Gregory J. Feist, *Theories of Personality*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008), hlm. 79.

akan lebih termotivasi untuk bertindak dengan cara-cara yang agresif. Bandura, Ross & Ross (1963) membuktikan bahwa kekerasan di televisi tidak menghentikan sifat agresi penontonnya, justru semakin menambah sikap agresif penontonnya.⁸

D. Model Psikoterapi Albert Bandura

Sama halnya dengan respons emosi yang dapat diperoleh secara langsung atau secara *vicarious*, yaitu menghilangkan tingkah laku yang tidak dikehendaki secara langsung atau secara *vicarious*. Misalnya, penakut dapat mengubah rasa takutnya dengan melihat model yang tanpa rasa takut berinteraksi dengan hal yang ditakutkan itu. Secara umum, terapi yang dilakukan Bandura adalah terapi kognitif sosial. Tujuannya memperbaiki regulasi *self*, melalui perubahan tingkah laku, dan mempertahankan perubahan tingkah laku yang terjadi. Ada tiga tingkatan keefektifan suatu *treatment*, yakni tingkah induksi perubahan, generalisasi, dan pemeliharaan.

1. Tingkat induksi perubahan: *treatment* dikatakan efektif jika mengubah tingkah laku. Misalnya, terapi menghilangkan takut ketinggian penderita akrofobia, sehingga dia berani naik tangga yang tinggi.
2. Tingkat generalisasi: *treatment* yang lebih tinggi memungkinkan terjadinya generalisasi. Penderita akrofobia itu bukan hanya berani naik tangga, melainkan juga berani naik lift, naik kapal terbang, dan membersihkan kaca gedung bertingkat.
3. Tingkat pemeliharaan: sering terjadi tingkah laku positif hasil terapi berubah kembali menjadi tingkah laku negatif (khususnya pada tingkah laku habit negatif, merokok, alkoholik,

8 <http://psikologihay.wordpress.com/2010/03/30/pengertian-teori-psikososial-albert-bandura>.

narkotik). Terapi mencapai tingkat efektif yang tertinggi jika hasil induksi dan generalisasi dapat terpelihara, tidak berubah menjadi negatif.

Bandura mengusulkan tiga macam pendekatan *treatment*, yakni latihan penguasaan (*desensitisasi modeling*), *modeling* terbuka, dan *modeling* simbolis.

1. Latihan penguasaan (*desensitisasi modeling*); mengajari klien untuk menguasai tingkah laku yang sebelumnya tidak dapat dilakukan (misalnya, karena takut). *Treatment* konseling dimulai dengan membantu klien mencapai relaksasi yang mendalam. Kemudian konselor meminta klien membayangkan hal yang menakutkannya secara bertahap. Misalnya, ular, dibayangkan melihat ular mainan di etalase toko. Apabila klien dapat membayangkan kejadian itu tanpa rasa takut, mereka diminta membayangkan bermain-main dengan ular mainan, melihat ular di kebun binatang, kemudian menyentuh ular, sampai akhirnya menggendong ular. Ini adalah model *desensitisasi* sistematis yang pada paradigma *behaviourisme* *desensitisasi* sistematis dalam pikiran (karena itu teknik ini terkadang disebut *modeling* kognitif) tanpa memakai penguatan yang nyata.
2. *Modeling* terbuka (*modeling partisipan*); klien melihat model nyata, diikuti dengan klien berpartisipasi dalam kegiatan model, dibantu oleh modelnya meniru tingkah laku yang dikehendaki, sampai akhirnya mampu melakukan sendiri tanpa bantuan.
3. *Modeling* simbolis; klien melihat model dalam film, atau gambar/cerita. Kepuasan *vikarious* (melihat model mendapat penguatan) mendorong klien untuk mencoba/meniru tingkah laku modelnya.

Ketika hasilnya dibandingkan, *desensitisasi modeling* dan *modeling* simbolis relatif sama kekuatannya untuk menghilangkan

rasa takut. Namun, yang paling berhasil menghilangkan rasa takut adalah modeling partisipan. Bandura banyak meneliti masalah dunia nyata di laboratorium, seperti masalah agresi, fobia, penyembuhan dari serangan jantung, perolehan kemampuan matematik pada anak. Tujuan pokoknya adalah menyatukan kerangka konseptual yang mencakup berbagai hal yang memengaruhi perubahan tingkah laku. Dalam setiap kegiatan, keterampilan dan keyakinan diri yang menjamin pemakaian kemampuan secara optimal dibutuhkan agar diri dapat berfungsi sukses.

Bandura mengembangkan *microanalytic approach*, yaitu riset yang mementingkan asesmen yang detail sepanjang waktu untuk mencapai keselarasan antara persepsi diri dengan tingkah laku pada setiap tahap performasi tugas. Teknik ini cocok untuk strategi penelitian yang melacak perubahan setiap saat, penelitian yang menganalisis proses, bukan hasil.

TEORI SELF CONCEPT CARL R. ROGER

A. Riwayat Hidup Carl R. Roger

Carl Ransom Rogers dilahirkan pada tanggal 8 Januari 1902 di Oak Park, Illinois dan meninggal dunia di La Jolla, California, pada tanggal 4 Februari 1987 dalam usia 85 tahun. Rogers terkenal sebagai seorang tokoh psikologi humanis, aliran fenomenologis-eksistensial, psikolog klinis, dan terapis. Ide-ide dan konsep teorinya banyak diperoleh dari pengalaman terapeutiknya.¹ Ketika remaja, Rogers tidak memiliki banyak teman sehingga ia lebih banyak menghabiskan waktunya untuk membaca. Ia pernah belajar di bidang agrikultur dan sejarah di University of Wisconsin. Di sini, Rogers mengikuti berbagai aktivitas, termasuk menjadi delegasi untuk Persidangan Antarabangsa Persekutuan Pelajar Kristian di Cina.²



Carl R. Roger

Sumber:
williepresserjaylene-
smithproject.weebly.
com

- 1 Dede Rahmat Hidayat, *Psikologi Kepribadian dalam Konseling*, (Bogor: Ghalia), hlm. 175.
- 2 <http://www.geocities.com/masterptvpsikologi/psikologihumanistik.pdf>

Rogers adalah putra keempat dari enam bersaudara. Ia merupakan anak yang cukup cerdas dan bisa membaca dengan baik sebelum masuk taman kanak-kanak. Ia lebih dekat dengan ibu daripada ayahnya karena sang ayah sering bepergian karena tuntutan pekerjaannya sebagai insinyur sipil. Walter dan Julia Rogers yang religius, membuat Rogers tertarik pada Alkitab sehingga ia rajin membacanya. Rogers dibesarkan dalam keluarga yang berkecukupan dan menganut aliran protestan fundamentalis yang terkenal keras, kaku dalam hal agama, moral, dan etika. Dari orangtuanya, ia juga belajar nilai kerja keras -sebuah nilai yang tidak seperti agama, lebih menetap abadi dalam dirinya sepanjang hayatnya. Akan tetapi, ketika orangtuanya pindah ke daerah pertanian untuk mencegah dari pengaruh Suburb untuk anak-anak mereka, Rogers muda mulai tertarik di dunia pertanian.

Rogers memiliki cita-cita untuk menjadi petani, dan setelah lulus SMA masuk University of Wisconsin jurusan pertanian. Akan tetapi, tidak berapa lama kemudian ia mulai bosan dengan pertanian dan lebih tertarik pada agama. Pada tahun ketiganya di Wisconsin, Rogers terlibat dalam aktivitas-aktivitas keagamaan di kampus dan menghabiskan waktu sehingga 6 bulan berkeliling ke Peking, Cina untuk menghadiri konferensi agama bagi mahasiswa. Perjalanan ini tampaknya memberikan kesan mendalam padanya. Interaksi dengan para pemimpin agama yang masih muda usianya mengubahnya menjadi seorang pemikir yang lebih liberal dan mendorongnya menuju independensi dari pandangan keagamaan orangtuanya. Pengalaman dengan rekan-rekan kepemimpinan ini juga memberi keyakinan diri lebih besar dalam hubungan sosialnya. Akan tetapi, sekembali dari perjalanan itu, ia menderita sakit.

Meskipun sakit mencegahnya untuk segera kembali ke kampus, ia tetap bekerja. Carl Rogers menghabiskan waktu setahun menyibukkan diri dengan mengerjakan sebuah lahan pertanian

dan pemotongan kayu setempat sebelum dapat kembali lagi ke Wisconsin. Di sana, ia bergabung dengan kelompok persaudaraan, menunjukkan rasa percaya diri yang lebih besar, dan secara umum penampilannya berubah sebelum pergi ke Cina.

Pada tahun 1924, Rogers masuk ke sekolah Union Theological Seminary di New York dengan niat menjadi pendeta. Ketika tinggal di Seminari, ia mengikuti beberapa perkuliahan psikologi dan pendidikan di Columbia University dekat tempat tinggal. Di sana, ia sangat terkesan oleh kemajuan perkembangan pendidikan John Dewey yang begitu kuat mendominasi fakultas keguruan universitas tersebut. Secara bertahap, Rogers mulai enggan dengan pekerjaan religiusnya yang bersifat doktriner itu. Meskipun Union Theological Seminary cukup liberal, Rogers memutuskan tidak ingin lagi mengukuhkan pengetahuannya tentang masalah iman, tetapi menginginkan kebebasan lebih besar untuk mengeksplorasi ide-ide baru. Akhirnya, pada 1926 ia meninggalkan Seminari kemudian masuk ke Teachers College untuk mempelajari sepenuh waktu topik-topik psikologi klinis dan psikologi pendidikan. Sejak saat itu, ia tidak pernah kembali lagi ke agama formal. Hidupnya mengambil arah yang baru – menuju psikologi dan pendidikan.

Pada tahun 1927, Rogers bekerja sebagai rekanan di Institute for Child Guidance yang baru didirikan di New York City dan bekerja di sana sambil menyelesaikan gelar doktornya. Di sini, ia mendapatkan pengetahuan dasar tentang psikoanalisis Freudian, tetapi tidak begitu terkesan dengannya meskipun ia telah mencobanya dalam praktik. Ia juga mengikuti kuliah Alfred Adler, tokoh yang mengejutkan Rogers dan anggota staf lainnya karena keyakinannya bahwa pengelaborasi sejarah kasus tidak begitu dibutuhkan lagi bagi psikoterapi.

Rogers menerima gelar Ph.D. dari Columbia pada tahun 1931 setelah pindah ke New York untuk bekerja di Rochester Society for the Prevention of Cruelty to Children. Selama fase awal karier

profesionalnya ini, Rogers terpengaruh sangat kuat oleh gagasan-gagasan Otto Rank, salah satu rekan terdekat Freud sebelum keluar dari lingkaran-dalamnya. Pada tahun 1936, Rogers mengundang Rank ke Rochester untuk memberikan seminar mengenai praktik psikoterapi post-Freudian-nya. Kuliah umum Rank ini memberi Rogers sebuah keyakinan mendalam bahwa terapi merupakan konsep tentang hubungan yang menghasilkan pertumbuhan emosional, disediakan melaju cara terapis, menyimak secara empatik, dan penerimaan tanpa syarat klien mereka.

Rogers menghabiskan waktu 12 tahun di Rochester dengan melakukan pekerjaan yang mengisolasi-nya dari kesuksesan karier akademis. Dia melepaskan keinginan untuk mengajar di universitas setelah memperoleh pengalaman singkat mengajar selama musim panas tahun 1935 di Teachers College dan setelah mengajar di jurusan Sosiologi University of Rochester. Selama periode ini, ia menulis buku pertamanya, *The Clinical Treatment of the Problem Child* (1939), yang membuatnya diundang untuk mengajar di Ohio State University. Rogers sebenarnya ingin menolak tawaran ini, tetapi istrinya mendesak untuk menerimanya, apalagi pihak otoritas universitas di sana setuju memberinya posisi puncak dengan gelar akademis profesor penuh. Pada tahun 1940, Rogers pindah ke Columbus untuk memulai karier baru.

Karena mendapat tekanan dan tuntutan dari mahasiswa S-2 yang diajarnya, Rogers secara bertahap mulai mengonseptualisasikan ide-idenya tentang psikoterapi, yang tidak dimaksudkannya sebagai sebuah teori yang unik apalagi kontroversial. Ide-ide ini dituliskannya dalam *Counseling and Psychotherapy*, terbit tahun 1942. Di buku ini, yang menjadi reaksi bagi pendekatan lama terhadap terapi, Rogers meminimalkan penyebab dari gangguan dan pengidentifikasian dan pelabelan kelainan. Bahkan, ia menekankan pentingnya pertumbuhan batin pasien (yang disebut Rogers "klien").

Pada tahun 1944, sebagai akibat dari pecahnya perang, Rogers pindah kembali New York sebagai direktur pelayanan konseling bagi United Services Organisation. Setelah bekerja satu tahun di sana, ia mendirikan pusat konseling dan memiliki kebebasan lebih besar untuk meneliti proses dan hasil psikoterapi. Tahun 1945 hingga 1957, selama ia di Chicago menjadi tahun-tahun paling produktif dan kreatif sepanjang kariernya. Terapi Rogers berkembang dari hanya menekankan metodologi atau yang pada awal tahun 1940-an disebut teknik "tidak-mengarahkan" (*non-directive technique*) menjadi teknik yang lebih menekankan hubungan klien-terapis. Dengan sifat ilmunya, Rogers menggandeng para mahasiswa dan koleganya untuk menghasilkan riset terobosan mengenai proses dan keefektifan psikoterapi.

Karena ingin mengembangkan riset dan ide-idenya ke dalam psikiatri, Rogers menerima tawaran posisi di University of Wisconsin pada tahun 1957. Akan tetapi, ia merasa frustrasi dengan kariernya di Wisconsin karena tidak sanggup menyatukan profesi psikiatri dan psikologi. Selain itu, ia merasa jika beberapa anggota staf risetnya terlibat dalam perilaku yang tidak jujur dan tidak etis. Hal tersebut membuatnya kecewa dan Rogers pindah ke California, bergabung dengan Western Behavioral Sciences Institute (WBSI) dan menjadi semakin tertarik dengan riset tentang kelompok-kelompok pertemuan.

Rogers mundur dari WBSI ketika ia merasa lembaga ini mulai kurang demokratis. Bersama 75 anggota lainnya dari institut tersebut, Rogers membentuk Center for Studies of the Person. Ia terus bekerja dengan kelompok-kelompok pertemuan, tetapi meluaskan metode *person-centered*-nya bidang pendidikan (termasuk melatih para dokter) dan politik internasional. Selama tahun-tahun terakhir hidupnya, Rogers banyak menyelenggarakan lokakarya di luar negeri, seperti Hungaria, Brazilia, Afrika Selatan, dan Uni Soviet. Pada 4 Februari 1987, Rogers meninggal setelah operasi bedah tulang pinggulnya.

Rogers menerima banyak penghargaan semasa kehidupan profesionalnya yang cukup lama. Ia menjadi presiden pertama American Association for Applied Psychology dan membantu organisasi ini kembali menyatu dengan American Psychology Association (APA). Atas jerih payahnya itu, ia dipercayai menjadi presiden APA untuk periode 1946-1947 kemudian dipercaya menjadi presiden pertama American Academy of Psychotherapist. Pada 1956, ia menjadi pemenang bersama psikolog lain dalam *Distinguished Scientific Contribution Award* yang pertama kali diadakan APA. Penghargaan ini sangat memuaskan Rogers karena pengakuan terhadap kemampuannya sebagai periset, sebuah kemampuan yang sudah dipelajarinya sejak kecil.

Awalnya, Rogers tidak begitu memerhatikan teori kepribadian. Seperti sudah dijelaskan sebelumnya, di bawah tekanan dan tuntutan mahasiswa yang diajarnya, dan demi memuaskan kebutuhan batinnya untuk dapat menjelaskan fenomena yang sedang diobservasinya itulah, ia mengembangkan teorinya sendiri, yang pertama kali diujicobakan dalam agenda APA ketika dia menjadi presidennya. Teorinya lebih disempurnakan dalam Client-Centered Therapy (1951) dan diungkapkan lebih detail lagi dalam edisi Koch. Sekalipun demikian, Rogers selalu menekankan bahwa teori harus bersifat tentatif. Dengan pemikiran seperti inilah, kita mestinya mendekati diskusi tentang teori kepribadian Rogerian.³

Rogers dikenal juga sebagai seorang fenomenologis karena ia sangat menekankan realitas yang berarti bagi individu. Realitas setiap orang berbeda-beda bergantung pada pengalaman perseptualnya. Lapangan pengalaman ini disebut dengan *fenomenal field*. Rogers menerima istilah *self* sebagai fakta dari lapangan fenomenal tersebut. Menurut Rogers, konsep diri adalah kesadaran batin yang tetap mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan

aku. Konsep diri ini terbagi menjadi dua, yaitu konsep diri real dan konsep diri ideal. Untuk menunjukkan kedua konsep diri tersebut sesuai atau tidak, Rogers mengenalkan dua konsep lagi, yaitu *incongruence* dan *congruence*. *Incongruence* adalah ketidakcocokan antara *self* yang dirasakan dalam pengalaman aktual disertai pertentangan dan kekacauan batin. Adapun *congruence* berarti situasi pengalaman diri diungkapkan dengan saksama dalam konsep diri yang utuh, integral, dan sejati.

Setiap manusia memiliki kebutuhan dasar akan kehangatan, penghargaan, penerimaan, pengagungan, dan cinta dari orang lain. Kebutuhan ini disebut *need for positive regard*, yang terbagi lagi menjadi dua, yaitu *conditional positive regard* (bersyarat) dan *unconditional positive regard* (tidak bersyarat).

Rogers menggambarkan pribadi yang berfungsi sepenuhnya adalah pribadi yang mengalami penghargaan positif tanpa syarat. Artinya ia dihargai, dicintai karena nilai adanya diri sendiri sebagai manusia sehingga ia tidak bersifat defensif, namun cenderung untuk menerima diri dengan penuh kepercayaan. Roger menyebutnya dengan pribadi yang utuh, istilah yang dipakai Rogers untuk menggambarkan individu yang memakai kapasitas dan bakatnya, merealisasi potensinya, dan bergerak menuju pemahaman yang lengkap mengenai dirinya dan seluruh tentang pengalamannya.⁴

Menurutnya, orang yang berfungsi sepenuhnya (*fully human being*) memiliki lima ciri berikut.

1. Keterbukaan pada pengalaman

Orang yang berfungsi sepenuhnya adalah orang yang menerima semua pengalaman dengan fleksibel sehingga selalu timbul persepsi baru. Dengan demikian, ia mengalami banyak emosi (emosional), baik yang positif maupun negatif.

³ http://sekitarkudimataku.blogspot.com/2011/03/carl-rogers-person-centered-theory_10.html

⁴ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press), hlm. 329.

2. Kehidupan eksistensial

Kualitas kehidupan eksistensial bahwa orang terbuka terhadap pengalamannya sehingga ia selalu menemukan sesuatu yang baru, berubah, dan cenderung menyesuaikan diri sebagai respons atas pengalaman selanjutnya.

3. Kepercayaan terhadap organisme orang sendiri

Pengalaman menjadi hidup ketika seseorang membuka diri terhadap pengalaman itu. Dengan begitu, ia akan bertindak laku menurut yang dirasanya benar (timbul seketika dan intuitif) sehingga dapat mempertimbangkan setiap segi dari suatu situasi dengan sangat baik.

4. Perasaan bebas

Orang yang sehat secara psikologis dapat membuat pilihan tanpa paksaan atau rintangan antara alternatif pikiran dan tindakan. Orang yang bebas memiliki perasaan berkuasa secara pribadi mengenai kehidupan dan percaya bahwa masa depan bergantung pada dirinya sendiri, tidak pada peristiwa masa lampau sehingga dapat melihat banyak pilihan dalam kehidupannya dan merasa mampu melakukan yang ingin dilakukannya.

5. Kreativitas

Keterbukaan diri terhadap pengalaman dan kepercayaan kepada diri sendiri akan mendorong seseorang untuk memiliki kreativitas dengan ciri-ciri bertindak laku spontan, tidak defensif, berubah, bertumbuh, dan berkembang sebagai respons atas stimulus-stimulus kehidupan yang beraneka ragam di sekitarnya.⁵

Kelemahan atau kekurangan pandangan Rogers terletak pada perhatiannya yang semata-mata pada kehidupan diri sendiri, dan

⁵ Schultz, Duane, *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1991), hlm. 165.

bukan pada bantuan untuk pertumbuhan serta perkembangan orang lain. Rogers berpandangan bahwa orang yang berfungsi sepenuhnya merupakan pusat dari dunia, bukan seorang partisipan yang berinteraksi dan bertanggung jawab di dalamnya.

Selain itu, gagasan bahwa seseorang harus dapat memberikan respons secara realistis terhadap dunia sekitarnya masih sulit diterima. Semua orang tidak dapat melepaskan subjektivitas dalam memandang dunia karena tidak tahu dunia itu secara objektif.⁶

Rogers juga mengabaikan aspek-aspek tidak sadar dalam tingkah laku manusia karena ia lebih melihat pada pengalaman masa sekarang dan masa depan, bukan pada masa lampau yang penuh dengan pengalaman traumatik, yang menyebabkan seseorang mengalami penyakit psikologis.

B. Pokok-pokok Teori Carl R. Rogers

Karena sejak awal mengurus cara kepribadian berubah dan berkembang, Rogers tidak menekankan aspek struktural dari kepribadian. Untuk itu, Rogers mengemukakan 19 rumusan mengenai hakikat pribadi (*self*) sebagai berikut.

1. Berada dalam dunia pengalaman yang terus-menerus berubah (*phenomenal field*) dan menjadi titik pusatnya. Pengalaman adalah segala sesuatu yang berlangsung di dalam diri individu pada saat tertentu, yang meliputi proses psikologis, kesan-kesan motorik, dan aktivitas motorik. Medan fenomenal ini bersifat privat, hanya dapat dikenali isi sesungguhnya dan selengkapnya oleh diri sendiri. Oleh karena itu, sumber terbaik untuk memahami seseorang adalah orang itu sendiri. Inilah konsep laporan diri (*self-report*) dari terapi berpusat klien.
2. Menanggapi dunia sesuai dengan persepsinya.

⁶ Dede Rahmat Hidayat, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 179.

3. Mempunyai kecenderungan pokok, yaitu keinginan untuk mengaktualisasikan – memelihara – meningkatkan diri (*self actualization – maintain – enhance*).
4. Mereaksi medan fenomena secara total (*gestalt*) dan berarah tujuan (*good directed*).
5. Tingkah laku merupakan usaha yang berarah tujuan untuk memuaskan kebutuhan mengaktualisasi-mempertahankan-memperluas diri, dalam medan fenomenanya.
6. Emosi akan menyertai tingkah laku yang berarah tujuan sehingga intensitas (kekuatan) emosi bergantung pada pengamatan subjektif seberapa penting tingkah laku itu dalam usaha aktualisasi-memelihara-mengembangkan diri.
7. Jalan terbaik untuk memahami tingkah laku seseorang adalah memakai kerangka pandangan sendiri (*internal frame of reference*), yaitu persepsi, sikap, dan perasaan yang dinyatakan dalam suasana yang bebas atau suasana terapi berpusat klien.
8. Sebagian medan fenomenal secara berangsur-angsur mengalami diferensiasi sebagai proses terbentuknya *self*. *Self* adalah kesadaran akan keberadaan dan fungsi diri yang diperoleh melalui pengalaman yang melibatkan diri (*I atau me*) sebagai objek atau subjek.
9. Struktur *self* terbentuk sebagai hasil interaksi organisme dengan medan fenomenal, terutama interaksi evaluatif dengan orang lain.
10. Apabila terjadi konflik antara nilai-nilai yang sudah dimiliki dengan nilai-nilai baru yang akan diintrojeksi, seseorang akan meredakan konflik itu dengan: (1) merevisi gambaran dirinya, serta mengaburkan (*distortion*) nilai-nilai yang semula ada di dalam dirinya, atau dengan (2) mendistorsi nilai-nilai baru yang akan diintrojeksi/diasimilasi.

11. Pengalaman yang terjadi dalam kehidupan seseorang akan diproses oleh kesadaran dalam tingkatan yang berbeda. **Disimbolkan** (*symbolized*): diamati dan disusun dalam hubungannya dengan *self*. **Dikaburkan** (*distorted*): tidak ada hubungan dengan struktur *self*. **Diingkari atau diabaikan** (*denied* atau *ignore*): pengalaman itu disimbolkan, tetapi diabaikan karena kesadaran tidak memerhatikan pengalaman atau diingkari karena tidak konsisten dengan struktur *self*.
12. Umumnya tingkah laku konsisten dengan konsep *self*.
13. Tingkah laku yang didorong oleh kebutuhan organis yang tidak dilambangkan bisa tidak konsisten dengan *self*. Tingkah laku semacam itu dilakukan untuk memelihara gambaran diri (*self-image*) dan tidak diakui sebagai milik/bagian dari dirinya.
14. Salahsuaui psikologis (*Psychological maladjustment*) akibat adanya tekanan, terjadi apabila organisme menolak menyadari pengalaman sensorik yang tidak dapat disimbolkan dan disusun dalam kesatuan struktur *self*-nya.
15. Penyesuaian psikologis (*psychological*) terjadi apabila organisme dapat menampung atau mengatur semua pengalaman sensorik dalam hubungan yang harmonis dalam konsep diri.
16. Setiap pengalaman yang tidak sesuai dengan struktur *self* akan diamati sebagai ancaman (*threat*).
17. Dalam kondisi tertentu, khususnya dalam kondisi bebas dari ancaman terhadap struktur *self* (suasana terapi bersifat klien), pengalaman yang tidak konsisten dengan *self* dapat diamati dan diuji (untuk dicari konsistensinya dengan *self*), dan struktur *self* direvisi untuk dapat mengasimilasi pengalaman itu.
18. Apabila organisme mengamati dan menerima semua pengalaman sensoriknya dalam sistem yang integral dan konsisten, ia akan lebih mengerti dan menerima orang lain

sebagai individu yang berbeda. Orang yang defensif dan mengingkari perasaannya cenderung iri dan benci kepada orang lain yang akan merusak hubungan sosialnya.

19. Semakin banyak individu mengamati dan menerima pengalaman sensorik dalam struktur *self*-nya, kemungkinan terjadinya introjeksi/revisi nilai-nilai semakin besar. Hal ini berarti terjadi proses penilaian yang berlanjut terus-menerus (*continuing valuing process*) terhadap sistem struktur *self*.⁷

Rogers tidak terlalu memberi perhatian pada teori kepribadian. Baginya, cara mengubah dan perhatian terhadap proses perubahan kepribadian jauh lebih penting daripada karakteristik kepribadiannya. Sekalipun demikian, karena konseling selalu memerhatikan perubahan-perubahan kepribadian, atas dasar pengalamannya, Rogers memiliki pandangan khusus yang sekaligus menjadi dasar dalam menerapkan asumsi-asumsinya terhadap proses konseling. Dari sembilan belas rumusnya mengenai hakikat pribadi, diperoleh tiga konstruk yang menjadi dasar penting dalam teorinya, yaitu **organisme**, **medan fenomena**, dan **self**.

a. **Organisme** merupakan keseluruhan totalitas individu yang meliputi pemikiran, perilaku, dan keadaan fisik. Organisme mempunyai satu kecenderungan dan dorongan dasar, yaitu mengaktualisasikan, mempertahankan, dan mengembangkan diri. Organisme mengandung tiga pengertian, yaitu:

1. **Makhluk hidup**: organisme adalah makhluk lengkap dengan fungsi fisik dan psikologiknya. Organisme adalah tempat semua pengalaman, segala sesuatu yang secara potensial terdapat dalam kesadaran setiap saat, yaitu persepsi seseorang mengenai *event* yang terjadi dalam diri dan di dunia eksternal.

⁷ Alwisal, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 318-320.

2. **Realitas subjektif**: organisme menanggapi dunia seperti yang diamati atau dialaminya. Realita adalah medan persepsi yang sifatnya subjektif, bukan fakta benar-salah. Realita subjektif semacam itulah yang menentukan/membentuk tingkah laku.
3. **Holisme**: organisme adalah satu kesatuan sistem sehingga perubahan pada satu bagian akan memengaruhi bagian lain. Setiap perubahan memiliki makna pribadi dan bertujuan, yaitu tujuan mengaktualisasi, mempertahankan, dan mengembangkan diri.

b. **Medan fenomenal** (*phenomenal field*) merupakan keseluruhan pengalaman seseorang yang diterimanya, baik yang disadari maupun yang tidak disadari. Kita mampu memahami *fenomenal field* seseorang hanya dengan menggunakan kerangka pemikiran internal individu yang bersangkutan (*internal frame of reference*). Artinya, keseluruhan pengalaman (*the totality of experience*), baik yang internal maupun eksternal, disadari atau tidak disadari dinamakan medan fenomena. Medan fenomena adalah seluruh pengalaman pribadi seseorang sepanjang hidupnya di dunia sebagaimana persepsi subjektifnya.

Beberapa deskripsi tersebut menjelaskan pengertian medan fenomena, yaitu:

1. pengalaman internal (persepsi mengenai diri sendiri) dan pengalaman eksternal (persepsi mengenai dunia luar);
2. pengalaman yang disimbolkan (diamati dan disusun dalam kaitannya dengan diri sendiri), disimbolkan tetapi diingkari/dikaburkan (karena tidak konsisten dengan struktur dirinya), dan tidak disimbolkan atau diabaikan (karena diamati tidak mempunyai hubungan dengan struktur diri). Pengalaman yang disimbolkan disadari,

sedangkan pengalaman yang diingkari dan yang diabaikan tidak disadari;⁸

3. semua persepsi bersifat subjektif, benar bagi dirinya sendiri;
4. medan fenomena seseorang tidak dapat diketahui oleh orang lain melalui inferensi empatik, itu pun pengetahuan yang diperoleh tidak akan sempurna.⁹

c. **Self**, yaitu bagian medan fenomenal yang terdiferensiasikan dan terdiri atas pola-pola pengamatan dan penilaian sadar dari "I" atau "me".¹⁰

Dengan demikian, konsep "diri" merupakan salah satu konstruk sentral dalam teori Rogers. Ia memberikan suatu penjelasan yang menarik, sebagaimana yang ditulis dalam bukunya;

"Berbicara secara pribadi, saya memulai karya saya dengan keyakinan yang mantap bahwa 'diri' adalah suatu istilah yang kabur, ambigu atau bermakna ganda, istilah yang tidak berarti secara ilmiah, dan telah hilang dari kamus para psikolog, bersama menghilangnya para introspeksionis. Dari sebab itu, saya lambat menyadari bahwa apabila klien-klien diberi kesempatan untuk mengungkapkan masalah-masalah mereka dan sikap-sikap mereka dalam istilah-istilah mereka, tanpa suatu bimbingan atau interpretasi, ternyata mereka cenderung berbicara tentang diri...Tampaknya jelas,...bahwa diri merupakan suatu unsur penting dalam pengalaman klien, dan aneh-karena tujuannya adalah menjadi 'diri-sejati'-nya."¹¹

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa *self* merupakan satu-satunya struktur kepribadian yang sebenarnya. Hal tersebut dapat

8 Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2005), hlm. 321-322.

9 Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 321-322.

10 <http://psydanastri.blogspot.com/2012/03/carl-rogers.html>

11 Gardner Lindzey, Calvin, *Teori-teori Holistik Psikologi Kepribadian*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 134.

dilihat dari penjelasan Roger mengenai *self* yang telah tertuang dalam 19 rumusan Rogers. Kesembilan belas rumusan tentang *self* dapat disimpulkan sebagai berikut.

- a) *Self* terbentuk melalui diferensiasi medan fenomena.
- b) *Self* juga terbentuk melalui introjeksi nilai-nilai orang tertentu (*significant person*=orangtua) dan dari distorsi pengalaman.
- c) *Self* bersifat integral dan konsisten.
- d) Pengalaman yang tidak sesuai dengan struktur *self* dianggap sebagai ancaman.
- e) *Self* dapat berubah sebagai akibat kematangan biologis dan belajar.

Dalam teori Rogers tersebut, secara implisit terdapat dua manifestasi lain dari *kongruensi-inkongruensi*, yaitu antara *kenyataan subjektif* (medan fenomenal) dan *kenyataan luar* (dunia sebagaimana adanya). Selain itu, tingkat kesesuaian diri antara diri dan diri ideal. Apabila perbedaan antara diri dan diri ideal adalah besar, orang merasa tidak puas dan tidak dapat menyesuaikan diri.¹²

Oleh karena itu, kepribadian menurut Rogers merupakan hasil dari interaksi yang terus-menerus antara organisme, *self*, dan medan fenomenal. Untuk memahami perkembangan kepribadian perlu dibahas tentang dinamika kepribadian berikut.

1. Kecenderungan mengaktualisasikan diri

Rogers beranggapan bahwa organisme manusia adalah unik dan memiliki kemampuan untuk mengarahkan, mengatur, mengontrol dirinya, dan mengembangkan potensinya. Kecenderungan mengaktualisasikan ini sifatnya terarah, konstruktif, dan ada dalam kehidupannya. Kecenderungan mengaktualisasi sebagai daya dorong (*motive force*) individu bersifat inheren karena

12 Alwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 322.

dimiliki sejak dilahirkan. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan bayi untuk memberikan penilaian yang terasa baik (*actualizing*) dan yang terasa tidak baik (*nonactualizing*) terhadap peristiwa yang diterimanya.

2. Penghargaan positif dari orang lain

Self berkembang dari interaksi yang dilakukan organisme dengan realitas lingkungannya, dan hasil interaksi ini menjadi pengalaman bagi individu. Lingkungan sosial yang sangat berpengaruh adalah orang-orang yang bermakna baginya, seperti orangtua atau terdekat lainnya. Seseorang akan berkembang positif apabila dalam berinteraksi mendapatkan penghargaan, penerimaan, dan cinta dari orang lain (*positive regard*). Penghargaan positif yang diberikan kepada individu tidak diberikan dengan cara memaksa atau bersyarat karena pemberian penghargaan yang bersyarat akan menghambat pertumbuhannya.

3. Person yang berfungsi secara utuh

Individu yang terpenuhi kebutuhannya, yaitu memperoleh penghargaan positif tanpa syarat dan mengalami penghargaan diri akan dapat mencapai kondisi yang kongruensi antara *self* dan pengalamannya, pada akhirnya ia dapat mencapai penyesuaian psikologis secara baik. Rogers menegaskan bahwa orang seperti ini menjadi pribadi yang berfungsi secara sempurna (*fully functional person*), yang ditandai oleh keterbukaan terhadap pengalaman, percaya pada organismenya, dapat mengekspresikan perasaan secara bebas, bertindak secara mandiri, dan kreatif (Rogers, 1970). *Fully functioning* ini pada dasarnya sebagai tujuan hidup manusia.

C. Dinamika Kepribadian

Menurut Rogers, organisme mengaktualisasikan dirinya menurut garis-garis yang diletakkan oleh hereditas. Ketika organisme itu matang, ia semakin berdiferensiasi, luas, otonom, dan

tersosialisasikan. Rogers menyatakan bahwa pada dasarnya tingkah laku adalah usaha organisme yang bertujuan untuk memuaskan kebutuhan sebagaimana yang dialami, dalam medan fenomena sebagaimana medan fenomena itu dipersepsikan.¹³

Secara alami, kecenderungan aktualisasi akan menunjukkan diri melalui rentangan luas tingkah laku, yaitu (a) tingkah laku yang berakar pada proses fisiologis, termasuk kebutuhan dasar (makanan, minuman, dan udara), kebutuhan mengembangkan dan memerinci fungsi tubuh serta generasi; (b) tingkah laku yang berkaitan dengan motivasi psikologis untuk menjadi diri sendiri.

Tingkah laku yang tidak meredakan ketegangan, tetapi meningkatkan tegangan, yaitu tingkah laku yang memiliki motivasi untuk berkembang dan menjadi lebih baik.

Pandangan ini dikembangkan berdasarkan terapi yang dilakukannya. Kehidupan yang sebaik-baiknya bukan sasaran yang harus dicapai, melainkan arah bagi seseorang untuk berpartisipasi sepenuhnya sesuai dengan potensi alamiahnya. Berfungsi utuh merupakan istilah yang dipakai Rogers untuk menggambarkan individu yang memakai kapasitas dan bakatnya, merealisasi potensinya, dan bergerak menuju pemahaman yang lengkap mengenai dirinya sendiri dan seluruh rentang pengalamannya/*unconditional positive regards*.

1. Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri adalah proses menjadi diri sendiri dan mengembangkan sifat dan potensi psikologis yang unik. Aktualisasi diri akan dibantu atau dihalangi oleh pengalaman dan belajar, khususnya dalam masa kanak-kanak. Aktualisasi diri akan berubah sejalan dengan perkembangan hidup seseorang. Ketika mencapai usia tertentu (adolensi), seseorang akan mengalami pergeseran

13 Supratiknya, A. (editor), *Teori-teori Holistik: Organismik - Fenomenologis*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 136-137.

aktualisasi diri dari fisiologis ke psikologis. Tendensi dasar pertumbuhan ini mengaktualisasikan dan mengekspansikan diri sendiri –tampak paling jelas sekali apabila individu diamati dalam suatu jangka waktu yang lama. Ada suatu gerak maju pada kehidupan setiap orang; tendensi yang tidak henti-hentinya inilah yang merupakan satu-satunya kekuatan yang dapat diandalkan oleh ahli terapi untuk mengadakan perbaikan dalam diri klien.

Secara ringkas, Rogers mengasumsikan bahwa pada dasarnya ada peluang bagi semua tingkah laku manusia untuk diarahkan atau bertujuan meningkatkan kompetensinya, yang berarti mengaktualisasikan dirinya. Besarnya sumbangan tingkah laku terhadap tendensi aktualisasi diri dapat dinilai melalui proses penilaian organisme (*organismic valuing process*). Pengalaman tingkah laku yang meningkatkan dan mengembangkan *self* dinilai positif, sebaliknya pengalaman yang menghalangi aktualisasi diri dinilai negatif. Aktualisasi diri merupakan tujuan ideal, tidak seorang pun mampu mencapai aktualisasi potensinya secara tuntas. Rogers memercayai, tidak ada seorang pun yang dapat mencapai aktualisasi diri sepenuhnya sehingga tidak membutuhkan motivasi lagi. Menurutnya, akan selalu ada bakat yang harus dikembangkan, keterampilan yang harus dikuasai, atau dorongan biologis yang dapat dipuaskan secara lebih efisien.¹⁶

Meskipun Rogers tidak membahas teori pertumbuhan dan perkembangan, dan tidak melakukan riset jangka panjang yang mempelajari hubungan anak dengan orangtuanya, ia yakin adanya kekuatan yang tumbuh pada semua orang yang secara alami mendorong proses organisme semakin kompleks, ekspansi otonom, sosial, dan secara keseluruhan semakin aktualisasi-diri. Struktur *self* menjadi bagian terpisah dari medan fenomena dan semakin kompleks. *Self* berkembang secara utuh keseluruhan,

¹⁶ Atwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 323.

menyentuh semua bagian-bagiannya. Perkembangan *self* diikuti oleh kebutuhan penerimaan positif, dan penyaringan tingkah laku yang disadari agar tetap kongruen dengan struktur *self* sehingga dirinya berkembang menjadi pribadi yang berfungsi utuh. Pribadi yang berfungsi utuh menurut Rogers adalah individu yang memakai kapasitas dan bakatnya, merealisasi potensinya, dan bergerak menuju pemahaman yang lengkap mengenai dirinya dan seluruh rentang pengalamannya.

2. Perkembangan Psikopatologi

Menurut Rogers, orang *maladjustment* sepertinya tidak menyadari dengan perasaan yang mereka ekspresikan (yang ditangkap secara jelas oleh orang luar). Mereka juga tidak menyadari pernyataan yang bertentangan dengan *self*-nya dan menolak ekspresi yang dapat mengungkap hal itu.

3. Tidak Saling Sesuai (*Inhcongruence*)

Orang yang secara psikologis sangat sehat secara berkala tetap dihadapkan pada pengalaman yang mengancam konsep dirinya, yang memaksanya untuk mendistorsi atau mengingkari pengalamannya. Ketika pengalaman sangat tidak konsisten dengan struktur *self* atau pengalaman inkongruen sering timbul, tingkat kecemasan yang terjadi dapat merusak rutinitas dan orang menjadi neurotik.

4. Kecemasan dan Ancaman

Rogers mendefinisikan kecemasan sebagai "keadaan ketidaknyamanan atau ketegangan yang tidak diketahui sebabnya". Ketika orang semakin tidak menyadari ketidakkongruenan antara pengalaman dan perspsi dirinya, kecemasan berubah menjadi ancaman terhadap konsep diri kongruen, dan terjadi pergeseran konsep diri kongruen.

5. Tingkah Laku Bertahan

Rogers hanya mengklasifikasikan dua tingkah laku bertahan, yaitu distorsi dan denial (*distortion and denial*).

- a. *Distorsi*: pengalaman diinterpretasi secara salah dalam rangka menyesuaikan dengan aspek yang ada dalam konsep *self*. Seseorang memersepsi pengalaman secara sadar, tetapi gagal menangkap (tidak menginterpretasi) makna pengalaman seperti yang sebenarnya. Dapat menimbulkan bermacam *defense* dan tingkah laku salahsuai. Termasuk dalam distorsi adalah kompulsif, kompensasi, rasionalisasi, fantasi, proyeksi.
- b. *Denial*: orang menolak menyadari pengalaman atau menghalangi beberapa bagian dari pengalaman untuk disimbolisasi. Peningkaran itu dilakukan terhadap pengalaman yang tidak kongruen dengan konsep diri sehingga orang terbebas dari ancaman ketidak-kongruenan diri.

6. Psikoterapi

Rogers menamakan teknik terapinya dengan terapi berpusat pada klien. Terapi ini dikemukakan dalam paparan yang sederhana, tetapi dalam praktiknya sulit diaplikasikan. Secara singkat, pendekatan berpusat pada klien agar orang yang rentan dan cemas dapat mengembangkan jiwanya, mereka harus mengadakan konteks dengan terapis yang kongruen, dan dapat menciptakan suasana penerimaan tanpa syarat dan empati yang akurat. Di sinilah letak kesulitannya, konselor yang kongruen, menerima positif tanpa syarat, dan pemahaman empati tidak mudah ditemukan.

Konseling berpusat klien dapat dideskripsikan dalam bentuk jika-maka: Jika kondisi terapis kongruen, menerima tanpa syarat – dan empatis dapat diciptakan maka proses terapi akan berjalan lancar. Jika proses terapi berjalan maka dapat diharapkan hasilnya dapat mengembangkan klien ke arah yang dikehendaki.¹⁵

15 Ahwisol, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 330-333.

D. Model Psikoterapi Carl R. Roger

Rogers adalah salah seorang peletak dasar dari gerakan potensi manusia yang menekankan perkembangan pribadi melalui latihan sensitivitas, kelompok pertemuan, dan latihan lainnya yang ditujukan untuk membantu orang agar memiliki pribadi yang sehat. Ia membangun teorinya berdasarkan praktik interaksi terapeutik dengan para pasiennya. Teorinya dinamakan "*person-centered theory*".¹⁶

Selain itu, Rogers juga seorang psikoterapis yang melibatkan peneliti dalam sesi terapi (memakai *tape recorder*) yang pada tahun 1940-an membuka sesi klien yang masih tabu dicermati oleh orang lain. Dengan cara itu, orang mulai belajar tentang hakikat psikoterapi dan proses beroperasinya. Model terapi yang dikembangkan oleh Rogers lebih dikenal dengan sebutan *client centered*. Dibandingkan dengan teknik terapi yang ada masa itu, teknik ini merupakan pembaharuan karena mengasumsikan posisi yang sejajar antara terapis dan pasien (dalam konteks ini pasien disebut klien). Hubungan terapis-klien diwarnai kehangatan, saling percaya, dan klien diperlakukan sebagai orang dewasa yang dapat mengambil keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas keputusannya. Tugas terapis adalah membantu klien mengenali masalahnya sehingga dapat menemukan solusi bagi dirinya.

Menurut Rogers, seorang terapis harus *genuine* dan tidak bersembunyi di balik perilaku defensif. Mereka harus membiarkan klien memahami perasaannya. Terapis juga harus berusaha memahami dunia klien dan membuat klien merasa nyaman dalam proses terapi. Rogers memandang proses terapeutik sebagai model dari hubungan interpersonal. Inilah yang mendasari ia memformulasikan teori hubungan interpersonal yang diringkas sebagai berikut.

16 Yusuf Syamsu dkk., *Teori Kepribadian...*, hlm. 143.

1. Minimal dua orang yang bersedia terjadinya kontak.
2. Masing-masing mampu dan bersedia untuk menerima komunikasi dari yang lainnya.
3. Berhubungan terus-menerus dalam beberapa waktu.

Menurut Rogers, klien datang kepada konselor dalam keadaan tidak selaras, yaitu terdapat ketidakcocokan antara persepsi diri dan pengalaman dalam kenyataan. Pada mulanya, klien mungkin mengharapkan terapis akan menyediakan jawaban dan pengarahan atau memandang terapis sebagai seorang ahli yang menyediakan pemecahan ajaib. Hal-hal yang mendorong klien untuk menjalani terapi adalah perasaan tidak berdaya, tidak kuasa, dan tidak berkemampuan untuk membuat keputusan dalam mengarahkan hidupnya secara efektif. Klien berharap menemukan jalan melalui pengajaran dari terapis. Untuk itu, dalam kerangka *client centered*, klien dengan segera belajar bahwa ia bertanggung jawab atas dirinya sendiri, dan belajar lebih bebas untuk memperoleh pemahaman diri yang lebih besar melalui hubungan dengan terapis.

Teknik Riset Rogers

Rogers menjadi pelopor riset ilmiah dalam konseling dan psikoterapi. Pendekatan yang dipakainya, antara lain *content analysis*, *rating scale*, dan *Q-techniques*. Analisis isi (*content analysis*) adalah prosedur menganalisis verbalisasi klien (merekam, mengklasifikasi, menghitung pernyataan klien) untuk menguji berbagai hipotesis atau proposisi tentang hakikat kepribadian, atau meneliti perubahan konsep diri yang terjadi dalam terapi. Skala rating (*rating scale*) dipakai untuk meneliti kualitas hubungan terapi. Rating dilakukan oleh klien secara bebas menurut apa yang dirasakannya. *Q-techniques* adalah model asesmen untuk meneliti pandangan orang tentang dirinya sendiri. *Q-sort* atau *Q-techniques* adalah *self rating*, sehingga timbul *defensiveness*; usaha tampil yang dapat diterima, baik di mata dirinya sendiri maupun orang lain.

Kesimpulan

Psikologi humanistik dimulai di Amerika Serikat dan Eropa pada tahun 1950-an, dan semakin tumbuh dengan pesat dalam jumlah pengikut ataupun dalam lingkup pengaruhnya. Psikologi humanistik lahir dari ketidakpuasan terhadap jalan yang ditempuh oleh psikologi pada awal abad ke-20. Ketidakpuasan itu tertuju pada gambaran manusia yang dibentuk oleh psikologi modern, gambaran yang parsial, tidak lengkap, dan satu sisi.

Psikologi humanistik mencoba melihat kehidupan manusia sebagaimana manusia melihat kehidupan mereka. Mereka cenderung berpegang pada perspektif optimistis tentang sifat alamiah manusia. Mereka berfokus pada kemampuan manusia untuk berpikir secara sadar dan rasional dalam mengendalikan hasrat biologisnya, serta dalam meraih potensi maksimalnya. Dalam pandangan humanistik, manusia bertanggung jawab terhadap hidup dan perbuatannya serta mempunyai kebebasan dan kemampuan untuk mengubah sikap dan perilaku. Fokus dari perspektif humanistik adalah pada diri, yang diterjemahkan menjadi "ANDA".

Ide pokok teori Rogers, yaitu individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk memahami diri, menentukan hidup, dan menangani masalah-masalah psikisnya selama konselor menciptakan kondisi yang dapat mempermudah perkembangan individu untuk aktualisasi diri.

Menurut Rogers, motivasi orang yang sehat adalah aktualisasi diri. Jadi, manusia yang sadar dan rasional tidak lagi dikontrol oleh peristiwa kanak-kanak seperti yang diajukan oleh aliran Freudian, misalnya *toilet training*, penyapihan ataupun pengalaman seksual sebelumnya.

Konsepsi-konsepsi pokok dalam teori Rogers adalah:

1. *organisme*, yaitu keseluruhan individu (*the total individual*);
2. *self*, yaitu bagian medan fenomenal yang terdiferensiasikan dan terdiri atas pola-pola pengamatan dan penilaian sadar daripada "I" atau "me".

Kelemahan atau kekurangan pandangan Rogers terletak pada perhatiannya, yang melihat kehidupan diri sendiri dan bukan pada bantuan untuk pertumbuhan serta perkembangan orang lain. Gagasan bahwa seseorang harus dapat memberikan respons secara realistis terhadap dunia sekitarnya masih sangat sulit diterima. Rogers juga mengabaikan aspek-aspek sadar dalam tingkah laku manusia. **Semua orang tidak dapat melepaskan subjektivitas dalam memandang dunia karena kita pun tidak tahu dunia itu secara objektif.** Rogers juga mengabaikan aspek-aspek tidak sadar dalam tingkah laku manusia karena ia lebih melihat pada pengalaman masa sekarang dan masa depan, bukan pada masa lampau penuh dengan pengalaman traumatis, yang menyebabkan seseorang mengalami penyakit psikologis.

TEORI HIERARCHY OF NEEDS ABRAHAM MASLOW

A. Biografi Abraham Maslow

Abraham Maslow dilahirkan di Brooklyn, New York, pada tanggal 1 April 1908. Orangtuanya adalah imigran Yahudi Rusia yang pindah ke Amerika Serikat dengan tujuan memperoleh kehidupan yang lebih baik. Maslow dibesarkan dalam keluarga Yahudi dan merupakan anak tertua dari tujuh bersaudara. Masa muda Maslow berjalan dengan tidak menyenangkan karena hubungan yang buruk dengan kedua orangtuanya. Pada masa anak-anak dan remaja, Maslow merasa sangat menderita karena perlakuan orangtuanya, terutama ibunya. Hal ini menjadikan Maslow kesepian pada masa kanak-kanak dan remaja. Perlakuan orangtuanya berikut akibatnya Maslow menulis, "Jika mengingat masa kanak-kanak saya, cukup menggirangkan bahwa saya tidak menjadi psikotik. Saya adalah anak Yahudi di tengah-tengah anak non-Yahudi. Di sekolah, saya diperlakukan sama dengan perlakuan yang diperoleh anak-anak Negro, terisolasi, dan



Abraham Maslow

Sumber:
communicationtheory.
org

tidak bahagia. Jelasnya, saya tumbuh di perpustakaan di antara buku-buku, tanpa teman.

Keluarga Maslow sangat berharap ia dapat meraih sukses melalui dunia pendidikan. Untuk menyenangkan ayahnya, Maslow sempat belajar di bidang hukum, tetapi gagal. Akhirnya ia mengambil bidang studi psikologi di University of Wisconsin, dan memperoleh gelar bachelor pada tahun 1930, master pada tahun 1931, dan Ph.D. pada tahun 1934. Ketika masih kuliah, Maslow menikah dengan Bertha Goodman.

Maslow memutuskan untuk belajar psikologi, terutama karena pengaruh behaviorisme Watson. Bagi Maslow saat itu, behaviorisme merupakan sesuatu yang menarik. Teori behaviorisme yang disebut dengan Mazhab Kedua adalah karya para ahli yang berhubungan erat dalam bidang ilmu tingkah laku. Dengan mengikuti program-program yang diadakan oleh Watson, Maslow berharap dapat mengubah dunia. Selain Watson, tokoh yang dikagumi dan diikuti Maslow adalah Koffka, tokoh psikologi gestalt; Dreisch, tokoh terkemuka dalam bidang biologi; Molejohn seorang tokoh ahli filsafat.¹ Akan tetapi, ketiga orang itu tidak ia jumpai karena mereka hanya guru besar tamu. Untuk mengobati kekecewaannya, Maslow menyusun disertasi di bawah bimbingan Harry F. Harlow.

Maslow mengawali karier akademis dan profesionalnya dengan memegang jabatan sebagai asisten instruktur psikologi di Universitas Wisconsin (1930-1934) sebagai staf pengajar (1934-1935). Kemudian, menjadi staf peneliti di Universitas Columbia hingga tahun 1937. Di sana ia bekerja sebagai asisten Edward L. Thorndike, salah satu tokoh behaviorisme. Setelah itu, Maslow menjadi guru besar pembantu di Brooklyn College, New York sampai tahun 1951. Ia mengatakan bahwa New York pada akhir

1 E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 109-115.

1930-an dan awal tahun 1940-an, ketika mengajar di sana, sebagai pusat psikologi. Di kota inilah, ia bertemu dengan tokoh intelektual Eropa yang melarikan diri ke Amerika Serikat karena penindasan Hitler. Tokoh-tokoh tersebut di antaranya Erich Fromm, Alfred Adler, Karen Horney, Ruth Benedict, dan Max Wertheimer. Tokoh-tokoh lain yang diakuinya memiliki pengaruh adalah Margaret Mead, Gardner Murphy, Rollo May, Carl Rogers, Kurt Goldstein, Gordon Allport, yang semuanya merupakan tokoh-tokoh terdepan dalam psikologi.

Pada hari-hari pertama pecahnya Perang Dunia II pada tahun 1941, Maslow mengabdikan seluruh sisa hidupnya untuk menemukan sebuah teori tentang tingkah laku manusia yang akan bermanfaat bagi dunia. Teori ini berhasil meruntuhkan sejumlah premis dasar selama empat atau lima dekade terakhir yang telah mendominasi teori tentang tingkah laku di Amerika. Teori baru yang disebut Psikologi Mazhab Ketiga ini, sebuah nama yang diciptakan Maslow untuk membedakan karyanya dengan tokoh lain dari kedua teori besar tentang tingkah laku manusia, yaitu Freudianisme dan Behaviorisme. Freudianisme yang terkenal dengan teori psikoanalisis sangat dipengaruhi oleh pemikiran Darwin yang beranggapan bahwa manusia adalah produk evolusi yang terjadi secara kebetulan. Maslow keberatan dengan pendapat Freud yang menganggap bahwa semua bentuk tingkah laku manusia adalah hasil belajar, bukan sesuatu yang kodrati pada manusia. Dalam psikologi, aliran yang pesimistis ini dikenal dengan Mazhab Pertama.²

Adapun julukan Mazhab Kedua dalam bidang ilmu tingkah laku secara umum dirumuskan oleh John B. Watson (1878-1958). Psikologi Mazhab Kedua berbicara tentang teori yang mengatakan bahwa manusia pada dasarnya dilahirkan netral atau kertas putih

2 Calvin S. Hall and Gardner Lindzey, *Theories of Personality*, terj. A. Supratiknya, *Psikologi Kepribadian 2 Teori-teori Holistik: Organistik-Fenomenologis*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 10.

kosong. Lingkunganlah yang menentukan arah perkembangan tingkah laku manusia melalui proses belajar. Artinya, perkembangan manusia ditentukan oleh lingkungan.³ Pendapat ini sama dengan pendapat aliran Empirisme oleh John Locke sebagai tokoh utamanya. Aliran Empirisme berpendapat bahwa perkembangan itu semata-mata bergantung pada faktor lingkungan, sedangkan dasar atau pembawaan manusia sejak lahir tidak memainkan peranan.⁴

Pada tahun 1951 hingga 1961, Maslow menjadi kepala Departemen Psikologi Universitas Brandeis. Dalam periode ini, Maslow menjadi juru bicara utama bagi gerakan psikologi humanistik di Amerika Serikat. Pada tahun 1969, Maslow meninggalkan Brandeis dan menjadi anggota yayasan W.P. Laughlin di Menlo Park California.

Maslow menggabungkan diri dengan sejumlah perhimpunan profesional. Ia menjadi anggota dewan studi psikologi bagi masalah-masalah sosial, ketua perhimpunan psikologi negara bagian Massachusetts, kepala divisi kepribadian dan psikologi sosial pada perhimpunan psikologi Amerika (APA), kepala divisi etika, dan akhirnya memegang jabatan sebagai presiden perhimpunan psikologi Amerika pada tahun 1967-1968. Selain jabatan-jabatan tersebut, Maslow menjadi editor pada beberapa jurnal psikologi, di antaranya psikologi humanistik dan *humanistic transpersonal*, serta menjadi editor ahli dalam beberapa penerbitan berkala.

Abraham Maslow dikenal sebagai pelopor aliran psikologi humanistik. Humanistik adalah aliran dalam psikologi yang muncul tahun 1950-an sebagai reaksi terhadap behaviorisme dan psikoanalisis. Aliran ini secara eksplisit memberikan perhatian

³ *Ibid.*

⁴ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1995), hlm. 187.

pada dimensi manusia dari psikologi dan konteks manusia dalam pengembangan teori psikologis. Permasalahan ini dirangkum dalam lima postulat Psikologi Humanistik dari James Bugental (1964), sebagai berikut:

1. manusia tidak dapat direduksi menjadi komponen-komponen;
2. manusia memiliki konteks yang unik di dalam dirinya;
3. kesadaran manusia menyertakan kesadaran akan diri dalam konteks orang lain;
4. manusia mempunyai pilihan dan tanggung jawab;
5. manusia bersifat intensional, mencari makna, nilai, dan memiliki kreativitas.

Pendekatan humanistik ini mempunyai akar pada pemikiran eksistensialisme dengan tokoh-tokohnya, seperti Kierkegaard, Nietzsche, Heidegger, dan Sartre.⁵ Maslow tertarik pada psikologi pertumbuhan, dan sampai akhir hayatnya (1970), ia mendukung Essalen Institut di California dan kelompok lain yang melibatkan diri dalam gerakan daya manusia.⁶

Sebagian besar buku Maslow ditulis dalam sepuluh tahun terakhir dari hidupnya, yaitu *Toward a Psychology of Being* (1962), *Religious and Peak Experiences* (1964), *Eupsychian Management; a Journal* (1965), *The Psychology of Science; a Reconnaissance* (1966), *Motivasion Personality* (1970), *The Father Reaches of Human Nature*.

B. Proposisi Abraham Maslow atas Teori Motivasi

Sebelum menguraikan teori tentang Hierarki Kebutuhan, Maslow dalam karya termasyhurnya, *Motivation and Personality*, memaparkan sejumlah proposisi yang harus diperhatikan sebelum seseorang menyusun teori motivasi yang sehat. Maslow mengakui

⁵ Adang Hambali & Ujam Jaenudin, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 179.

⁶ E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 109-115.

bahwa sejumlah proposisi sangat benar dalam arti dapat diterima oleh banyak kalangan. Sejumlah proposisi lain kurang dapat diterima dan dapat diperdebatkan. Maslow untuk tidak begitu saja memutlakan teorinya. Dikarenakan teori ini berkenaan dengan manusia yang dinamis multidimensional, jelas bahwa pandangan tertentu kurang universal. Berikut ini sejumlah proposisi awal untuk memahami jalan pikiran Maslow.⁷

1. Individu sebagai Kesatuan Terpadu

Maslow pertama-tama menekankan bahwa individu merupakan kesatuan yang terpadu dan terorganisasi. Pernyataan ini hampir menjadi aksioma yang diterima oleh semua orang, yang kemudian sering dilupakan dan diabaikan ketika seseorang melakukan penelitian. Maslow memberikan contoh: yang membutuhkan makanan bukanlah perut John Smith semata-mata, melainkan seluruh individu John Smith sebagai kesatuan. Dengan kata lain, makanan akan memuaskan rasa lapar John Smith, bukan rasa lapar pada perut John Smith.

2. Cara dan Tujuan

Apabila kita telisik keinginan dalam pengalaman sehari-hari, hal penting untuk disadari adalah perbedaan antara cara dan tujuan. Kebutuhan umumnya lebih merupakan cara atau sarana bagi tujuan, bukan tujuan itu sendiri. Misalnya, kita menginginkan atau membutuhkan uang untuk membeli mobil. Analisis selanjutnya menunjukkan bahwa kita menginginkan mobil karena para tetangga memilikinya dan kita tidak ingin merasa kurang dari mereka. Ini merupakan persoalan harga diri dan kebutuhan untuk dihormati. Ada gejala dan ada pula arti di balik gejala, yakni tujuan yang lebih dasar. Intinya kita harus menemukan tujuan terdalam seseorang ketika menginginkan sesuatu apabila tidak ingin terjatuh dalam pemuasan kebutuhan yang tidak tepat sasaran.

⁷ <http://prohumancapital.blogspot.com/2008/07/aktualisasi-teori-motivasi-abraham.html>

Tujuan-tujuan lebih universal daripada cara-cara yang ditempuh untuk mencapainya. Karena faktor budaya, misalnya bisa saja tujuan yang sama, seperti harga diri, dicapai individu dalam masyarakat tertentu dengan menjadi prajurit, dan dalam masyarakat lain, harga diri tersebut dicapai dengan menjadi dokter. Karena perbedaan perilaku individu dalam pemuasan kebutuhan tersebut, orang sering membuat perbedaan atas tujuan yang sama. Meskipun beragam budaya, umat manusia lebih banyak serupa daripada yang terlihat dan disangka banyak orang.

3. Motivasi Ganda

Seseorang dapat menjelaskan motivasi tertentu yang mendasari perilakunya. Akan tetapi, tidak jarang, ada pula motivasi lain yang tidak disadari oleh individu itu. Satu gejala sekaligus dapat menggambarkan bermacam-macam keinginan yang berbeda-beda, bahkan kepentingan yang bertentangan satu sama lain. Teori motivasi yang sehat tidak boleh mengabaikan aspek kehidupan alam bawah sadar. Gejala psikopatologis kelumpuhan misalnya, dapat menggambarkan dipenuhinya sekaligus keinginan akan balas dendam, dikasihani, dan dihormati. Jika gejala ini hanya dilihat sebagai gejala lahiriah tanpa menelaah kemungkinan keinginan atau motivasi bawah sadar, berarti kita telah meniadakan kemungkinan untuk memahami seluruh perilaku dan keadaan motivasional seorang individu.

4. Tata Hubungan Motivasi

Manusia adalah makhluk yang mempunyai keinginan dan jarang mencapai keadaan puas sepenuhnya, kecuali untuk waktu yang singkat. Apabila keinginan yang satu telah terpenuhi, keinginan lainnya akan timbul menggantikan keinginan sebelumnya. Jika keinginan itu pun terpenuhi, masih ada keinginan lainnya yang akan menyusul, dan begitu seterusnya. Kenyataan ini menuntut kita untuk menelaah tata hubungan semua motivasi satu sama lain. Pada saat yang sama, kita juga harus melepaskan unit-

unit motivasi yang tersendiri untuk mencapai pengertian lebih luas yang dicari.

5. Tolak Daftar Dorongan Dikotomis

Tidak ada gunanya membuat daftar dorongan (stimulus) yang muncul. Semua dorongan tersebut satu sama lain bukanlah hal-hal yang terpilah-pilah. Pendaftaran dorongan secara dikotomis mengabaikan sifat dinamis dari dorongan-dorongan itu, misalnya segi-segi kesadaran dan ketidaksadaran mungkin berbeda-beda, atau suatu keinginan tertentu sebenarnya dapat merupakan saluran bagi pengungkapan berbagai keinginan lainnya, dan sebagainya. Pada kenyataannya, dorongan-dorongan juga tidak mengelompokkan diri secara aritmetik dan tersendiri dengan ciri-ciri. Umumnya terdapat tumpang-tindih sehingga hampir tidak mungkin secara jelas dan tajam memisahkan dorongan yang satu dari yang lain.

6. Lingkungan

Setiap teori motivasi harus memperhitungkan fakta pengaruh lingkungan. Motivasi manusia jarang mewujudkan diri dalam suatu perilaku yang lepas dari situasi dan orang-orang lain. Namun, pengakuan akan pengaruh situasi lingkungan hendaknya tidak berlebihan karena pusat telaah tetap organisme atau struktur watak dari individu. Teori motivasi yang sehat harus mempertimbangkan situasi, tetapi tidak boleh terjebak dalam teori situasi murni. Telaah tentang motivasi tidak meniadakan atau menyangkal telaah tentang penentu-penentu situasional. Pada sisi lain, telaah motivasi jangan pula melupakan sifat intrinsik organisme demi kepentingan pemahaman dunia tempat organisme itu hidup.

7. Kemungkinan Mencapai Hasil

Sebagaimana J. Dewey dan Thorndike, Maslow menekankan aspek motivasi yang sering diabaikan kebanyakan psikolog, yakni

kemungkinan. Pada umumnya, secara sadar kita mendambakan apa yang menurut pikiran kita dapat dicapai. Apabila penghasilan seseorang bertambah, ia sadar bahwa dirinya secara aktif mengharapkan untuk memperoleh hal-hal yang diidamkan beberapa tahun sebelumnya. Apabila rata-rata orang mendambakan mobil dan rumah, hal itu lumrah dan merupakan kemungkinan yang nyata. Mereka tidak mendambakan pesawat jet atau kapal pesiar karena berada di luar jangkauan rata-rata kemampuannya. Mungkin sekali bahwa secara tidak sadar, pun, ia tidak mendambakannya. Faktor kemungkinan untuk mencapai hasil ini penting diperhatikan dalam usaha memahami perbedaan motivasi di antara berbagai kelas dalam masyarakat atau antarindividu dari negara atau kebudayaan yang berbeda-beda.

8. Pengetahuan Mengenai Motivasi Sehat

Proposisi ini merupakan nilai lebih dari pandangan Maslow dibandingkan dengan kedua mazhab psikologi sebelumnya. Menurut Maslow, sebagian besar ahli motivasi mendapatkan data dari para psikoterapis yang sedang merawat pasien. Padahal, pasien-pasien itu merupakan sumber kekeliruan yang besar karena mereka merupakan contoh yang kurang baik dari suatu populasi. Sebagai asas sekalipun, kehidupan motivasional para penderita gangguan emosi harus ditolak sebagai contoh bagi motivasi sehat. Teori motivasi yang sehat merupakan kesimpulan dari penelitian atas orang-orang yang sehat pula. Oleh karena itu, sampel penelitian Maslow adalah orang-orang yang ternama dalam sejarah manusia.

C. Teori Kebutuhan Abraham Maslow

Teori Abraham Maslow tentang motivasi manusia dapat diterapkan pada hampir seluruh aspek kehidupan pribadi serta

kehidupan sosial.⁸ Individu merupakan keseluruhan yang padu dan teratur. "Manusia dimotivasi oleh sejumlah kebutuhan dasar yang bersifat sama untuk setiap spesies, tidak berubah, dan berasal dari sumber genetis atau naluriah". Ini merupakan konsep fundamental unik dari pendirian teoretis Maslow. Kebutuhan-kebutuhan itu juga bersifat psikologis, bukan semata-mata fisiologis. Kebutuhan-kebutuhan itu merupakan kodrat manusia, hanya mereka itu lemah, mudah diselewengkan, dan dikuasai oleh proses belajar, kebiasaan atau tradisi yang keliru.

Maslow berpendapat, "Kebutuhan-kebutuhan itu merupakan aspek-aspek intrinsik kodrat manusia yang tidak dimatikan oleh kebudayaan, hanya ditindas." Pandangan ini menantang keyakinan lama dan cukup tahan uji ini yang dianut oleh banyak orang bahwa naluri memiliki sifat kuat, tidak dapat diubah dan jahat. Maslow justru mengajukan sebaliknya, "Kebutuhan-kebutuhan dengan mudah dapat diabaikan atau ditekan dan tidak jahat, tetapi netral atau justru baik." Ia melukiskan manusia sebagai makhluk yang tidak pernah berada dalam keadaan sepenuhnya puas. Bagi manusia, kepuasan itu sifatnya sementara. Jika suatu kebutuhan telah terpenuhi, kebutuhan lainnya akan menuntut pemuasan. Begitu seterusnya.⁹

Suatu sifat dapat dipandang sebagai kebutuhan dasar jika memenuhi syarat berikut:¹⁰

1. ketidakhadirannya menimbulkan penyakit;
2. kehadirannya mencegah timbulnya penyakit;
3. pemulihannya menimbulkan penyakit;
4. dalam situasi-situasi tertentu yang sangat kompleks dan orang bebas memilih, orang yang sedang berkekurangan ternyata

8 Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hlm. 69.

9 E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian*, (Bandung: Eresco, 1991), hlm. 118.

10 Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hlm. 70.

mengutamakan kebutuhan itu dibandingkan dengan jenis-jenis kepuasan lainnya;

5. kebutuhan itu tidak aktif, lemah atau secara fungsional tidak terdapat pada orang yang sehat.

Maslow mengajukan gagasan bahwa kebutuhan pada manusia adalah bawaan, tersusun menurut tingkatan atau bertingkat. Maslow memerinci kebutuhan manusia dalam tujuh tingkat kebutuhan berikut.

1. Kebutuhan Dasar Fisiologis

Kebutuhan yang paling dasar, paling kuat, dan paling jelas di antara seluruh kebutuhan manusia adalah kebutuhannya untuk mempertahankan hidupnya secara fisik, yaitu kebutuhan makan, minum, tempat berteduh, seks, tidur, dan oksigen. Kebutuhan ini merupakan kebutuhan manusia yang paling dasar. Maslow mengemukakan bahwa manusia adalah binatang yang berhasrat dan jarang mencapai taraf kepuasan yang sempurna, kecuali untuk suatu saat yang terbatas. Apabila hasrat itu telah terpenuhi, hasrat lain muncul sebagai penggantinya. Misalnya, jika seseorang mengalami kekurangan makanan, harga diri, dan cinta, ia akan memburu makanan terlebih dulu dan mengabaikan kebutuhan lain sampai kebutuhan fisiologisnya itu terpenuhi. Bagi orang yang berada dalam keadaan lapar berat dan membahayakan, tidak ada minat lain, kecuali pada makanan. Ia teringat tentang makanan, berpikir tentang makanan, emosinya tergerak hanya pada makanan, ia hanya mempersiapkan makanan dan ia hanya menginginkan makanan. Maslow menyatakan bahwa seseorang dapat menyusun daftar panjang tentang kebutuhan fisiologis bergantung pada seberapa rinci orang ingin membuatnya.

Orang dapat menunjukkan berbagai kenikmatan sensoris, seperti berbagai jenis cita rasa, bau-bauan, sentuhan, dan sebagainya, sebagai kebutuhan fisiologis yang memengaruhi

tingkah laku. Selanjutnya, kendatipun kebutuhan fisiologis ini dapat dipilah-pilah dan diidentifikasi secara lebih mudah dibandingkan dengan kebutuhan lain yang lebih tinggi, kebutuhan tersebut tetap tidak dapat diperlakukan sebagai fenomena yang terpisah-pisah, yang berdiri sendiri-sendiri.

2. Kebutuhan akan Rasa Aman

Setelah kebutuhan fisiologis terpuaskan secukupnya, muncullah kebutuhan akan rasa aman. Menurut Maslow, kebutuhan akan rasa aman ini adalah kebutuhan yang mendorong individu untuk memperoleh ketenteraman, kepastian, dan keraturan dari keadaan lingkungannya.¹¹

Sebagai contoh, seorang anak mengalami kecelakaan. Lalu, akibat dari kecelakaan ini, si anak memiliki rasa takut terhadap banyak hal sehingga si anak memiliki keinginan yang kuat untuk dilindungi dan diperhatikan. Indikasi lain dari kebutuhan rasa aman pada anak-anak adalah kebergantungan. Agar kebutuhan rasa aman ini terpenuhi, perlu diciptakan iklim kehidupan yang memberi kebebasan untuk berekspresi. Akan tetapi, pemberian kebebasan untuk berekspresi atau berperilaku itu memerlukan bimbingan orangtua karena anak belum memiliki kemampuan untuk mengarahkan perilakunya secara tepat dan benar. Menurut Maslow, anak-anak akan memperoleh rasa aman yang cukup apabila mereka berada dalam ikatan dengan keluarganya. Jika ikatan ini tidak ada atau lemah, ia akan merasa kurang aman, cemas, dan kurang percaya diri, lalu ia akan mencari area-area hidup tempat memperoleh ketenteraman dan rasa aman.

Pada orang dewasa, kebutuhan ini memotivasinya untuk mencari kerja, menjadi peserta asuransi, atau menabung. Orang dewasa yang sehat mentalnya, ditandai dengan perasaan aman, bebas dari rasa takut dan cemas. Sementara yang tidak sehat

11 E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian*. (Bandung: Eresco, 1991), hlm. 121.

ditandai dengan perasaan seolah-olah selalu dalam keadaan terancam bencana besar. Usaha-usaha untuk memperoleh perlindungan dan keselamatan kerja, membayar asuransi, merupakan contoh-contoh tingkah laku yang mencerminkan kebutuhan akan rasa aman.

Pengekspresian lain dari kebutuhan rasa aman ini akan muncul apabila individu dihadapkan pada keadaan gawat, seperti perang, gelombang kejahatan, kerusuhan, dan bencana alam. Dapat pula diamati pada orang-orang dewasa yang mengalami gangguan neurotik.¹² Kebutuhan rasa aman dari orang-orang neurotik sering diekspresikan melalui keinginan mencari pelindung atau orang-orang kuat yang dijadikan tempat bergantung.

3. Kebutuhan Kasih Sayang

Apabila kebutuhan fisiologis dan kebutuhan rasa aman telah terpenuhi, muncul kebutuhan akan kasih sayang, cinta, dan rasa memiliki-dimiliki. Kebutuhan kasih sayang dan cinta adalah kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan hubungan afektif atau ikatan emosional dengan individu lain, baik dengan sesama jenis maupun dengan yang berlainan jenis di lingkungan keluarga ataupun di lingkungan kelompok di masyarakat. Apabila kebutuhan fisiologis dan rasa aman sudah terpenuhi, individu mengembangkan kebutuhan untuk diakui dan disayangi atau dicintai. Kebutuhan ini dapat diekspresikan dalam berbagai cara, seperti persahabatan, percintaan, atau pergaulan yang lebih luas. Melalui kebutuhan ini, seseorang mencari pengakuan dan curahan kasih sayang dari orang lain, baik dari orangtua, saudara, guru, pimpinan, teman, atau orang dewasa lainnya. Kebutuhan ini diakui

12 Reaksi defensif atau ketakutan bersyarat tetap untuk melindungi dirinya sendiri dari stres yang menimbulkan kecemasan, dengan melakukan salah-pindah kecemasan itu dari bahaya yang sebenarnya ke suatu aspeknya yang berhubungan secara simbolis, yang kemudian melindungi penderitaan terhadap keharusan menghadapi keadaan stres.

lebih sulit untuk dipuaskan pada suasana masyarakat yang mobilisasinya sangat cepat, terutama di kota besar yang gaya hidupnya sudah bersifat individualistis. Misalnya, hidup bertetangga, aktif di organisasi, atau persahabatan dapat memberikan kepuasan akan kebutuhan ini.

Kebutuhan terhadap kasih sayang atau mencintai dan dicintai dapat dipuaskan melalui hubungan yang akrab dengan orang lain. Maslow membedakan antara cinta dengan seks, meskipun mengakui bahwa seks merupakan salah satu cara pernyataan kebutuhan terhadap cinta. Ia sependapat dengan Rogers bahwa keadaan dimengerti secara mendalam dan diterima dengan sepenuh hati. Kita memuaskan kebutuhan akan cinta dengan membangun hubungan akrab dan penuh perhatian dengan orang lain atau dengan orang-orang pada umumnya, dan dalam hubungan-hubungan ini memberi dan menerima cinta adalah sama penting.¹³

Cinta, sebagaimana kata itu digunakan oleh Maslow, tidak boleh dikacaukan oleh seks, yang dapat dipandang sebagai kebutuhan fisiologis semata-mata. Ia berkata, "Umumnya tingkah laku seksual ditentukan oleh banyak kebutuhan, bukan hanya oleh kebutuhan seksual, melainkan juga oleh berbagai kebutuhan lain, di antaranya kebutuhan akan cinta dan kebutuhan kasih sayang." Maslow menyukai rumus Carl Roger tentang cinta, yaitu keadaan dimengerti secara mendalam, diterima dengan sepenuh hati. Secara tegas, Maslow menolak pendapat Freud bahwa cinta dan afeksi itu berasal dari naluri seksual yang disublimasikan. Bagi Maslow, cinta dan seks adalah dua hal yang berbeda. Cinta menyangkut hubungan sehat dan penuh kasih mesra antara dua orang, termasuk sikap saling percaya. Dalam hubungan yang sejati tidak akan ada rasa takut, sedangkan berbagai bentuk pertahanan

13 Duane Schultz, *Psikologi Pertumbuhan Model-model Kepribadian Sehat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1991), hlm. 92.

pun akan runtuh. Hubungan tersebut menjadi rusak jika salah satu pihak merasa kelemahan serta kesalahannya terungkap. Maslow mengatakan, "Kebutuhan akan cinta meliputi cinta yang memberi dan yang menerima. Kita harus memahami cinta, kita harus mampu mengajarkannya. Jika tidak, dunia ini akan hanyut ke dalam gelombang permusuhan dan kebencian."

4. Kebutuhan Penghargaan

Maslow menemukan bahwa setiap orang memilih dua kategori kebutuhan akan penghargaan, yaitu harga diri dan penghargaan dari orang lain. Harga diri meliputi kebutuhan akan kepercayaan diri, kompetensi, penguasaan, kecukupan, prestasi, ketidaktergantungan, dan kebebasan. Penghargaan dari orang lain meliputi prestise, pengakuan, penerimaan, perhatian, kedudukan, nama baik, kekuatan pribadi, adekasi, kemandirian, dan kebebasan serta penghargaan.¹⁴ Terpuaskannya kebutuhan rasa harga diri pada individu akan menghasilkan sikap percaya diri, rasa berharga, rasa kuat, rasa mampu, dan perasaan berguna. Sebaliknya, frustrasi atau terhambatnya pemuasan kebutuhan terhadap rasa harga diri akan menghasilkan sikap rendah diri, rasa tidak pantas, rasa lemah, rasa tidak mampu, dan rasa tidak berguna, yang menyebabkan individu tersebut mengalami kehampaan, keraguan, dan keputusasaan dalam menghadapi tuntutan hidupnya, serta memiliki penilaian yang rendah atas dirinya dalam kaitannya dengan orang lain. Maslow menegaskan bahwa rasa harga diri yang sehat lebih didasarkan pada prestasi daripada prestise, status, atau keturunan. Dengan kata lain, rasa harga diri individu yang sehat adalah hasil usaha individu yang bersangkutan dan merupakan bahaya psikologis yang nyata apabila seseorang lebih mengandalkan rasa harga dirinya daripada kemampuan prestasi nyata dirinya sendiri.¹⁵

14 Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hlm. 76.

15 E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian*, (Bandung: Eresco, 1991), hlm. 125.

Kebutuhan kedua adalah penghargaan dari orang lain meliputi prestasi. Dalam hal ini individu membutuhkan penghargaan atas hal-hal yang dilakukannya. Jika merasa dicintai atau diakui, seseorang akan mengembangkan kebutuhan perasaan berharga. Kebutuhan ini meliputi dua kategori, yaitu: (a) harga diri meliputi kepercayaan diri, kompetensi, kecukupan, prestasi, dan kebebasan; (b) penghargaan dari orang lain meliputi pengakuan, perhatian, prestise, respek, dan kedudukan (*status*). Bagi Individu yang memperoleh kepuasan dari kebutuhan ini akan memiliki rasa percaya diri akan kemampuan dan penampilannya; menjadi lebih kompeten; dan produktif dalam semua aspek kehidupan. Sebaliknya, apabila mengalami kegagalan dalam memperoleh kepuasan atau mengalami *lack of self-esteem*, dia akan mengalami rendah diri, tidak berdaya, tidak bersemangat, dan kurang percaya diri terhadap kemampuannya untuk mengatasi masalah kehidupan yang dihadapinya. Kebutuhan ini berupa kebutuhan untuk saling bekerja sama dalam kelompok kerja, kebutuhan untuk diikutsertakan, meningkatkan relasi dengan pihak-pihak yang diperlukan dan tumbuhnya rasa kebersamaan dalam kehidupan.

5. Kebutuhan Ilmu Pengetahuan

Maslow berkeyakinan bahwa salah satu ciri mental yang sehat adalah adanya rasa ingin tahu. Secara alamiah, manusia memiliki hasrat ingin tahu (memperoleh pengetahuan, atau pengalaman tentang sesuatu). Hasrat ini berkembang sejak akhir usia bayi dan awal masa anak, yang diekspresikan sebagai rasa ingin tahunya dalam bentuk pengajuan pertanyaan tentang berbagai hal, baik diri maupun lingkungannya. Rasa ingin tahu ini perkembangannya terhambat oleh lingkungan, baik keluarga maupun sekolah.

Kegagalan dalam memenuhi kebutuhan ini menghambat pencapaian perkembangan kepribadian secara penuh. Menurut Maslow, rasa ingin tahu ini merupakan ciri mental yang sehat. Kebutuhan kognitif ini diekspresikan sebagai kebutuhan untuk

memahami, menganalisis, mengevaluasi, menjelaskan, mencari sesuatu atau suasana baru dan meneliti. Alasan-alasan untuk mengemukakan rasa ingin tahu sebagai ciri pada seluruh spesies adalah sebagai berikut.

- a. Rasa ingin tahu kerap kali tampak pada tingkah laku binatang.
- b. Sejarah mengisahkan banyak contoh tentang orang-orang yang menantang bahaya besar untuk berburu pengetahuan, misalnya Galileo dan Columbus.
- c. Hasil-hasil penelitian terhadap orang-orang yang matang secara psikologis menunjukkan bahwa mereka tertarik pada hal-hal yang penuh rahasia, yang tidak dikenal dan tidak dapat dijelaskan.
- d. Pengalaman Maslow bekerja di bidang klinis menunjukkan kasus-kasus ketika orang-orang dewasa yang sebelumnya sehat ternyata menderita kebosanan, kehilangan gairah hidup, depresi, dan menjadi benci pada diri sendiri. Gejala semacam itu dapat dialami oleh orang-orang cerdas yang menjalani hidup ini dengan melakukan pekerjaan-pekerjaan konyol.
- e. Anak-anak memiliki rasa ingin tahu yang bersifat alamiah.
- f. Pemenuhan rasa ingin tahu ternyata secara subjektif juga memuaskan. Banyak orang melaporkan bahwa belajar dan menemukan sesuatu menimbulkan rasa puas dan bahagia.

6. Kebutuhan Estetika

Ilmu behavioral mengabaikan kemungkinan bahwa orang memiliki kebutuhan yang bersifat naluriah atau sejenis naluri akan keindahan. Maslow menemukan ada beberapa orang yang kebutuhan akan keindahan begitu mendalam dan diharapkan sehingga mereka sangat tidak senang pada hal-hal yang serba jelek dan membuat mereka muak. Maslow menyebut kebutuhan ini dengan kebutuhan estetis (*order and beauty*) sebagai ciri orang yang sehat mentalnya. Melalui kebutuhan inilah, manusia dapat

mengembangkan kreativitasnya dalam bidang seni (lukis, rupa, patung, dan grafis), arsitektur, tata busana, dan tata rias. Di samping itu, orang yang sehat mentalnya ditandai dengan kebutuhan keteraturan, keserasian, atau keharmonisan dalam setiap aspek kehidupannya, seperti dalam cara berpakaian (rapi dengan keterpaduan warna yang serasi), dan pemeliharaan ketertiban lalu lintas. Sebaliknya, orang yang kurang sehat mentalnya, atau sedang mengalami gangguan emosional, dan stres kurang memerhatikan kebersihan, dan kurang apresiatif terhadap keteraturan dan keindahan.

Hal ini diperkuat oleh hasil sebagian penelitian awalnya terhadap kelompok mahasiswa tentang efek lingkungan yang indah serta lingkungan yang jorok atas diri mereka. Penelitian itu menunjukkan bahwa keburukan menimbulkan kejemuhan serta melemahkan semangat.¹⁶ Maslow menemukan bahwa dalam arti biologis, sama seperti kebutuhan akan kalsium dalam makanan, setiap orang membutuhkan keindahan. Keindahan membuat seseorang lebih sehat. Ia menunjukkan bahwa kebutuhan estetik berhubungan dengan gambaran diri seseorang. Mereka yang tidak menjadi lebih sehat oleh keindahan adalah orang-orang yang terbelenggu oleh gambaran mereka yang rendah.¹⁷ Seseorang yang jorok akan merasa tidak nyaman berada di sebuah restoran yang mewah karena merasa bahwa dirinya tidak layak. Maslow juga mengamati bahwa kebutuhan akan keindahan ini terdapat pada anak-anak yang sehat. Ia berpendapat bahwa fakta tentang dorongan ke arah kebutuhan terhadap keindahan dapat ditemukan dalam setiap peradaban dan semua zaman, bahkan sejak zaman manusia tinggal di gua.

16 Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hlm. 79.

17 Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hlm. 79.

7. Kebutuhan Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri dapat didefinisikan sebagai perkembangan yang paling tinggi dan penggunaan semua bakat kita, pemenuhan semua kualitas dan kapasitas kita.¹⁸ Manusia yang dapat mencapai tingkat aktualisasi diri ini menjadi manusia yang utuh, memperoleh kepuasan dari kebutuhan orang lain. Setiap orang harus berkembang sepenuh kemampuannya. Oleh karena itu, Maslow menyebut kebutuhan ini sebagai puncak dari hierarki kebutuhan manusia, yaitu perkembangan atau perwujudan potensi serta kapasitas secara penuh.

Maslow berpendapat bahwa manusia dimotivasi untuk menjadi segala sesuatu yang ia mampu untuk menjadi itu. Walaupun kebutuhan lainnya terpenuhi, apabila kebutuhan aktualisasi diri tidak terpenuhi, tidak mengembangkan atau tidak mampu menggunakan kemampuan bawaannya secara penuh, seseorang akan mengalami kegelisahan, ketidaktenangan, atau frustrasi. Kebutuhan ini adalah kebutuhan untuk mengungkapkan diri atau aktualisasi diri. Ini merupakan kebutuhan manusia yang paling tinggi dalam teori Maslow. Kebutuhan ini akan muncul apabila kebutuhan yang ada di bawahnya telah terpuaskan dengan baik.¹⁹

Pemaparan tentang kebutuhan psikologis untuk menumbuhkan, mengembangkan, dan menggunakan kemampuan, yang oleh Maslow disebut aktualisasi diri, merupakan salah satu aspek penting teorinya tentang motivasi pada manusia. Maslow juga melukiskan kebutuhan ini sebagai hasrat untuk semakin menjadi diri sepenuh kemampuannya sendiri, menjadi apa saja menurut kemampuannya. Menurut Maslow, kebutuhan akan aktualisasi diri ini muncul setelah kebutuhan cinta dan penghargaan terpuaskan secara memadai.

18 Duane Schultz, *Psikologi Pertumbuhan Model-model Kepribadian Sehat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1991), hlm. 93.

19 E. Koswara, *Teori-teori ...*, hlm. 119.

Maslow membicarakan sejumlah sifat khusus yang menggambarkan aktualisasi diri, yaitu sebagai berikut:

- a. mengamati realitas secara efisien;
- b. penerimaan umum atas kodrat, orang lain, dan diri sendiri;
- c. spontanitas, kesederhanaan, dan kewajaran;
- d. fokus pada masalah-masalah di luar diri;
- e. kebutuhan akan privasi dan pemisahan diri;
- f. berfungsi secara otonom;
- g. apresiasi yang senantiasa segar;
- h. pengalaman mistik atau puncak;
- i. minat sosial;
- j. hubungan antarpribadi;
- k. struktur watak demokratis;
- l. perbedaan antara sarana dan tujuan;
- m. perasaan humor yang tidak menimbulkan permusuhan;
- n. kreativitas;
- o. resistensi terhadap inkulturasi.

Anak membutuhkan kemampuan untuk menguasai cara-cara yang tepat untuk memuaskan kebutuhan dasarnya.²⁰ Proses pendidikan yang benar harus diarahkan pada pertumbuhan dan perkembangan anak, bukan hanya mengekang dan menjinakkannya demi meringankan beban orangtua. Maslow menyatakan bahwa kita harus lebih banyak belajar tentang cara menanamkan kekuatan, harga diri, sikap berani yang benar, dan sikap tidak menyerah pada ketidakbenaran. Pendidikan, baik formal maupun nonformal, memainkan peranan penting dalam pengembangan watak.

Ketujuh hierarki kebutuhan dapat dilihat pada gambar berikut ini:²¹

20 Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hlm. 115.

21 Adang Hambali & Ujam Jaenuddin, *Psikologi Kepribadian...*, hlm. 183.



Ketujuh kebutuhan yang telah disebutkan di atas merupakan hasrat untuk terus-menerus mewujudkan potensi diri. Kebutuhan ini lebih merupakan motivasi untuk menjadi yang lebih sempurna dari yang sebelumnya, menjadi "diri sendiri" yang sebenarnya. Oleh karena itulah, kebutuhan ini disebut oleh Maslow dengan aktualisasi-diri.

8. Meta-Kebutuhan dan Patologinya

Dalam hierarkinya, Maslow membedakan antara kebutuhan dasar (*basic-needs*) dan kebutuhan tinggi (meta-kebutuhan atau *meta-needs*). Kebutuhan dasar mencakup kebutuhan tingkat kesatu sampai tingkat keempat, sedangkan meta-kebutuhan adalah kebutuhan tingkat kelima (kebutuhan akan aktualisasi-diri). Meta-kebutuhan inilah yang menjadi motivasi utama bagi orang yang teraktualisasi-diri. Oleh karena itu, kebutuhan tingkat tertinggi ini disebut juga meta-motivasi.

Maslow mendata macam-macam meta-kebutuhan ini dan mendapatkan tujuh belas meta-kebutuhan, yang jika tidak

terpenuhi akan menjadi meta-patologi (penyakit kejiwaan). Tujuh belas meta-kebutuhan disebut *Being-values* (*B-values*; kebutuhan akan pertumbuhan) itu adalah sebagai berikut.

- a. *Kebenaran*, dengan meta-patologinya ketidakpercayaan, sinisme, dan skeptisisme.
- b. *Kebaikan*, dengan meta-patologinya kebencian, penolakan, kejjjikan, kepercayaan hanya pada dan untuk diri.
- c. *Keindahan*, dengan meta-patologinya kekasaran, kegelisahan, kehilangan selera, rasa suram.
- d. *Kesatuan, keparipurnaan*, dengan meta-patologinya disintegrasi.
- e. *Transendensi-dikotomi*, dengan meta-patologinya pikiran hitam/putih, pandangan salah satu dari dua, pandangan sederhana tentang kehidupan.
- f. *Penuh energi; proses*, dengan meta-patologinya mati, menjadi robot, terdeterminasi, kehilangan emosi dan semangat, kekosongan pengalaman.
- g. *Keunikan*, dengan meta-patologinya kehilangan perasaan diri dan individualitas, anonim.
- h. *Kesempurnaan*, dengan meta-patologinya keputusan, tidak dapat bekerja.
- i. *Kepastian*, dengan meta-patologinya kacau-balau, tidak dapat diramalkan.
- j. *Penyelesaian; penghabisan*, dengan meta-patologinya ketidaklengkapan, keputusan, berhenti berjuang, dan menanggulangi.
- k. *Keadilan*, dengan meta-patologinya kemarahan, sinisme, ketidakpercayaan, pelanggaran hukum, dan mementingkan diri sendiri.
- l. *Tata tertib*, dengan meta-patologinya ketidakamanan, ketidakwaspadaan dan ketidakhati-hatian.

- m. *Kesederhanaan*, dengan meta-patologinya terlalu kompleks, kekacauan, kebingungan, dan kehilangan orientasi.
- n. *Kekayaan; keseluruhan; kelengkapan*, dengan meta-patologinya depresi, kegelisahan, kehilangan perhatian pada dunia.
- o. *Tanpa susah payah; santai; tidak tegang*, dengan meta-patologinya kelelahan, tegangan, kecanggungan, kejanggalan, kekakuan.
- p. *Bermain; kejenakaan*, dengan meta-patologinya keseraman, depresi, kesedihan.
- q. *Mencukupi diri sendiri; mandiri*, dengan meta-patologinya tidak berarti, putus asa, hidup sia-sia.

Bagi orang yang telah mencapai aktualisasi diri, tidak terpenuhinya satu kebutuhan, apalagi beberapa dari meta-kebutuhan itu akan membuatnya sangat kesakitan, lebih sakit daripada kematian. Karena itu, orang-orang besar, seperti Socrates, Isa, Suhrawardi, Galileo, lebih memilih mati daripada hidup dalam tatanan sosial yang menurutnya tidak adil.

D. Teori Aktualisasi Diri Abraham Maslow

Proses realisasi diri dari setiap potensi individu terwujud dalam aktualisasi diri yang merupakan hierarki tertinggi dari kebutuhan dasar manusia dalam teori motivasi Abraham Maslow. Pendekatan Maslow melahirkan psikologi humanistik, yaitu menekankan potensi manusia untuk pertumbuhan, kreativitas, dan spontanitas.²² Psikologi Humanistik melihat manusia sebagai makhluk yang bebas, selalu bergerak maju, dan menekankan pada potensi individu untuk berkembang dan bebas membuat pilihan. Maslow menyebut psikologi yang dipimpinnya sebagai kekuatan ketiga

22 Elizabeth Hall, *Psychology Today an Introduction*, (New York: Random House, 1983), hlm. 434.

atau Mazhab Ketiga (*Third Force*). Dalam pandangan Maslow, manusia mempunyai potensi kreatif yang merupakan potensi umum pada manusia. Jika setiap orang memiliki kesempatan atau lingkungan yang mendukung dan mampu mengungkapkan segenap potensi yang dimilikinya.

Menurut Abraham Maslow, aktualisasi diri merupakan puncak dari perwujudan segenap potensi manusia ketika hidupnya penuh gairah dinamis dan tanpa pamrih, konsentrasi penuh dan terserap secara total dalam mewujudkan manusia yang utuh dan penuh. Orang yang tidak tertekan oleh perasaan cemas, perasaan risau, tidak aman, tidak terlindungi, sendirian, tidak dicintai adalah orang yang terbebas dari metamotivasi.²³

Menurut Maslow, orang yang mengaktualisasikan dirinya terbagi atas dua, yaitu antara yang sehat, tetapi tidak memiliki pengalaman transedensi dan orang yang berpendapat bahwa transedensi sangat penting bagi orang yang ingin mengaktualisasikan diri. Maslow memberikan gambaran para transender sebagai berikut:

1. pengalaman puncak ataupun pengalaman datar yang merupakan aspek kehidupan yang paling penting dan berharga;
2. berbicara dengan bahasa penyair, mistikus dan lebih baik dalam mencerna seni, musik, paradok, parabel, dan lain-lain;
3. terlihat kesakralan dalam semua hal pada tataran praktis sehari-hari;
4. cepat akrab dan saling memahami serta mengenal satu dengan yang lain;
5. lebih tanggap terhadap penampilan diri;
6. berpandangan holistik, melampaui perbedaan budaya dan geografis;

²³ Robert W. Crapp, *Dialog Psikologi dan Agama*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 161.

7. sinergis terhadap apa yang mereka berikan, sehingga apa yang mereka lakukan bermanfaat untuk dirinya dan orang lain;
8. berpenampilan memikat, mengundang kekaguman, saleh, dan sangat mudah dihormati orang lain;
9. cenderung sebagai penemu;
10. melihat kesakralan pada benda hidup;
11. memiliki rasa kagum dan misteri yang sangat kuat;
12. cenderung berdamai dengan kesehatan;
13. cenderung memandang diri mereka sebagai penghantar;
14. tidak mementingkan diri sendiri dan lebih mudah melampaui *ego*.²⁴

Maslow menyatakan bahwa aktualisasi diri bukan hanya pengungkapan kreasi, karya, atau kemampuan khusus. Dengan kata lain, setiap orang mampu mengaktualisasikan dirinya dengan cara melakukan hal yang terbaik atau bekerja sebaik-baiknya sesuai dengan bidang masing-masing, baik orangtua, buruh, mahasiswa, dosen, maupun sekretaris. Oleh karena itu, bentuk dari aktualisasi diri tiap-tiap individu berbeda-beda.

Lebih lanjut, Maslow menyatakan bahwa mencapai taraf aktualisasi diri tidaklah mudah seperti dalam pencapaian kebutuhan sebelumnya. Hal ini dikarenakan upaya dalam pencapaian aktualisasi diri banyak dipenuhi oleh hambatan yang berasal dari berbagai hal berikut:

1. individu, yaitu berupa ketidaktahuan, keraguan, bahkan ketakutan yang dialami oleh individu itu;
2. luar atau masyarakat, berupa kecenderungan untuk mendispersonalisasikan individu, kerepresian sifat, bakat, potensi;

²⁴ Lynn Wilcox, *Ima Jina Berjumpa Tasawuf*, (Jakarta: Serambi, 2003), hlm. 219-220.

3. tidak ada satu pun lingkungan yang menunjang anggota masyarakatnya untuk melakukan aktualisasi diri walaupun ada anggota masyarakat yang mampu melakukan aktualisasi diri;
4. pengaruh yang dihasilkan dari kebutuhan yang kuat akan rasa aman. Maslow menyatakan jika masyarakat mengharapkan lebih banyak orang yang mampu mengaktualisasikan diri, harus ada perubahan pada dataran dunia sehingga tercipta kesempatan yang luas bagi orang untuk memuaskan kebutuhan dasarnya. Menurut Maslow perubahan adalah perubahan struktur politik, ketentuan sosial.²⁵

Menurut Maslow, berdasarkan ciri-ciri kepribadian yang teraktualisasikan, tipe kepribadian tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Tipe Kepribadian Sosial dan Ekonomi

Orang-orang yang termasuk dalam golongan ini memiliki ciri-ciri: (a) mampu mengamati realitas secara efisien; (b) hidup secara spontan sederhana dan wajar; (c) memiliki kemandirian dari lingkungan; (d) mampu menerima diri sendiri dan orang lain serta kodratnya; (e) menggunakan seluruh hidup untuk membantu sesama; dan (f) mampu menjalin hubungan dengan orang lain.

2. Tipe Politik

Golongan ini memiliki ciri-ciri: (a) mampu melakukan penolakan terhadap enkulturasi; (b) selalu terpusat pada masalah; (c) memiliki karakter demokrasi; (d) mampu membedakan cara dan tujuan.

3. Tipe Religi

Orang-orang yang memiliki tipe religi semacam ini ditandai dengan pengalaman puncak dari klien (*mad'u*). Maslow menyebutkan bahwa objeknya dapat mengalami pengalaman

25. E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian*, (Bandung: Eresco, 1991), hlm. 125-126.

puncak bukan hanya dilakukan dengan pengalaman keagamaan, tetapi juga melalui tulisan. Akan tetapi, harus diingat sebab tulisan adalah konsumsi umum, seyogianya tulisan ini tidak menyinggung perasaan dari yang membaca bacaan tersebut.

4. Tipe Estetika

Orang-orang yang memiliki kepribadian semacam ini memiliki kreativitas, kesegaran, dan apresiasi serta memiliki rasa humor yang filosofis.

E. Pembentukan Kepribadian Menurut Abraham Maslow

Maslow menguji teorinya tentang aktualisasi diri pada 49 orang, yang menurut teori psikologi mereka adalah orang-orang yang ideal. Individu-individu yang dipelajari oleh Maslow diambil dan diseleksi dari orang-orang yang terkemuka, baik yang masih hidup maupun yang sudah meninggal, juga dari mahasiswa. Menurut Maslow, mereka adalah orang-orang yang dalam hidupnya merealisasikan seluruh potensi yang ada pada dirinya, dan karenanya mereka mampu mencapai kematangan sejati.

Orang-orang yang menjadi subjek penelitian tidak menunjukkan kecenderungan ke arah neurotik, psikotik, dan gangguan jiwa lainnya. Maslow membagi subjek-subjek yang telah dipelajari ke dalam tiga kategori.

1. *Fairly sure cases*, yaitu orang-orang yang pasti dan sungguh-sungguh telah mencapai taraf aktualisasi diri, di antaranya adalah Thomas Jefferson, Abraham Lincoln, Einstein, dan Eleamor Roosevelt.
2. *Partial cases* terdiri atas lima orang kontemporer yang oleh Maslow tidak disebutkan namanya, tetapi patut dipelajari.
3. *Potential or possible cases*, yaitu orang-orang yang menunjukkan hasrat aktualisaasi diri yang kuat, tetapi belum

sungguh-sungguh mencapainya. Mereka adalah Franklin, Whitman, G.W. Carver, Renoir, Pablo Casals, dan Adlai Stevenson. Setelah diteliti secara klinis dan dicari kepribadian yang membedakan antara mereka dengan orang-orang biasa, kepribadian itu dijadikan sebagai ciri-ciri atau tolok ukur orang-orang yang telah mencapai taraf aktualisasi diri.²⁶

1. Berorientasi secara Realistis

Inilah sifat paling umum dari orang yang teraktualisasi. Ia mampu mengamati objek-objek dan orang-orang di sekitarnya secara objektif. Maslow menyebut persepsi objektif ini *Being-cognition (B-cognition)*, suatu bentuk pengamatan pasif dan reseptif, semacam kesadaran tanpa hasrat. Ia melihat dunia secara jernih sebagaimana adanya, tanpa dipengaruhi oleh keinginan, kebutuhan, atau sikap emosional.

Dengan sifat ini, menurut Maslow, orang yang telah mengaktualisasikan dirinya lebih mudah menemukan kebahagiaan sebab pandangannya tidak dicampuri oleh keinginan atau harapan sehingga cermat dan efisien. Kemampuan ini meliputi pengamatan pada bidang seni, musik, ilmu pengetahuan, politik, filsafat, dan bidang kehidupan lainnya. Mereka mampu meramalkan kejadian-kejadian yang akan datang dengan tepat. Mereka juga tidak dipengaruhi oleh kecemasan, prasangka, atau optimisme dan pesimisme yang keliru.

2. Penerimaan atas Diri Sendiri, Orang Lain, dan Kodrat

Orang yang mengaktualisasikan dirinya menaruh hormat pada diri sendiri dan orang lain, mampu menerima kodrat dengan segala kekurangan dan kelemahannya secara tawakal. Mereka bebas dari perasaan berdosa yang berlebihan, malu yang tidak beralasan dan cemas yang melemahkan. Maslow menyatakan hal ini seperti anak-

26 Lieszey Hall, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 111.

anak yang melihat dunia luas, polos, tanpa kritik, dan tanpa tuntutan. Mereka cenderung melihat kodrat manusia sebagaimana yang ditemukan dalam dirinya dan dalam diri orang lain apa adanya.²⁷

3. Spontanitas, Kesederhanaan, Kewajaran

Dalam semua segi kehidupan, orang yang teraktualisasi bertingkah laku secara terbuka dan langsung tanpa berpura-pura. Ia tidak harus menyembunyikan emosi-emosinya, tetapi dapat memperlihatkan emosi-emosi tersebut secara jujur dan wajar. Seperti anak kecil, orang yang teraktualisasi kadang terlihat lugu, mendengarkan dengan penuh perhatian, takjub dan heran akan sesuatu yang baru. Itu semua dilakukan secara apa adanya tanpa dibuat-buat.

4. Memusatkan Diri pada Masalah dan Bukan pada Diri Sendiri

Orang yang teraktualisasi diri tidak pernah menyalahkan diri sendiri ketika gagal melakukan sesuatu. Ia menganggap kegagalan sebagai suatu hal yang wajar. Ia mungkin akan mengecam setiap kebodohan dan kecerobohan yang dilakukannya, tetapi hal-hal tersebut tidak menjadikannya mundur dan menganggap dirinya tidak mampu. Ia mencoba lagi memecahkan masalah dengan penuh kegembiraan dan keyakinan bahwa ia mampu menyelesaikannya.

5. Memiliki Kebutuhan akan Privasi dan Independensi

Orang yang mengaktualisasikan diri memiliki kebutuhan yang kuat untuk memisahkan diri dan mendapatkan suasana kesunyian atau suasana yang meditatif. Ia membutuhkan saat-saat tertentu untuk tidak terganggu oleh adanya orang lain. Ia memiliki kemampuan untuk membentuk pikiran, mencapai keputusan, dan melaksanakan dorongan dan disiplin dirinya sendiri.

27 E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 139.

6. Berfungsi Secara Otonom terhadap Lingkungan Sosial dan Fisik

Orang yang mengaktualisasikan diri mampu melepaskan diri dari kebergantungan yang berlebihan terhadap lingkungan sosial dan fisik. Pemuasan akan motif-motif pertumbuhan datang dari dalam diri sendiri melalui pemanfaatan penuh bakat dan potensinya.

Orang-orang yang mengaktualisasikan diri menjadikan mereka memiliki kadar arah yang tinggi. Mereka memandang dirinya sebagai agen yang merdeka, aktif, bertanggung jawab, dan agen yang mendisiplinkan diri dalam menentukan nasibnya. Mereka cenderung menghindarkan diri dari penghormatan status, prestise, dan popularitas. Kepuasan yang berasal dari luar diri dianggap kurang penting daripada pertumbuhan diri.²⁸

7. Apresiasi dan Kesegaran

Orang yang teraktualisasi senantiasa menghargai pengalaman tertentu bagaimanapun seringnya pengalaman itu terulang, dengan suatu perasaan kenikmatan yang segar, perasaan terpesona, dan kagum. Bulan yang bersinar penuh, matahari terbenam, gelak tawa teman, dan hal-hal biasa lainnya dipandang seolah-olah merupakan pengalaman yang baru pertama kali baginya. Apresiasi yang senantiasa segar ini membuat hidupnya selalu bergairah tanpa kebosanan.

Menurut Maslow, mereka yang menghargai hal-hal yang pokok dalam kehidupannya selalu merasa kagum, gembira, bahkan heran, walaupun hal-hal tersebut bagi orang lain terasa membosankan. Dengan kata lain, orang yang mengaktualisasikan diri dalam kehidupannya rutin akan tetap merasakan fenomena yang baru dengan penuh keharuan dan kesegaran apresiasi.²⁹

28 Ali Muhammad Hasyimi, *Menjadi Muslim Ideal*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2001), hlm. 92.

29 Ali Muhammad Hasyimi, *Menjadi Muslim Ideal...*, hlm. 93.

Meskipun demikian, menurut Maslow terdapat perbedaan antara subjek-subjek yang menjadi penelitian Maslow berkaitan dengan objek-objek yang mereka pandang indah dan mengharukan serta menggembirakan. Misalnya, salah satu objek tertarik pada anak-anak, sedangkan yang lainnya memandangi alam dan karya seni sebagai penimbul pesona. Walaupun demikian, antara objek-objek yang berbeda itu para subjek yang memperoleh berkah yang sama, yakni ilham dan kekuatan.

8. Pengalaman-pengalaman Puncak (*Peak Experiences*)

Ada kesempatan ketika orang yang mengaktualisasikan diri mengalami ekstase, kebahagiaan, perasaan terpesona yang hebat dan meluap-luap, seperti pengalaman keagamaan yang mendalam. Inilah yang disebut Maslow *peak experience* atau pengalaman puncak. Pengalaman puncak ini ada yang kuat dan ada yang ringan. Pada orang yang teraktualisasi, perasaan "berada di puncak" ini dapat diperoleh dengan mudah, setiap hari; ketika bekerja, mendengarkan musik, membaca cerita, bahkan saat mengamati terbit matahari.

Menurut Maslow, orang yang mengalami aktualisasi diri pada umumnya mengalami puncak atau pengalaman mistis. Menurutnya pengalaman puncak tidak perlu berupa pengalaman keagamaan atau spiritual karena hal itu mungkin dialami melalui buku-buku, musik dan kegiatan aktual. Orang-orang yang mengalaminya merasakan dirinya selaras dengan dunia, lupa akan dirinya, bahkan melampauinya, juga merasakan silih berganti rasa kuat dan rasa lemah dari sebelumnya.³⁰

9. Minat Sosial

Orang yang teraktualisasi memiliki perasaan empati dan afeksi yang kuat terhadap semua manusia, juga suatu keinginan

30 Ali Muhammad Hasyimi, *Menjadi Muslim Ideal...*, hlm. 96.

membantu kemanusiaan. Ia menemukan kebahagiaan dalam membantu orang lain. Baginya mementingkan orang lain berarti mementingkan diri sendiri.

Menurut Maslow, orang-orang yang mengaktualisasikan dirinya selalu simpatik pada orang lain walaupun orang itu bodoh. Walaupun orang-orang yang mengaktualisasikan diri kadang merasa terganggu, sedih, marah oleh kecacatan sesamanya. Maslow mencontohkan hal ini seperti hubungan saudara; meskipun saudaranya lemah, bodoh atau jahat mereka memiliki hasrat yang tulus untuk membantu memperbaiki sesamanya.³¹

10. Hubungan antarpribadi yang Kuat

Orang yang teraktualisasi memiliki cinta yang lebih besar, persahabatan yang lebih dalam serta identifikasi yang lebih sempurna dengan individu-individu lain. Sahabat-sahabatnya mungkin tidak banyak, tetapi sangat akrab. Istrinya mungkin hanya satu, tetapi cinta yang diterima dan diberikannya sangat besar dan penuh kesetiaan. Ia tidak memiliki ketergantungan yang berlebihan kepada orang yang dicintai sehingga membuatnya terhindar dari cemburu buta, iri hati, dan kecemasan.

Menurut Maslow, orang-orang yang mengaktualisasikan diri cenderung memiliki hubungan antarpribadi dibandingkan dengan kebanyakan orang. Mereka cenderung membangun hubungan yang dekat dengan orang-orang yang memiliki kesamaan karakter, kesanggupan, dan bakat yang dianggap persahabatan yang relatif kecil.

Maslow menyatakan, subjeknya tabu untuk minta dikagumi, mencari pengikat, pengabdian, dan apabila dipaksa masuk dalam pergaulan yang menyulitkan, ia tetap tenang dan berusaha menghindari sebisanya. Hal ini tidak berarti bahwa ia tidak memiliki

31 Nurul Iman, *Motivasi dan Kepribadian Jilid 2*, (Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo, 1994), hlm. 96.

diskriminasi sosial. Hal ini terbukti ketika ia bisa menjadi kasar apabila berhadapan dengan orang-orang sombong dan munafik.

11. Struktur Watak Demokratis

Orang yang sangat teraktualisasi membiarkan dan menerima semua orang tanpa memerhatikan kelas sosial, tingkat pendidikan, golongan politik, ras, warna kulit, bahkan agama. Tingkah laku mereka menunjukkan tingkat toleransi yang tinggi, tidak angkuh, tidak picik atau menganggap diri paling benar. Sifat ini menggabungkan beberapa meta-kebutuhan, seperti kebenaran, kejujuran, dan keadilan.

Menurut Maslow, orang-orang yang mengaktualisasikan diri memiliki karakter demokrasi yang lebih baik. Mereka mampu belajar dari siapa saja yang bisa mengajar tanpa memandang derajat, pendidikan, usia, ras atau keyakinan politik, bukan berarti orang yang mengaktualisasikan diri menyamaratakan semua orang.³²

Orang yang mengaktualisasikan diri adalah mereka yang elite dan memilih persahabatan secara elite. Elite disini adalah elite dalam karakter, kesanggupan, dan bakat bukan elite dalam keturunan ras, darah, nama keluarga, usia, kemashyuran atau jabatan. Mereka menaruh hormat kepada semua orang. Mereka tidak pernah berusaha merendahkan, mengurangi arti atau merusak martabat orang lain meskipun mereka penjahat.

12. Mampu Mengintegrasikan Sarana dan Tujuan

Berbeda dengan orang-orang biasa, orang yang teraktualisasi melihat sarana bisa pula menjadi tujuan karena kesenangan dan kepuasan yang ditimbulkannya. Pekerjaan baginya tidak hanya untuk mendapatkan keuntungan materiel, tetapi untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan. "Menyenangi apa yang dilakukan" sekaligus "melakukan apa yang disenangi", membuat hidup bebas dari paksaan, terasa santai, dan penuh dengan rekreasi.

32 Nurul Iman, *Motivasi dan Kepribadian...*, hlm. 98.

Ciri lain yang terdapat pada orang-orang yang mengaktualisasikan diri adalah orang yang mampu membedakan antara cara dan tujuan. Mereka terpusat pada tujuan sehingga dapat menikmati perjalanan ke suatu tujuan ataupun tibanya di tujuan itu. Dengan kata lain, orang yang mengaktualisasikan diri bisa menjadikan kegiatan yang paling kecil menjadi kegiatan yang menyenangkan.³³

13. Selera Humor yang Filosofis

Humor yang disukai oleh orang yang mencapai aktualisasi lebih bersifat filosofis; humor yang menertawakan manusia pada umumnya, bukan kepada individu tertentu. Ini adalah sejenis humor yang bijaksana, yang dapat membuat orang tersenyum, dan mengganggu tanda mengerti daripada membuatnya tertawa terbahak-bahak.

Menurut Maslow, ciri lain orang yang mengaktualisasikan diri adalah memiliki rasa humor yang filosofis. Kebanyakan orang menyukai humor yang bertolak dari kelemahan dan penderitaan orang lain dengan tujuan untuk mengejek atau menertawakan orang lain. Dengan rasa humornya yang filosofis, orang-orang yang mengaktualisasikan diri menyukai humor yang mengekspresikan kritik atas kebodohan, kelancangan atau kecurangan manusia. Rasa humor yang filosofis, memancing senyum daripada tertawa.³⁴

14. Kreativitas

Kreativitas juga merupakan ciri umum pada manusia superior ini. Ciri-ciri yang berkaitan dengan kreativitas ini antara lain fleksibilitas, spontanitas, keberanian, keterbukaan, dan kerendahan hati. Maslow percaya ini merupakan sifat yang sering hilang ketika orang sudah dewasa.

33 Nurul Iman, *Motivasi dan Kepribadian...*, hlm. 99.

34 Liezzy Hall, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 111.

Kreativitas dapat menghasilkan karya baru, asli, inovatif, atau menggabungkan beberapa penemuan sesuatu yang berbeda. Kreativitas juga merupakan suatu sikap, ungkapan kesehatan psikologis dan lebih mengenai cara mengamati dan beraksi terhadap dunia – suatu proses – dan bukan mengenai hasil-hasil yang sudah selesai.

Menurut Maslow, kreativitas yang dimiliki orang yang mengaktualisasikan diri adalah bentuk tindakan asli, naif, dan spontan seperti yang dijumpai pada anak-anak yang masih polos dan masih jujur. Bentuk kreativitas ini umumnya digunakan dalam bentuk kegiatan seni dan ilmu pengetahuan. Kreativitas tidak harus berupa penciptaan karya ilmiah yang berat dan serius, tetapi dapat juga berupa penciptaan sesuatu yang sederhana. Pada dasarnya, kreativitas berkisar pada daya temu dan penemuan hal-hal baru yang menyimpang dari gagasan lama.³⁵

15. Menentang Konformitas terhadap Kebudayaan

Orang yang teraktualisasi bukanlah penentang kebudayaan, tetapi ia dapat berdiri sendiri dan otonom, mampu melawan dengan baik pengaruh-pengaruh sosial untuk berpikir dan bertindak menurut cara-cara tertentu yang diyakininya baik. Orang ini tidak terlalu mempermasalahkan hal-hal kecil, seperti cara berpakaian, tatakrama, cara makan, dan sebagainya, tetapi ia dapat keras dan terus-terang jika mendapati soal-soal yang sangat penting baginya mengenai aturan dan norma masyarakat.

Ia berani membuat keputusan sendiri, meskipun berbeda dengan pendapat umum. Hal ini bukan berarti ia pembangkang, tetapi ini merupakan usahanya untuk mempertahankan sesuatu dan tidak terlalu terpengaruh oleh keadaan masyarakat. Akan tetapi, ia pun bisa meninggalkan kepatuhan pada kebiasaan yang

35 Liezzy Hall, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 112.

ada di lingkungan. Ia akan dengan mudah meninggalkannya apabila kepatuhan itu mengganggu atau terlalu mahal untuk dipertahankan.³⁶

Apabila ciri-ciri tersebut dipenuhi oleh orang-orang yang mencapai taraf aktualisasi diri, menurut para psikolog, mereka termasuk yang super dan ajaib. Akan tetapi, Maslow menolak hal ini dengan menyatakan bahwa mereka bukan manusia sempurna. Mereka bisa marah, tersinggung, keliru, dan tidak luput dari kebiasaan buruk lainnya. Mereka juga mengalami kebekuan hati apabila dihadapkan pada kesulitan pribadi.

Kesimpulan

Psikologi humanistik adalah pendekatan psikologi yang menekankan kehendak bebas, pertumbuhan pribadi, kegembiraan, kemampuan untuk pulih kembali setelah mengalami ketidakbahagiaan, serta keberhasilan dalam merealisasikan potensi manusia. Hal tersebut dapat dikatakan sebagai kepentingan hidup manusia untuk memenuhi kebutuhan hidup. Secara umum, kebutuhan manusia dalam kehidupan dapat dibedakan menjadi dua. *Pertama*, kebutuhan yang bersifat kebendaan (sarana-prasarana) atau kebutuhan biologis atau kebutuhan fisiologis, seperti makan, minum, tidur, dan lain-lain. *Kedua*, kebutuhan yang bersifat rohani atau mental atau kejiwaan, seperti kasih sayang, pujian, rasa aman, dan lain-lain.

Abraham Maslow berpendapat bahwa kebutuhan manusia dalam hidup dibagi menjadi lima tingkatan. Kebutuhan manusia pertama-tama diawali dari kebutuhan fisiologis atau paling mendesak, kemudian secara bertahap beralih pada kebutuhan

36 E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian...*, hlm. 146.

tingkat di atasnya sampai tingkatan tertinggi, yaitu kebutuhan aktualisasi diri. Ia menjelaskan bahwa kita tidak dapat memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi jika kebutuhan yang lebih rendah belum terpenuhi. Itu berarti kebutuhan nomor lima akan diupayakan pemenuhannya jika memenuhi kebutuhan sebelumnya. Jadi, kebutuhan manusia bertingkat dan membentuk hierarki.

Hendaknya hierarki kebutuhan Maslow tidak dilihat secara kaku dan mutlak. Batas-batas antara tingkatan yang satu dengan yang lain tidak terlampaui jelas dan lebih menunjukkan saling tumpang tindih. Tidak dapat dipastikan bahwa kebutuhan rasa aman hanya akan muncul setelah kebutuhan makanan terpenuhi sepenuhnya. Masyarakat kita mampu memuaskan sebagian besar kebutuhan dasar kendati belum sepenuhnya. Hal yang hendak ditekankan adalah begitu suatu tingkat kebutuhan terpenuhi, kebutuhan tersebut tidak lagi akan memiliki pengaruh yang berarti pada motivasi.

Pada akhirnya, untuk memahami, menerima, dan menerapkan teori yang hingga kini masih digunakan, kita harus memahami sejumlah kualifikasi lanjutan agar konsep kita menjadi lebih komprehensif, yaitu sebagai berikut.

1. Teori Maslow merupakan teori umum tentang kebutuhan manusia, ketika diterapkan kepada manusia tertentu (dengan budaya tertentu), terdapat pengecualian dalam pengurutan umum hierarki yang ada. Ada orang tertentu yang tidak pernah berkembang melampaui tingkatan pertama atau kedua, dan ada orang lain yang terpukau oleh kebutuhan tingkat tinggi sehingga kebutuhan yang lebih rendah tidak menarik bagi mereka.
2. Rantai kausatif tidak selalu berlangsung dari stimulus-kebutuhan-perilaku. Sekalipun Maslow dalam tesisnya menyatakan bahwa apabila seseorang tidak dapat memenuhi

dua macam kebutuhannya, ia lebih menginginkan pemenuhan kebutuhan yang lebih mendasar. Kenyataannya tindakannya tidak sesuai dengan keinginannya karena ideal, standar sosial, norma, dan tugas-tugas dapat memengaruhi dirinya.

3. Tindakan jarang sekali dimotivasi oleh kebutuhan tunggal. Setiap tindakan cenderung disebabkan berbagai macam kebutuhan. Pada sisi lain, dua kebutuhan yang sama tidak selalu menyebabkan timbulnya reaksi yang sama pada setiap individu. Umumnya, individu-individu dapat mengembangkan tujuan pengganti ketika pencapaian langsung terhadap suatu kebutuhan terhalangi.
4. Perlu disadari bahwa banyak di antara tujuan yang diupayakan oleh manusia merupakan tujuan jauh dan berjangka panjang yang hanya dapat dicapai melalui suatu seri langkah dan sarana. Apabila dalam jangka pendek seseorang tidak menampakkan minat pada tujuan tertentu, belum tentu ia tidak membutuhkannya. Menyadari hal ini, lagi-lagi ditegaskan betapa besar misteri yang meliputi kepribadian manusia.

TEORI FIELD THEORY (LIFE SPACE) KURT LEWIN

A. Biografi Kurt Lewin

Kurt Lewin (1890-1947) disebut sebagai Bapak Psikologi Sosial karena karya dan pemikiran-pemikirannya yang memiliki dampak begitu mendalam terhadap psikologi sosial, terutama dalam masalah dinamika kelompok dan penelitian tindakan. Bahkan, karya dan pemikirannya sangat relevan bagi dunia pendidikan.

Kurt Lewin lahir pada tanggal 9 September 1890 di Desa Mogilno di Prusia (sekarang bagian dari Polandia). Ia anak kedua dari empat bersaudara yang dibesarkan dalam keluarga Yahudi kelas menengah. Ayahnya memiliki sebuah toko kelontong kecil dan pertanian. Mereka pindah ke Berlin ketika Kurt Lewin berusia 15 tahun. Pada tahun 1909, Kurt Lewin memasuki Universitas Frieberg untuk belajar kedokteran. Ia dipindahkan ke Universitas Munich untuk belajar biologi. Saat menjadi mahasiswa, ia mulai banyak terlibat dalam pergerakan kaum sosialis. Perhatiannya pada masalah pergerakan



Kurt Lewin

Sumber:

psychology.about.com

sosial muncul dan mendorongnya untuk berperan serta dalam memerangi anti-semitisme, menuntut demokratisasi bagi institusi Jerman dan perbaikan bagi hak-hak kaum perempuan.

Gelar doktornya didapatkan dari Universitas Berlin, ketika ia mengembangkan minat dalam bidang filsafat ilmu dan psikologi Gestalt. Gelar Ph.D. diperoleh pada tahun 1916, saat ia mengabdikan pada militer Jerman. Pada tahun 1921, Kurt Lewin bergabung di institusi psikologi di Universitas Berlin. Di sana, ia mengajar dan mengadakan seminar di bidang filsafat dan psikologi. Ia merupakan dosen yang antusias yang menarik minat para mahasiswa. Namanya mulai dikenal baik di dunia akademisi ataupun publisistik. Karyanya menjadi dikenal di Amerika, dan ia diundang selama satu semester sebagai profesor tamu di Stanford pada tahun 1930.

Pada tahun 1933 karena pertimbangan politik yang semakin memburuk di Jerman, Kurt Lewin dan istrinya juga anak perempuan mereka menetap di Amerika Serikat dan menjadi warga negara Amerika pada tahun 1940. Pada tahun 1933, Kurt Lewin untuk pertama kali bekerja di Sekolah Ekonomi Cornell Home dan pada tahun 1935 ia mengajar di University of Iowa. Pada tahun yang sama, koleksi paper pertamanya dalam Bahasa Inggris, yaitu *A Dynamic Theory of Personality* diterbitkan. Di Iowa, ia terus mengembangkan minatnya dalam bidang sosial dan melakukan penelitian di daerah itu. University Iowa tetap menyimpan *data base* Kurt Lewin sampai tahun 1944.

Sejak tahun 1940, Kurt Lewin terlibat secara signifikan dalam berbagai inisiatif penelitian terapan berkaitan dengan masalah perang. Hal ini termasuk menjelajahi moral pasukan tempur, perang psikologis, dan reorientasi ketiadaan konsumsi makanan saat pasokan makanan sedikit. Komitmen sosialnya senantiasa kuat dan ia banyak diminta menjadi pembicara masalah-masalah minoritas dan hubungan antar-kelompok. Ia ingin sekali mendirikan sebuah pusat penelitian bagi dinamika kelompok. Pada

tahun 1944, mimpi ini terwujud dengan didirikannya Pusat Penelitian Dinamika Kelompok di *Massachusetts Institut of Technology* (MIT).

Pada saat yang sama, Kurt Lewin juga terlibat dalam sebuah proyek untuk Kongres Yahudi Amerika di New York, yakni Komisi antar-hubungan Masyarakat. Hal itu membuat penelitian tindakan (penelitian yang diarahkan pada penyelesaian masalah sosial) model Lewin digunakan dalam sejumlah studi yang signifikan berkaitan prasangka agama dan ras. Pada tahun 1946, perancangan proyek ini membuahkan karya bersama para tokoh, pemimpin masyarakat, juga para fasilitator kelompok. Ia dan rekan-rekannya mendapatkan dana dari kantor Naval Research untuk mendirikan Laboratorium Pelatihan Nasional pada tahun 1947 di Bethel, Maine. Lewin meninggal karena serangan jantung di Newtonville, Massachusetts dalam usia 56 tahun, tepatnya tanggal 11 Februari 1947 sebelum laboratorium yang diinginkannya berdiri.

B. Konsep Utama Teori Kurt Lewin

Teori medan bukan sistem psikologi baru yang terbatas pada isi yang khas. Teori medan merupakan sekumpulan konsep yang menjadikan seseorang dapat menggambarkan kenyataan psikologis. Konsep tersebut harus cukup luas untuk dapat diterapkan dalam semua bentuk tingkah laku, sekaligus cukup spesifik untuk menggambarkan orang tertentu dalam situasi konkret. Lewin juga menggolongkan teori medan sebagai metode untuk menganalisis hubungan kausal dan untuk membangun konstruk ilmiah.

Ciri utama dari teori Lewin, yaitu:

1. tingkah laku adalah fungsi dari medan yang ada pada waktu tingkah laku itu terjadi;

2. analisis dimulai dengan situasi sebagai keseluruhan dari bagian-bagian komponennya dipisahkan;
3. orang yang konkret dalam situasi yang konkret dapat digambarkan secara matematis.

Konsep teori medan telah diterapkan Lewin dalam berbagai gejala psikologis dan sosiologis, termasuk tingkah laku bayi dan anak-anak, masa adolsen, keterbelakangan mental, masalah-masalah kelompok minoritas, perbedaan karakter nasional, dan dinamika kelompok.

1. Dinamika Kepribadian

Konsep-konsep dinamika pokok dari Lewin, yaitu kebutuhan energi psikis, tegangan, kekuatan atau *vector*, dan valensi. Konstruksi dinamis ini menentukan lokomosi khusus dari individu dan cara mengatur struktur lingkungannya. Lokomosi dan perubahan struktur berfungsi mereduksi tegangan dengan cara memuaskan kebutuhan. Suatu tegangan dapat direduksi dan keseimbangan dapat dipulihkan oleh lokomosi substitusi. Proses ini menuntut bahwa dua kebutuhan erat yang saling bergantung satu sama lain. Dengan demikian, pemisahan salah satu kebutuhan adalah melepaskan tegangan dari sistem kebutuhan lainnya.

Akhirnya, tegangan dapat direduksi dengan lokomosi murni khayalan. Seseorang yang berkhayal telah melakukan perbuatan yang sulit atau menempati jabatan yang tinggi, mendapat semacam kepuasan semu dari sekadar berkhayal tentang keberhasilan.

a. Energi

Bagi Lewin, manusia adalah sistem energi yang kompleks. Energi yang dipakai untuk kerja psikologis disebut energi psikis (*psychic energy*). Energi muncul dari perbedaan tegangan antarsel atau antar-*region*. Meningkatnya tegangan pada salah satu sel lebih tinggi dibandingkan dengan sel lain, akan

menghasilkan ketidakseimbangan, dan usaha sistem pribadi dalam untuk menyeimbangkan kembali tegangan antarsel itu akan menimbulkan energi psikis. Ketika sistem kembali seimbang, keluaran energi berhenti dan sistem beristirahat. Ketidakseimbangan akibat peningkatan tegangan juga bisa terjadi antar-*region* dalam sistem lingkungan psikologis.

b. Tegangan

Tegangan mempunyai dua sifat. *Pertama*, tegangan cenderung menjadi seimbang jika sistem a berada dalam tegangan tinggi dan sistem b, c, d dalam keadaan tegangan rendah. Tegangan cenderung bergerak dari a ke b-c-d, sampai keempat sistem itu berada dalam tegangan yang sama (bandingkan dengan prinsip entropi dari Jung). *Kedua*, dari tegangan adalah kecenderungan untuk menekan bondaris sistem yang mewadahnya. Sel atau *region* hampir selalu memiliki persinggungan dengan beberapa sel/*region* lain. Jika bondaris antar-*region* yang tegang itu dengan *region* tetangganya permeabel, tegangan akan mengalir ke sana. Jika bondaris itu tidak permeabel, aliran terhambat dan tegangan akan mencari bondaris yang permeabel.

c. Kebutuhan

Tegangan pada satu sel meningkat karena munculnya kebutuhan. Misalnya, kondisi fisiologis, seperti lapar, haus, atau seks, atau keinginan seperti ingin bekerja menghasilkan uang, atau kemauan untuk mengerjakan sesuatu, seperti menyelesaikan tugas atau menghadiri pertemuan. Bagi Lewin, kebutuhan mencakup pengertian motif, keinginan, dan dorongan. Menurutnya, kebutuhan yang bersifat spesifik itu tidak terhingga, sebanyak keinginan spesifik manusia. Ia tidak berusaha mendaftar semua *need*, dan tidak mereduksi jumlah kebutuhan menjadi beberapa kebutuhan umum. Ia merasa

masih sangat sedikit yang diketahui tentang cara menyistematisirnya. Dalam sistemnya, hanya kebutuhan yang muncul pada saat ini yang akan menghasilkan dampak terhadap situasi. Misalnya, setiap orang dapat merasakan lapar, tetapi jika kebutuhan itu perlu diperhitungkan. Kebutuhan dapat menjadi sangat spesifik karena dihubungkan dengan objek tertentu, akibat pengaruh interaksi sosial dan budaya. Kebutuhan semacam itu disebut kebutuhan semu (*quasy need*). Lapar sebagai kebutuhan spesifik menjadi kebutuhan semu dalam bentuk kebutuhan makan nasi. Kebutuhan mendengar konser piano, menari, atau memelihara ikan hias merupakan contoh lain dari kebutuhan semu karena kebutuhan itu melibatkan interaksi dengan orang lain dan dengan aspek budaya.

d. Tindakan (*action*)

Menurut Lewin, tegangan yang terkumpul dalam sistem pribadi-dalam akan menekan bondaris dan energinya menerobos ke daerah persepsi-motorik, tidak langsung menghasilkan gerakan. Dibutuhkan dua konsep, yaitu valensi dan vektor untuk menghubungkan motivasi di pribadi-dalam dengan tindakan yang bertujuan di daerah lingkungan psikologis.

e. Valensi

Valensi adalah nilai *region* dari lingkungan psikologis bagi pribadi. *Region* dengan valensi positif berisi objek tujuan yang dapat mengurangi tegangan pribadi, misalnya bagi orang yang lapar, *region* yang berisi makanan mempunyai valensi positif. Sebaliknya orang yang takut dengan anjing, *region* yang berisi anjing mempunyai valensi negatif karena *region* itu dapat meningkatkan tegangan (rasa takut) pribadi. Pada dasarnya, besarnya valensi ditentukan oleh kebutuhan-nilai makanan bergantung pada tingkat kelaparan seseorang. Di samping itu,

ada faktor lain, seperti pengalaman dan budaya yang memengaruhi valensi. Misalnya, pada orang lapar, makanan tertentu mungkin mempunyai valensi negatif jika makanan itu tidak disukainya.

f. Vektor

Tingkah laku gerak seseorang akan terjadi jika ada kekuatan yang cukup besar untuk mendorongnya. Meminjam dari bidang matematika dan fisika, Lewin menyebut kekuatan itu sebagai vektor. Vektor merupakan kekuatan psikologis yang mengenai seseorang, cenderung membuatnya bergerak ke arah tertentu. Arah dan kekuatan vektor adalah fungsi dari valensi positif dan negatif dari satu atau lebih *region* dalam lingkungan psikologis. Apabila satu *region* mempunyai valensi positif (misalnya, berisi makanan yang diinginkan), vektor yang mengarahkan ke *region* itu mengenai lingkaran pribadi. Apabila valensi *region* kedua negatif (berisi anjing yang menakutkan), vektor lain mengenai lingkaran pribadi mendorong menjauhi *region* anjing. Jika beberapa vektor positif mengenai dia, misalnya jika orang payah – dan lapar – dan makanan harus disiapkan, atau orang harus hadir dalam pertemuan penting – dan tidak punya waktu untuk makan siang, hasil gerakannya merupakan jumlah dari semua vektor. Situasi ini sering melibatkan konflik, topik yang penelitiannya dimulai oleh Lewin dan menjadi topik yang sangat luas dari Miller dan Dollard.

g. Lokomosi

Lingkaran pribadi dapat pindah dari satu tempat ke tempat lain di daerah lingkungan psikologis. Pribadi pindah ke *region* yang menyediakan pemuasan kebutuhan pribadi-dalam atau menjauhi *region* yang menimbulkan tegangan pribadi-dalam. Perpindahan lingkaran pribadi itu disebut lokomosi (*locomotion*). Lokomosi dapat berupa gerak fisik atau perubahan fokus perhatian. Dalam kenyataannya, sebagian besar lokomosi

yang sangat menarik perhatian psikolog berkaitan dengan perubahan fokus persepsi dan proses atensi.

h. *Event*

Lewin menggambarkan dinamika jiwa dalam bentuk gerakan atau aksi di daerah ruang hidup dalam bentuk peristiwa atau *event*. Peristiwa (*event*) adalah hasil interaksi antara dua atau lebih fakta, baik di daerah pribadi maupun daerah lingkungan. Komunikasi (hubungan antarsel atau *region*) dan lokomosi (gerak pribadi) adalah peristiwa karena keduanya melibatkan dua fakta atau lebih. Ada tiga prinsip yang menjadi prasyarat terjadinya suatu peristiwa: keterhubungan (*relatedness*), kenyataan (*concreteness*), kekinian (*contemporary*).

- 1) **Keterhubungan:** Dua atau lebih fakta berinteraksi. Jika antarfakta itu terdapat hubungan tertentu, mulai hubungan sebab akibat yang jelas, sampai hubungan persamaan atau perbedaan yang secara rasional tidak penting.
- 2) **Kenyataan:** Fakta harus ada di ruang hidup. Fakta potensial atau peluang yang tidak eksis tidak dapat memengaruhi even masa kini. Fakta di luar lingkungan psikologis tidak terpengaruh, kecuali masuk ke ruang hidup.
- 3) **Kekinian:** Fakta harus kontemporer. Hanya fakta masa kini yang menghasilkan tingkah laku masa kini. Fakta yang tidak eksis tidak dapat menciptakan even masa kini. Fakta peristiwa nyata masa lalu atau peristiwa potensial masa mendatang tidak dapat menentukan tingkah laku saat ini, tetapi sikap, perasaan, dan pikiran mengenai masa lalu dan masa mendatang adalah bagian dari ruang hidup sekarang dan mungkin dapat memengaruhi tingkah laku. Jadi, ruang hidup sekarang harus mewakili isi psikologi masa lalu, sekarang, dan masa mendatang.¹

1 <http://sumberbelajarsmkkn10.wordpress.com>

2. Unsur-unsur Pembentuk

Lewin menggambarkan manusia sebagai pribadi yang berada dalam lingkungan psikologis dengan pola hubungan dasar tertentu. Pendekatan matematis yang dipakai Lewin untuk menggambarkan ruang hidup disebut topologi. Fokusnya adalah saling hubungan antara segala sesuatu di dalam jiwa manusia, hubungan antarbagian dan hubungan antara bagian dengan keseluruhan, lebih dari sekadar ukuran dan bentuk. Jadi, dalam mempelajari diagram-diagram Lewin harus diperhatikan hubungan dan komunikasi antardaerah, alih-alih bentuk dan ukuran yang dipakai untuk menggambarkan daerah-daerah.

a. Ruang Hidup (*Life Space*)

Ruang hidup (*life space*), yaitu seluruh isi elips: keseluruhan kumpulan fakta yang ada pada suatu saat, yang memengaruhi/menentukan tingkah laku. Ruang hidup merupakan potret sesaat yang terus-menerus berubah, mencakup persepsi seseorang tentang dirinya sendiri dalam lingkungan fisik dan sosialnya saat itu, keinginan, kemauan, tujuan, ingatan tentang peristiwa masa lalu, imajinasi mengenai masa depan, perasaannya, dan sebagainya. Ruang hidup merupakan gabungan antara daerah pribadi dan daerah lingkungan psikologis, yang secara matematis dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$Rh = (P + E)$$

Keterangan:

Rh = Ruang hidup

P = Daerah Pribadi

E = Daerah Lingkungan Psikologis

b. Daerah Pribadi (*Person Area*)

Lewin menggambarkan daerah pribadi dengan lingkaran tertutup, menunjukkan bahwa pribadi adalah kesatuan yang terpisah dari hal lain di dunia, tetapi tetap menjadi bagian dari

dunia. Lingkaran itu berada dalam elips yang menggambarkan bahwa pribadi adalah bagian yang terpisah, tetapi berada di dalam ruang hidup menjadi bagian dari semua yang ada di dalam ruang hidup. Daerah pribadi terdiri atas dua bagian besar, daerah persepsi-motorik dan daerah pribadi-dalam.

- 1) **Daerah persepsi motorik (*perception-motor area*):** menjadi daerah antara yang menghubungkan pribadi-dalam dengan lingkungan psikologis. Pribadi-dalam memengaruhi tingkah laku melalui fungsi motorik. Sebaliknya, lingkungan psikologis memengaruhi pribadi-dalam melalui proses persepsi.
- 2) **Daerah pribadi-dalam (*inner-personal area*):** berisi aspek-aspek motivasional. Daerah ini dibatasi oleh daerah persepsi motorik sehingga tidak dapat berhubungan langsung dengan lingkungan psikologis. Aspek-aspek motivasional dalam pribadi-dalam digambarkan dalam pecahan daerah yang disebut sel.
- 3) **Sel (*cells*):** 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 tingkah laku manusia. Jumlah dan posisi sel setiap saat bisa berubah bergantung pada tujuan, keinginan, kebutuhan, dan motivasi yang muncul pada saat dan yang mendesak untuk dilayani dengan tindakan motorik. Sel yang satu akan memengaruhi sel yang lain. Sel-sel itu saling berkomunikasi, saling bersentuhan, saling memengaruhi, bergantung pada sifat independensinya.

c. Daerah Lingkungan Psikologis

Daerah di dalam elips, tetapi di luar lingkaran adalah daerah lingkungan psikologis. Seperti daerah pribadi-dalam, daerah lingkungan psikologis dibagi-bagi dalam pecahan disebut *region*.

Semua stimulus yang ditangkap oleh persepsi dan memengaruhi atau menjadi bagian yang "menyibukkan" fungsi kognitif manusia, berarti stimulus itu mempunyai tempat tertentu yang disebut *region* dalam lingkungan psikologis seseorang. Satu stimulus atau seperangkat stimulus yang bermakna sebagai satu kesatuan menghuni satu *region*. Setiap saat *region* yang ada di lingkungan psikologis berubah-ubah jumlah dan jenisnya bergantung pada berapa jumlah persepsi yang menggugah fungsi kognitifnya. Seperti pada sel, *region* saling berkomunikasi.

Semua garis yang tertera pada diagram disebut bondaris, yaitu batas antarsel, antar-region atau antara daerah lingkungan psikologis dengan daerah persepsi-motorik dan antara daerah persepsi-motorik dengan daerah pribadi-dalam. Antara unsur-unsur struktur kepribadian yang dibatasi bondaris saling berinteraksi (digambarkan dengan garis bondaris yang tipis) atau saling independen (garis tebal). Garis yang tipis menggambarkan sifat bondaris yang permeabel, artinya garis itu mudah ditembus dan dua daerah yang dibatasi garis itu saling memengaruhi. Garis yang tebal menggambarkan sifat bondaris yang tidak-permeabel, artinya garis itu tidak bisa ditembus dan dua daerah yang dibatasi garis itu saling independen, tidak saling memengaruhi.

d. Lingkungan Nonpsikologis

Luas lingkungan nonpsikologis tidak terhingga sehingga tidak mempunyai bondaris. Apa saja yang ada, tetapi tidak menjadi stimulus bagi diri seseorang, termasuk lingkungan nonpsikologis, berupa benda/objek, fakta-fakta atau situasi sosial. Benda, fakta, atau situasi sangat dekat secara fisik dengan orang itu, tetapi jika tidak menyentuh fungsi psikologisnya berarti benda itu secara psikologis tidak ada di sana, dia tidak ada di daerah psikologis –dia berada di daerah nonpsikologis (disebut juga daerah kulit asing).

C. Evaluasi Konsep Medan Kognitif

Kritik terhadap teori Lewin dapat dikelompokkan dalam lima topik utama, yaitu sebagai berikut.

1. Lewin tidak mengelaborasi pengaruh lingkungan luar atau lingkungan objektif, memang dikemukakan sifat bondaris antara lingkungan psikologis dengan lingkungan objektif yang *permenable*, namun hal ini tidak diikuti oleh penjelasan dinamika cara lingkungan luar memengaruhi *region* atau menjadi *region* baru.
2. Lewin kurang memerhatikan sejarah individu pada masa lalu sebagai penentu tingkah laku. Ini merupakan risiko teori yang mementingkan masa kini dan masa yang akan datang. Teori ini juga terlalu bersibuk diri dengan aspek-aspek yang mendalam dari kepribadian sehingga mengabaikan tingkah laku motoris yang tampak dari luar.
3. Lewin menyalahgunakan konsep ilmu alam dan konsep matematika. Memang tidak mudah memahami jiwa dengan memakai rumus-rumus matematika. Bahkan, Lewin berani mengambil risiko dengan memakai istilah-istilah dalam matematika dan fisika untuk dipakai dalam psikologi dengan makna yang sangat berbeda dengan makna aslinya.
4. Penggunaan konsep-konsep tipologi telah menyimpang dari arti sebenarnya. Penggambaran tipologis dan vektorial dari Lewin tidak mengungkapkan sesuatu yang baru tentang tingkah laku.
5. Banyak konsep dan konstruk yang tidak didefinisikan secara jelas sehingga memberikan arti yang kabur.

Bab 9

TEORI PERKEMBANGAN KOGNITIF: SCHEMATA JEAN PIAGET

A. Biografi Jean Piaget

Jean Piaget terkenal dengan teori kognitifnya, yang berpengaruh penting terhadap perkembangan konsep kecerdasan. Psikolog Swiss yang hidup tahun 1896–1980 ini pada awalnya lebih tertarik pada bidang biologi dan filsafat, khususnya epistemologi. Akan tetapi, dalam perjalanan kariernya sebagai peneliti di Binet Testing Laboratory di Paris, Piaget lebih fokus pada bidang psikologi. Piaget menyatakan bahwa perkembangan kognitif bukan hanya merupakan hasil kematangan organisme, bukan pula pengaruh lingkungan semata, melainkan hasil interaksi antar-keduanya. Awalnya Jean Piaget adalah seorang biolog, tetapi ia dikenal karena karyanya tentang pengembangan kognisi. Banyak yang berargumen bahwa dialah yang mempunyai andil besar terhadap penciptaan psikologi kognisi.¹



Jean Piaget

Sumber:
webspaceship.edu

¹ C.George Boeree, *Sejarah Psikologi*, Penerjemah, Abdul Qodir Shaleh, (Yogyakarta: PrismaSophi, 2007), hlm. 479.

Jean Piaget lahir di Neuchâtel, Swiss, yang berbahasa Prancis pada tanggal 9 Agustus 1896 dan meninggal pada tanggal 16 September 1980 pada umur 84 tahun. Ayahnya, Arthur Piaget, adalah seorang profesor dalam sastra Abad Pertengahan di Universitas Neuchâtel. Dalam keterangan lain dijelaskan bahwa ayahnya adalah ahli sejarah di bidang literatur. Piaget adalah seorang filsuf, ilmuwan, dan psikolog perkembangan Swiss yang terkenal karena hasil penelitiannya tentang anak-anak dan teori perkembangan kognitifnya. Menurut Ernest von Glasersfeld, Jean Piaget juga perintis besar dalam teori konstruktivis tentang pengetahuan. Karya Piaget pun banyak dikutip dalam pembahasan mengenai psikologi kognitif.

Piaget adalah seorang anak yang sangat cepat menjadi matang, yang mengembangkan minatnya dalam biologi dan dunia pengetahuan alam, dan menerbitkan sejumlah makalah sebelum ia lulus dari SMA. Bahkan, kariernya yang panjang dalam penelitian ilmiah dimulai ketika ia baru berusia 11 tahun, dengan diterbitkannya sebuah makalah pendek pada tahun 1907 tentang burung gereja albino. Pada usia 23 tahun, ia memublikasikan artikel tentang hubungan antara psikoanalisis dengan psikologi anak. Sepanjang kariernya, Piaget menulis lebih dari 60 buah buku dan ratusan artikel. Piaget memperoleh gelar Ph.D. dalam ilmu alamiah dari Universitas Neuchâtel, dan tidak lama belajar di Universitas Zürich. Selama masa ini, ia menerbitkan dua makalah filsafat yang memperlihatkan arah pemikirannya pada saat itu, tetapi yang belakangan ditolak karena dianggap sebagai karya tulis seorang remaja. Minatnya terhadap psikoanalisis, sebuah aliran pemikiran psikologi yang berkembang pada saat itu, juga dapat dicatat mulai muncul pada periode ini.²

Kemudian, ia pindah dari Swiss ke Grange-aux-Belles, Prancis, dan ia mengajar di sekolah untuk anak laki-laki yang dikelola oleh

² <http://sonsaka.blog.ugm.ac.id/2011/10/25/piaget-dan-teori-belajar-kognitif/>

Alfred Binet, pengembang tes inteligensia Binet dan bekerja dengan Theodore Simon di laboratorium Binet. Ketika menandai beberapa contoh dari tes-tes inteligensia inilah, Piaget memerhatikan bahwa anak-anak kecil terus-menerus memberikan jawaban yang salah untuk pertanyaan tertentu. Piaget tidak terlalu memerhatikan pada jawaban-jawaban yang keliru itu, tetapi pada kenyataan bahwa anak-anak yang kecil itu terus-menerus membuat kesalahan dalam pola yang sama, yang tidak dilakukan oleh anak-anak yang lebih besar dan orang dewasa. Hal ini menyebabkan Piaget mengajukan teori bahwa pemikiran atau proses kognitif anak-anak yang lebih kecil pada dasarnya berbeda dengan orang-orang dewasa. Akhirnya, ia mengajukan teori global tentang tahap-tahap perkembangan yang menyatakan bahwa setiap orang memperlihatkan pola-pola kognisi umum yang khas dalam setiap tahap perkembangannya.

Pada tahun 1916, Piaget menyelesaikan pendidikan sarjana bidang biologi di Universitas Neuchatel. Pada usia 21 tahun ia telah menyelesaikan disertasi tentang moluska dan memperoleh gelar doktor filsafat. Setelah menyelesaikan pendidikan formal, Piaget memutuskan untuk mendalami psikologi di Zurich.

Tahun 1919, ia meninggalkan Zurich dan pergi ke Paris. Selama dua tahun, ia tinggal di Universitas Sorbonne, belajar psikologi klinis, logika, serta epistemologi. Pendalamannya tentang filsafat meyakinkannya bahwa perlunya pemikiran spekulasi murni dilengkapi dengan pendekatan ilmu pengetahuan yang faktual.

Pada tahun 1920, Piaget bekerja bersama Dr. Theophile Simon di laboratorium Binet di Paris dengan tugas mengembangkan tes penalaran yang kemudian diujikan. Dari hasil uji yang diperolehnya, ia menyimpulkan bahwa perbedaan jawaban yang ada disebabkan oleh perbedaan inteligensi peserta. Berdasarkan pengalaman membuat tes tersebut, Piaget mendapatkan tiga pemikiran penting yang memengaruhi berpikirnya pada kemudian hari.

Pertama, Piaget melihat bahwa anak yang berbeda umurnya menggunakan cara berpikir yang berbeda. Inilah yang memengaruhi pandangan Piaget mengenai tahap-tahap perkembangan kognitif anak.

Kedua, metode klinik digunakannya untuk mengorek pemikiran anak secara lebih mendalam. Metode inilah yang dikembangkan Piaget dalam studinya tentang perkembangan kognitif anak.

Ketiga, Piaget berpikir bahwa pemikiran logika abstrak mungkin relevan untuk memahami pemikiran anak. Menurutnya, operasi-operasi logika yang ada dalam pemikiran deduksi berkaitan dengan struktur mental tertentu dalam diri anak. Ia mencoba untuk menemukan adanya kaitan yang erat antara pemikiran dan logika. Ciri pemikiran deduksi logis (abstrak dan hipotesis) ini menjadi salah satu ukuran tertinggi Piaget dalam menentukan tahap-tahap perkembangan kognitif anak.

Pada tahun 1921, Piaget kembali ke Swiss sebagai direktur Institut Rousseau di Geneva. Pada 1923, ia menikah dengan Valentine Châtenay, salah seorang mahasiswinya. Pasangan ini memperoleh tiga orang anak, yang dipelajari oleh Piaget sejak masa bayinya. Pada tahun 1929, Jean Piaget menerima jabatan sebagai Direktur Biro Pendidikan Internasional, yang tetap dipegangnya hingga tahun 1968. Setiap tahun, ia menyusun pidato direkturnya untuk Dewan BPI itu dan untuk Konferensi Internasional tentang pendidikan umum. Secara eksplisit ia mengungkapkan keyakinan pendidikannya.

Selama penelitian, Piaget semakin yakin akan adanya perbedaan antara proses pemikiran anak dengan orang dewasa. Ia yakin bahwa anak bukan merupakan suatu tiruan (replika) dari orang dewasa. Anak bukan hanya berpikir kurang efisien dari orang dewasa, melainkan berpikir secara berbeda dengan orang dewasa. Itulah sebabnya, Piaget yakin bahwa ada tahap perkembangan

kognitif yang berbeda dari anak hingga dewasa. Piaget juga mencoba menemukan sebab-musabab perkembangan kognitif.

Pada tahun 1920-1930, Piaget meneruskan penelitiannya dalam bidang perkembangan kognitif anak. Bersama dengan istrinya, ia meneliti ketiga anaknya yang lahir pada tahun 1925, 1927, dan 1931. Hasil pengamatan terhadap anak-anaknya ini dipublikasikan dalam *The Original of Intelligence in Children* dan *the Construction of Reality* tentang tahap sensorimotor. Studinya tentang masa kanak-kanak meyakinkan Piaget bahwa pengertian dibentuk dari tindakan anak, bukan dari bahasa anak.

Pada tahun 1940-an, Piaget tertarik untuk meneliti persepsi psikologi Gestalt. Ia memperluas pengertian persepsi tidak hanya sebagai proses tersendiri, tetapi juga berhubungan dengan inteligensi. Sejak tahun 1943, Piaget dengan teman-temannya menerbitkan banyak buku dan laporan tentang persepsi. Puncaknya adalah buku *The Mechanism of Perception* pada tahun 1961. Buku ini menjelaskan tentang struktur, proses, serta relasi antara persepsi dengan inteligensi seseorang. Atas anjuran Einstein, pada tahun 1940, Piaget meneliti pengertian anak tentang waktu, kecepatan, dan gerak. Sebagai hasil penelitian tersebut, ia memublikasikan dua buku, *The Child's Conception of Time* dan *The Child's of Movement and Speed*.

Setelah perang dunia kedua, penghargaan akan karya Piaget mulai tersebar ke seluruh dunia. Ia menerima gelar kehormatan dari banyak universitas, seperti Universitas Harvard di Cambridge, Universitas Sorbonne di Paris, dan beberapa Universitas di Belgia dan Brasilia. Pada tahun 1950, Piaget banyak meneliti dan menulis tentang perkembangan inteligensi manusia. Ia juga mengaplikasikan hasil penemuan psikologis tersebut dalam persoalan epistemologi. Pada tahun yang sama, ia memublikasikan seri *epistemologi genetik*. Buku ini merupakan sintesis pemikirannya tentang beberapa aspek pengetahuan, termasuk matematika,

fisika, psikologi, sosiologi, biologi, dan logika. Di antara tahun 1950-1960, Piaget banyak memublikasikan bukunya, terutama tentang perkembangan kognitif. Hingga pada tahun 1969, Piaget menerbitkan *The Psychology of the Child* yang diperuntukkan bagi kalangan umum yang ingin mengetahui pemikirannya. Ini adalah semacam ringkasan teori Piaget tentang perkembangan intelektual dan persepsi. Pada tahun yang sama, ia juga menerbitkan *Mental Imaginary in the Child*. Buku ini menjelaskan perkembangan gambaran mental dan hubungannya dengan perkembangan inteligensi. Pada tahun 1967, ia memublikasikan *Biology and Knowledge*, sebuah buku yang berkaitan dengan hubungan antara faktor biologi dengan proses kognitif.

Piaget menjabat sebagai profesor psikologi di Universitas Geneva dari tahun 1929 hingga tahun 1975 dan menjadi terkenal karena menyusun kembali teori perkembangan kognitif ke dalam serangkaian tahap, memperluas karya sebelumnya dari James Mark Baldwin menjadi empat tahap perkembangan yang lebih kurang sama dengan masa *infancy*, pra-sekolah, anak-anak, dan remaja. Tiap-tiap tahap ini dicirikan oleh struktur kognitif umum yang memengaruhi semua pemikiran si anak (pandangan strukturalis yang dipengaruhi oleh filsuf Immanuel Kant). Tiap-tiap tahap mewakili pemahaman sang anak tentang realitas pada masa itu, kecuali yang terakhir adalah perkiraan (*approximation*) tentang realitas yang tidak memadai. Jadi, perkembangan dari satu tahap ke tahap yang lainnya disebabkan oleh akumulasi kesalahan di dalam pemahaman sang anak tentang lingkungannya. Akumulasi ini pada akhirnya menyebabkan tingkat ketidakseimbangan kognitif yang perlu ditata ulang oleh struktur pemikiran.

Piaget pensiun dari Institut Rousseau pada tahun 1971. Walaupun demikian, ia tetap aktif menulis dan menerbitkan banyak buku. Piaget meninggal pada tanggal 16 September 1980 di Geneva.

Karya-karya Piaget yang diterbitkan menjadi buku adalah sebagai berikut.

1. *Introduction à l'Épistémologie Génétique* (1950).
2. *La Psychologie de l'Intelligence* (1961).
3. *Logique et Connaissance Scientifique, Encyclopédie de la Pléiade* (1967).
4. *The Growth of Logical Thinking from Childhood to Adolescence* (1958).
5. *The Early Growth of Logic in the Child: Classification and Seriation* (1964).
6. *The Child's Conception of the World* (1928).
7. *The Moral Judgment of the Child* (1932).
8. *The Child's Conception of Number* (1952).
9. *The Origins of Intelligence in Children* (1953).
10. *The Child's Construction of Reality* (1955).
11. *Biology and Knowledge* (1971).

Jabatan yang pernah dipegang oleh Piaget adalah:

1. tahun 1921-1925 Direktur Penelitian, Institut Jean-Jacques Rousseau, Geneva;
2. tahun 1925-1929 Profesor Psikologi, Sosiologi dan Filsafat Ilmu, Universitas Neuchatel;
3. tahun 1929-1939 Direktur Sejarah Pemikiran Ilmiah, Universitas Geneva;
4. tahun 1929-1967 Direktur, Biro Pendidikan Internasional, Geneva;
5. tahun 1932-1971 Direktur, Institut Ilmu-ilmu Pendidikan, Universitas Geneva;
6. tahun 1938-1951 Profesor Psikologi Eksperimen dan Sosiologi, Universitas Lausanne;

7. tahun 1939-1951 Profesor Sosiologi, Universitas Geneva;
8. tahun 1940-1971 Profesor Psikologi Eksperimen, Universitas Geneva;
9. tahun 1952-1964 Profesor Psikologi Genetika, Sorbonne, Paris;
10. tahun 1955-1980 Direktur, Pusat Internasional untuk Epistemologi Genetika, Geneva;
11. tahun 1971-1980 Profesor Emeritus, Universitas Geneva.

B. Teori Kognitif Jean Piaget

Jean Piaget merupakan tokoh teori kognitif yang pertama. Sebagai ahli psikologi, ia telah membuat soal standar tes kecerdasan siswa. Jawaban benar atau salah yang diberikan siswa telah menjadi sesuatu yang menarik mengapa anak-anak pada usia yang sama melakukan kesalahan yang sama. Hal ini mendorongnya untuk menyiapkan tahapan perkembangan yang dapat menjelaskan pertumbuhan intelektual.

Piaget percaya bahwa ada faktor biologis yang tidak dapat dihindarkan dalam perkembangan anak. Ia melakukan penelitian pada individu anak (terutama pada anaknya sendiri). Dengan metode ini, ia menetapkan prinsip teorinya itu. Teori ini menjelaskan tentang cara seseorang dapat memperoleh pengetahuan dan mengolahnya dalam proses berpikir sehingga proses perkembangan yang lain juga akan berkembang secara baik. Teori kognitif memandang bahwa proses belajar bukan sekadar stimulus dan respons yang bersifat mekanistik, tetapi lebih dari itu, yakni melibatkan kegiatan mental yang ada di dalam diri individu yang sedang belajar. Oleh sebab itu, menurut teori kognitif belajar adalah proses mental yang aktif untuk menerima, mencapai, mengingat, dan menggunakan pengetahuan.³

3 Beharuddin, dkk., *Teori Belajar dan Pembelajaran*. (Yogyakarta: Arruz Media, 2007), hlm. 87.

Istilah *cognitive* berasal dari kata *cognition* yang sepadan dengan *knowing*, yang berarti mengetahui. Dalam arti yang lebih luas, *cognition* (kognisi) adalah proses perolehan, penataan, dan penggunaan pengetahuan.⁴ Paul Henry menjelaskan bahwa kognisi adalah kegiatan mental dalam memperoleh, mengolah, mengorganisasi, dan menggunakan pengetahuan, sedangkan proses yang paling utama dalam kognisi meliputi mendeteksi, menginterpretasi, mengklasifikasi, dan mengingat informasi, mengevaluasi gagasan, menyaring prinsip dan mengambil kesimpulan segala macam pengalaman yang di dapat dalam kehidupannya.⁵

Dalam perkembangan selanjutnya, istilah kognitif menjadi salah satu domain atau wilayah psikologis manusia yang meliputi setiap perilaku mental yang berkaitan dengan pemahaman, pertimbangan, pengolahan informasi, pemecahan masalah, kesengajaan dan kejiwaan. Aspek kejiwaan yang berpusat di otak ini juga berhubungan dengan konasi (kehendak) dan afeksi (perasaan).⁶

Dengan demikian kognisi ini sangat penting sebab kognisi merupakan tempat proses diawali perolehan pengetahuan yang masuk dalam diri seseorang yang melalui berbagai proses. Proses perkembangan kognitif sangat memengaruhi perkembangan aspek yang lain, seperti afeksi.⁴

Adapun teori yang mengkaji dan meneliti mengenai proses kognitif disebut teori kognitif. Teori kognitif adalah teori yang berfokus pada pembentukan konsep berpikir, membangun pengetahuan (konsep mental) atau proses-proses sentral, seperti ide-ide, sikap, dan harapan. Orientasi kognitif berbeda dari orientasi

4 Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 22.

5 Paul Henry, dkk., *Perkembangan dan Kepribadian Anak*, jilid II, Terjemahan Med Meitasari Tjandrasa (Jakarta: Erlangga, 1994), hlm. 194.

6 Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, hlm. 22.

psikoanalitik dan behavioristik. Orientasi kognitif adalah mempelajari proses mental.⁷

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori perkembangan kognitif yang dikembangkan oleh Jean Piaget. Teori ini merupakan salah satu teori yang menjelaskan cara anak beradaptasi dan menginterpretasikan objek dan kejadian-kejadian yang ada di sekitarnya. Misalnya, cara anak belajar mengelompokkan objek-objek untuk mengetahui persamaan dan perbedaannya, dan untuk memahami penyebab terjadinya perubahan objek dan suatu peristiwa, serta untuk membentuk perkiraan tentang objek dan peristiwa tersebut.⁸

Menurut Piaget, seorang anak mempunyai cara berpikir dan pendekatan yang berbeda dengan orang dewasa dalam melihat dan mempelajari realitas.

Teori kognitif didasarkan pada asumsi bahwa kemampuan kognitif merupakan sesuatu yang fundamental dan yang membimbing tingkah laku anak. Dengan kemampuan kognitif ini, anak dipandang sebagai individu yang secara aktif membangun sendiri pengetahuan mereka tentang dunia.

Teori perkembangan kognitif Piaget adalah salah satu teori yang menjelaskan cara anak beradaptasi dengan dan menginterpretasikan objek dan kejadian sekitarnya; mempelajari ciri-ciri dan fungsi objek seperti mainan, perabot, dan makanan serta objek sosial, seperti diri, orangtua dan teman; bagaimana cara anak mengelompokkan objek untuk mengetahui persamaan dan perbedaannya, untuk memahami penyebab terjadinya perubahan dalam objek dan peristiwa serta untuk membentuk perkiraan tentang objek dan peristiwa tersebut.

7. Indoskripsi, "Summary Orientasi Kognitif", Indoskripsi.com., dalam www.google.com, 2008.

8. Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 45.

Piaget memandang bahwa anak memainkan peran aktif di dalam menyusun pengetahuannya mengenai realitas. Anak tidak pasif menerima informasi. Walaupun proses berpikir dalam konsepsi anak mengenai realitas telah dimodifikasi oleh pengalaman dengan dunia sekitarnya, anak juga berperan aktif dalam menginterpretasikan informasi yang ia peroleh melalui pengalaman, serta dalam mengadaptasikannya pada pengetahuan dan konsepsi mengenai dunia yang telah ia punyai.

Piaget percaya bahwa pemikiran anak-anak berkembang menurut tahap atau periode yang terus bertambah kompleks. Menurut teori tahapan Piaget, setiap individu akan melewati serangkaian perubahan kualitatif yang bersifat invarian, selalu tetap, tidak melompat atau mundur. Perubahan kualitatif ini terjadi karena tekanan biologis untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan serta adanya pengorganisasian struktur berpikir.

Untuk menunjukkan struktur kognitif yang mendasari pola-pola tingkah laku yang terorganisasi, Piaget menggunakan istilah skema dan adaptasi. Dengan kedua komponen ini, kognisi merupakan sistem yang selalu diorganisasi dan diadaptasi sehingga memungkinkan individu beradaptasi dengan lingkungannya.

Menurut Piaget, ada tiga dalil pokok dalam perkembangan mental manusia, yaitu:⁹

1. perkembangan intelektual terjadi melalui tahap-tahap beruntun yang selalu terjadi dengan urutan yang sama;
2. tahap-tahap itu didefinisikan sebagai kluster dari operasi-operasi mental yang menunjukkan adanya tingkah laku intelektual;

⁹ Ruseffendi, E.T., *Pengantar kepada Membantu Guru Mengembangkan Kompetensinya dalam Pengajaran Matematika untuk Meningkatkan CBSA*, (Bandung: Tarsito, 2006), hlm. 133.

3. gerak melalui tahap-tahap itu dilengkapkan oleh adanya keseimbangan (*ekuilibration*) proses pengembangan yang menguraikan interaksi antara pengalaman (asimilasi) dan struktur kognitif yang timbul (akomodasi).

Konsep dasar Piaget adalah sebagai berikut.

1. Skemata

Skema adalah struktur mental seseorang ketika secara intelektual beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Skema akan beradaptasi dan berubah selama perkembangan kognitif seseorang yang disebut juga sebagai cara mengorganisasi dan merespons berbagai pengalaman. Dengan kata lain, skema adalah pola sistematis dari tindakan, perilaku, pikiran, dan strategi pemecahan masalah yang memberikan kerangka pemikiran dalam menghadapi berbagai tantangan dan jenis situasi. Adaptasi (struktur fungsional) adalah istilah yang digunakan oleh Piaget untuk menunjukkan pentingnya pola hubungan individu dengan lingkungannya dalam proses perkembangan kognitif. Menurut Piaget, adaptasi ini terdiri atas dua proses yang saling melengkapi, yaitu asimilasi dan akomodasi.

Asimilasi adalah proses kognitif ketika seseorang mengintegrasikan persepsi, konsep, atau pengalaman baru ke dalam skema atau pola yang sudah ada dalam pikirannya. Dari sudut biologi, asimilasi adalah integrasi antara elemen eksternal (dari luar) terhadap struktur yang sudah lengkap pada organisme. Asimilasi kognitif meliputi objek eksternal menjadi struktur pengetahuan internal. Proses asimilasi ini didasarkan atas kenyataan bahwa setiap saat manusia selalu mengasimilasikan informasi-informasi yang sampai kepadanya. Informasi-informasi tersebut kemudian dikelompokkan dalam istilah-istilah yang sebelumnya telah mereka ketahui.

Akomodasi adalah menciptakan langkah baru atau memperbaharui atau menggabungkan istilah lama untuk menghadapi tantangan baru. Akomodasi kognitif berarti mengubah struktur kognitif yang telah dimiliki sebelumnya untuk disesuaikan dengan objek stimulus eksternal.

Jadi, pada asimilasi terjadi perubahan pada objeknya, pada akomodasi perubahan terjadi pada subjeknya sehingga dapat menyesuaikan diri dengan objek yang ada di luar dirinya. Struktur kognitif yang sudah ada dalam diri seseorang mengalami perubahan supaya sesuai dengan rangsangan objeknya. Organisasi adalah tendensi yang umum untuk semua bentuk kehidupan untuk mengintegrasikan struktur, baik yang psikis maupun fisiologis dalam suatu sistem yang lebih tinggi.¹⁰

2. Ekuilibrium

Piaget mengartikan inteligensi secara lebih luas, juga tidak mendefinisikan secara ketat. Ia memberikan definisi umum yang lebih mengungkap orientasi biologis. Menurutnya, inteligensi adalah bentuk ekuilibrium semua struktur yang menghasilkan persepsi, kebiasaan, dan mekanisme sensiomotor diarahkan.¹¹

Piaget mengemukakan bahwa setiap organisme yang ingin mengadakan penyesuaian (adaptasi) dengan lingkungannya harus mencapai keseimbangan (ekuilibrium), yaitu antara aktivitas individu terhadap lingkungan (asimilasi) dan aktivitas lingkungan terhadap individu (akomodasi). Agar terjadi ekuilibrisasi antara individu dan lingkungan, peristiwa-peristiwa asimilasi dan akomodasi harus terjadi secara terpadu, bersama-sama, dan komplementer.

10 Senduk, A.G., *Teori Perkembangan Intelektual Jean Piaget*, (Bandung: FFS IKIP Bandung, 1985), hlm. 10-16.

11 Paul Suparno, *Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget*, (Yogyakarta: Kanisius, 2000), hlm. 19.

C. Tahap-tahap Perkembangan

Piaget membagi perkembangan kognitif anak dalam empat periode utama yang berkorelasi dan semakin canggih seiring pertambahan usia, yaitu:¹²

1. tahap sensori motor, dari lahir sampai usia sekitar 2 tahun;
2. tahap pre-operasi, dari usia sekitar 2 tahun sampai sekitar 7 tahun;
3. tahap operasi konkret, dari usia sekitar 7 tahun sampai sekitar 11-12 tahun;
4. tahap operasi formal, dari usia sekitar 11 tahun sampai dewasa.

Tahapan-tahapan perkembangan mental Piaget dalam Ruseffendi (2006) adalah sebagai berikut.

1. Tahap Sensori Motorik (*Sensori Motor Stage*)

Tahap ini merupakan tahap perkembangan yang dialami semenjak lahir hingga usia sekitar 2 tahun yang merupakan tahap pertama Piaget. Pada tahap ini, bayi membangun pemahaman tentang dunia dengan mengoordinasikan pengalaman sensoris (seperti melihat dan mendengar) dengan tindakan motorik fisik sehingga istilahnya sensorimotor.¹³ Untuk anak pada tahap ini, yang utama adalah berpengalaman melalui berbuat dan sensori. Adapun berpikirnya melalui perbuatan (tindakan), gerak, dan reaksi yang spontan. Pada tahap ini, inteligensi anak lebih didasarkan pada tindakan terhadap lingkungannya, seperti melihat, meraba, mendengar, mencium, dan lain-lain. Mekanisme perkembangan sensorimotor ini menggunakan proses asimilasi dan akomodasi. Tahap-tahap perkembangan kognitif anak dikembangkan dengan perlahan-lahan melalui proses asimilasi dan akomodasi terhadap skema-skema anak karena adanya masukan, rangsangan, atau kontak dengan pengalaman dan situasi yang baru.

12 Dahar Ratna Willis, *Teori-teori Belajar*, (Jakarta: P2LPTK, 1988), hlm. 136-139.

13 John W. Santrock, *Life-Span Development*, Jilid 1, Penerjemah Ahmad Chusairi, dkk., (Jakarta: Erlangga, 2002), hlm. 44.

Ciri-ciri tahap sensori motor adalah sebagai berikut.

- a. Anak belajar mengembangkan dan menyelaraskan jasmaninya dengan perbuatan mentalnya menjadi tindakan-tindakan atau perbuatan yang teratur dan pasti. Ia belajar mengoordinasikan akal dan geraknya. Kegiatan penyelarasan perbuatan gerak fisik dan perbuatan mentalnya itu disebut "schemata".
- b. Anak berpikir melalui perbuatan dan gerak.
- c. Perkembangan yang terjadi pada tahap ini adalah dari gerak refleks ngemot dan gerak mata sampai pada kemampuan untuk makan, melihat, memegang, berjalan, dan berbicara.
- d. Pada akhir tahap ini, anak belajar mengaitkan simbol benda dengan benda konkretnya, hanya masih kesulitan. Misalnya, ia mengaitkan penglihatan mentalnya dengan penglihatan real dari benda yang disembunyikan. Pada akhir tahap ini, anak belajar bahwa benda yang disembunyikan dari penglihatan itu tidak menghilang terus, sebagaimana yang sebelumnya ia kira.
- e. Pada akhir tahap ini pula, anak mulai melakukan percobaan coba-coba berkenalan dengan benda-benda konkret (dengan menyusunnya, mengutak-atik, dan lain-lain).

2. Tahap Preoperasi (*Preoperational Stage*)

Istilah "operasi" di sini adalah proses berpikir logis, dan merupakan aktivitas sensorimotor. Dalam tahap ini anak sangat egosentris, sulit menerima pendapat orang lain. Pada tahap ini, anak-anak mulai melukiskan dunia dengan kata-kata dan gambar.¹⁴ Pada peringkat ini, anak-anak lebih sosial dan menggunakan bahasa serta tanda untuk menggambarkan suatu konsep. Secara jelas, penggunaan bahasa pada masa ini menggambarkan cara berpikir simbolis.¹⁵

14 John W. Santrock, *Life-Span Development...*, 2002, hlm. 45.

15 Paul Suparno, *Teori Perkembangan...*, hlm. 49.

Anak percaya bahwa yang mereka pikirkan dan alami juga menjadi pikiran dan pengalaman orang lain. Mereka percaya bahwa benda yang tidak bernyawa mempunyai sifat bernyawa. Tahap ini adalah tahap ketika anak mulai melakukan persiapan dalam pengorganisasian operasi konkret. Tahap perkembangan ini dapat dibagi ke dalam dua bagian. *Pertama*, tahap berpikir prekonseptual (sekitar usia 2–4 tahun), ketika representasi suatu objek dinyatakan dengan bahasa, gambar, dan permainan khayalan. *Kedua*, tahap berpikir intuitif (sekitar usia 4–7 tahun), yang pada tahap ini representasi suatu objek didasarkan pada persepsi pengalaman sendiri, bukan pada penalaran.

Adapun ciri-ciri tahap perkembangan preoperasi adalah sebagai berikut.

- a. Sebaran umur sekitar 2–7 tahun; tahap berpikir prekonseptual sekitar 2–4 tahun dan tahap berpikir intuitif sekitar 4–7 tahun.
- b. Pada tahap ini, anak berpikir internal (penghayatan ke dalam), sedangkan pada tahap sensori motor dengan gerak atau perbuatan. Anak pada tahap prekonseptual memungkinkan representasi sesuatu itu dengan bahasa, gambar, dan permainan khayalan. Penilaian dan pertimbangan anak pada tahap berpikir intuitif didasarkan pada persepsi pengalaman sendiri, belum pada penalaran.
- c. Anak mengaitkan pengalaman yang ada pada dunia luar dengan pengalaman pribadinya. Ia mengira bahwa cara berpikirnya dan pengalamannya dimiliki pula oleh orang lain. Misalnya, jika melihat gambar terbalik dari arah sisi meja yang satu, ia akan mengira temannya berhadapan dengannya pada sisi lain dari meja itu, akan melihat gambar tersebut secara terbalik pula. Oleh karena itu, kita menemukan bahwa anak-anak pada tahap ini sangat egois, tidak membenarkan barang mainannya, makanannya, dan lain-lain dijamah oleh anak lain.
- d. Anak mengira bahwa benda-benda tiruan memiliki sifat-sifat benda yang sebenarnya. Misalnya, perlakuan anak terhadap bonekanya, seperti perlakuannya terhadap anak yang sebenarnya (mengajak bicara, memberi makan dan minum, menyuruh tidur, dan lain-lain).
- e. Anak tidak dapat membedakan antara kejadian yang sebenarnya (fakta) dengan khayalannya (fantasi). Oleh karena itu, jika dia berdusta, "berdustanya" itu bukan karena moralnya jelek, tetapi karena kelemahannya. Ia tidak dapat membedakan antara fakta dan fantasi.
- f. Anak berpendapat bahwa benda-benda akan berbeda jika terlihat berbeda.
- g. Anak memiliki kesukaran membalikkan dan mengulang pemikiran (perbuatan). Anak tidak dapat atau sukar memahami apa yang akan terjadi jika air yang ada dalam bejana sebelah kanan ditumpahkan ke dalam bejana sebelah kiri. Anak pada tahap ini belum dapat melakukan operasi *invers*.
- h. Anak masih sulit memikirkan dua aspek atau lebih dari suatu benda secara serempak. Ia akan sulit jika diminta mengumpulkan kelereng besar dan berwarna hijau, misalnya. Demikian pula, ia akan sulit jika harus memahami bahwa himpunan laki-laki dan himpunan orang dewasa itu ada irisannya.
- i. Anak belum berpikir induktif ataupun deduktif, melainkan transitif (dari khusus ke khusus).
- j. Anak mampu memanipulasi benda-benda konkret.
- k. Anak mulai dapat membilang dengan menggunakan benda konkret, misalnya jari tangannya.
- l. Anak dapat memberikan alasan atas keyakinannya, dapat mengelompokkan benda-benda berdasarkan satu sifat khusus yang sederhana, dan mulai dapat memperoleh konsep yang sebenarnya.

- m. Anak belum dapat memahami korespondensi satu-satu untuk memahami banyaknya (kesamaan dan ketidaksamaan). Ia mengalami kesulitan untuk memahami bahwa bilangan kardinal dari himpunan bilangan asli adalah sama banyak dengan bilangan kardinal dari himpunan bilangan asli genap.
- n. Anak sulit memahami konsep ketidakterhinggaan dan pembagian tidak terbatas dari sebuah ruas garis atas ruas garis yang lebih kecil panjangnya.

3. Tahap Operasi Konkret (*Concrete Operational Stage*)

Tahap ini merupakan tahap anak-anak sekolah dasar pada umumnya. Pada tahap ini, anak dapat memahami operasi (logis) dengan bantuan benda-benda konkret. Operasi dengan bantuan benda-benda konkret di sini adalah tindakan atau perbuatan mental mengenai kenyataan dalam kehidupan nyata. Peringkat ini bermula dari umur 7 tahun hingga 11 tahun, merupakan tahap ketiga Piaget. Pada tahap ini, anak-anak dapat melakukan operasi dan penalaran logis menggantikan pemikiran intuitif sejauh pemikiran dapat diterapkan ke dalam contoh-contoh yang spesifik atau konkret.¹⁶ Operasi itu bersifat reversibel, artinya dapat mengerti dalam dua arah, yaitu suatu pemikiran yang dapat dikembalikan kepada awalnya lagi.

Anak tidak perlu selalu dengan bantuan benda-benda konkret ketika melakukan operasi. Akan tetapi, ada kemungkinan anak-anak masih kesulitan membuat generalisasi verbal dari contoh-contoh yang serupa.

Oleh karena itu, anak-anak pada tahap ini dapat dikelompokkan dalam taraf berpikir konkret, yaitu selalu memerlukan bantuan benda-benda konkret atau taraf berpikir semikonkret, artinya dapat mengerti jika dibantu dengan gambar benda konkret. Dapat pula

dikatakan taraf berpikir semiabstrak, yaitu dapat mengerti dengan bantuan diagram, torus, atau sejenisnya, serta dapat pula dikatakan berada pada taraf berpikir abstrak, yaitu dapat mengerti tanpa bantuan benda-benda real, gambar ataupun diagramnya.

Adapun ciri-ciri anak tahap operasi konkret adalah sebagai berikut.

- a. Sebaran umur dari sekitar 7 – 11 atau 12 tahun, kadang-kadang lebih.
- b. Pada permulaan tahap ini, egoismenya mulai berkurang. Anak mulai bersedia bermain dengan teman-temannya, tukar-menukar mainan, dan lain-lain.
- c. Dapat mengelompokkan benda-benda yang mempunyai beberapa karakteristik ke dalam himpunan dan himpunan bagian dengan karakteristik khusus dan dapat melihat beberapa karakteristik suatu benda secara serentak.
- d. Mampu berkecimpung dalam hubungan kompleks antarkelompok, membalikkan operasi dan prosedur, serta melihat "langkah (keadaan) antara" dari suatu perubahan. Misalnya, keadaan antara ayahnya pergi dan pulang kantor, langkah antara matahari terbit dan terbenam, dan lain-lain.
- e. Anak sudah memahami konsep kekekalan. Konsep kekekalan bilangan (6–7 tahun); kekekalan materi (7–8 tahun); kekekalan panjang (7–8 tahun); kekekalan luas (8–9 tahun); dan konsep kekekalan berat (9–10 tahun). Bahkan, anak sudah dapat memahami konsep kekekalan isi (14–15 tahun kadang-kadang mulai pada usia 11 tahun).
- f. Mampu melihat sudut pandangan orang lain. Anak belajar membedakan antara perbuatan salah yang disengaja dengan kesalahan yang tidak disengaja.
- g. Dapat menyelesaikan soal, seperti $6 + 3 = 9$

¹⁶ John W. Santrock, *Life-Span Development...*, 2002, hlm. 45.

- h. Dapat menggunakan tambang panjang 3, 4, dan 5 m dan bilangan pythagoras lainnya untuk membuat segi tiga siku-siku.
- i. Senang membuat benda bentukan, memanipulasi benda, dan membuat alat mekanis.
- j. Anak dapat memberikan alasan deduktif dan induktif, tetapi masih banyak memandang contoh berurutan dari prinsip umum sebagai hal-hal yang tidak berhubungan, misalnya dalam langkah-langkah terurut pada pembuktian induksi matematika.
- k. Berpikirnya lebih dinamis, berpikir ke depan – ke belakang dalam suatu struktur atau konteks.
- l. Masih mengalami kesulitan untuk menjelaskan peribahasa dan tidak mampu melihat arti yang tersembunyi, tetapi mulai memahami orang yang berjenaka.
- m. Jarang dapat membuat definisi deskriptif yang tepat, meskipun demikian dapat mengingat-ingat definisi buatan orang lain dan mengatakan kembali apa yang dihafalkannya.
- n. Sulit memahami abstraksi verbal. Anak mampu melakukan operasi kompleks, seperti kebalikan, substitusi, gabungan dan irisan, dan pengurutan dari benda-benda konkret, tetapi mungkin tidak mampu menyelesaikan operasi-operasi ini dengan simbol-simbol verbal. Kekuatan penilaian (*judgement*) dan memberi alasan secara logis belum berkembang dengan baik dan anak jarang menyelesaikan soal cerita yang berhubungan dengan hukum transitif.

Tahap ini disebut tahap operasi konkret sebab anak-anak usia antara 7–12 tahun mengalami kesulitan dalam menerapkan proses intelektual formal dalam simbol-simbol verbal dan ide-ide abstrak. Sekalipun demikian, anak pada usia 12 tahun sangat mahir menggunakan kepandaiannya untuk memanipulasi benda-benda konkret.

Tahap operasi konkret dapat dengan adanya sistem operasi berdasarkan yang terlihat nyata/konkret.

Ciri-ciri operasi konkret lain, yaitu sebagai berikut.

a. *Adaptasi dengan gambaran yang menyeluruh*

Pada tahap ini, anak dapat menggambarkan secara menyeluruh ingatan, pengalaman, dan objek yang dialami. Menurut Piaget, adaptasi dengan lingkungan disatukan dengan gambaran akan lingkungan itu.

b. *Melihat dari berbagai macam segi*

Anak mulai dapat melihat objek atau persoalan secara sedikit menyeluruh dengan melihat aspek-aspeknya. Ia tidak hanya memusatkan pada titik tertentu, tetapi dapat bersama-sama mengamati titik-titik yang lain dalam satu waktu yang bersamaan.

c. *Seriasi*

Proses seriasi adalah proses mengatur unsur-unsur menurut semakin besar atau semakin kecilnya unsur-unsur tersebut. Menurut Piaget, apabila seorang anak dapat membuat suatu seriasi, ia tidak akan mengalami banyak kesulitan untuk membuat seriasi selanjutnya.

d. *Bilangan*

Dalam percobaan Piaget, anak pada tahap praoperasi konkret belum dapat mengerti soal korespondensi satu-satu dan kekekalan, namun pada tahap operasi konkret, anak sudah dapat mengerti soal korespondensi dan kekekalan dengan baik. Dengan perkembangan ini berarti konsep tentang bilangan bagi anak telah berkembang.

e. *Ruang, waktu, dan kecepatan*

Pada umur 7 atau 8 tahun, anak sudah mengerti urutan ruang dengan melihat interval jarak suatu benda. Pada umur 8 tahun

anak sudah dapat mengerti relasi urutan waktu dan koordinasi dengan waktu. Pada umur 10 atau 11 tahun, anak sadar akan konsep waktu dan kecepatan.

f. *Probabilitas*

Pada tahap ini, pengertian probabilitas sebagai suatu perbandingan antara hal yang terjadi dengan kasus-kasus yang mulai terbentuk.

g. *Penalaran*

Dalam pembicaraan sehari-hari, anak jarang berbicara dengan suatu alasan, tetapi lebih mengatakan apa yang terjadi. Menurut Piaget, masih ada kesulitan dalam melihat persoalan secara menyeluruh.

h. *Egosentrisme dan Sosialisme*

Anak sudah tidak begitu egosentris dalam pemikirannya. Ia sadar bahwa orang lain dapat mempunyai pikiran lain.

4. Tahap Operasi Formal (*Formal Operational Stage*)

Menurut Piaget, tahap operasi formal merupakan tahap terakhir dalam perkembangan kognitif. Pada tahap ini, seorang remaja dapat berpikir logis, berpikir dengan pemikiran teoretis formal berdasarkan proposisi dan hipotesis, dapat mengambil kesimpulan lepas dari hal-hal yang dapat diamati saat itu, dan cara berpikir yang abstrak mulai dimengerti. Ada pembebasan pemikiran dari pengalaman langsung menuju ke pemikiran yang berdasarkan proposisi dan hipotesis. Asimilasi dan akomodasi terus berperan dalam membentuk skema yang lebih menyeluruh pada pemikiran remaja. Pada saat ini, pemikiran remaja dengan pemikiran orang dewasa sama secara kualitas, namun berbeda secara kuantitas.¹⁷

17. Paul Suparno, *Teori Perkembangan...*, hlm. 100.

Adapun ciri-ciri tahap operasi formal adalah sebagai berikut.

- a. Berusia sekitar 11–12 tahun ke atas (disebut juga anak dewasa).
- b. Tidak memerlukan perantara operasi konkret lagi untuk menyajikan abstraksi mental secara verbal.
- c. Dapat mempertimbangkan banyak pandangan sekaligus dapat memandang perbuatannya secara objektif dan merefleksikan proses berpikirnya.
- d. Mulai belajar merumuskan hipotesis (perkiraan) sebelum ia berbuat. Percobaan dilakukan untuk membuktikan hipotesisnya.
- e. Dapat merumuskan dalil/teori, menggeneralisasikan hipotesis, dan mengetes bermacam hipotesis.
- f. Dapat menghayati derajat kebaikan dan kesalahan, dapat memandang definisi, aturan, dan dalil dalam konteks yang benar dan objektif.
- g. Dapat berpikir deduktif dan induktif, dapat memberikan alasan-alasan dari kombinasi pernyataan dengan menggunakan konjungsi, disjungsi, negasi, dan implikasi, serta memahami induksi matematika.
- h. Memahami dan menggunakan konteks kompleks, seperti permutasi, kombinasi, perbandingan (proposisi), korelasi, dan probabilitas, dan dapat menggambarkan besar tidak hingga dan kecil tidak hingga. Operasi formal pada tahap perkembangan mental ini tidak berkaitan dengan ada atau tidaknya benda-benda konkret, tetapi berkaitan dengan tipe berpikir. Apakah situasinya disertai oleh benda-benda konkret atau tidak, tidak menjadi masalah.

Daftar Pustaka

- A. G. Senduk. 1985. *Teori Perkembangan Intelektual Jean Piaget*. Bandung: FPS IKIP.
- A. Hallen. 2002. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Jakarta: Ciputat Press.
- A. Supratiknya. 1993. *Psikologi Kepribadian 3: Teori-teori Sifat dan Behavioristik*. Yogyakarta: Kanisius.
- Abdul Qodir. 2000. *Sejarah Psikologi*. Yogyakarta: Prismashopie.
- Abraham Maslow. 1970. *Motivation and Personality. First Edition*. America: Longman.
- Adang Hambali & Ujam Jaenuddin. 2013. *Psikologi Kepribadian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Agus Sujanto, 1996. *Psikologi Perkembangan*. Cet. VII. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ahmad D. Marimba. 1980. *Pengantar Filsafat Pendidikan Islam*. Cet. IV. Bandung: Al-Ma'arif.
- Ahmad Fauzi. 1999. *Psikologi Umum, untuk Fakultas Tarbiyah Komponen MKDK*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ahmad Musa. 1979. *Psychology*. Cet. II. Bandung: t.p.

- Ahmad Warson Al-Munawir. 1997. *Kamus Al-Munawir; Arab Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progressif.
- Akhmad Sugandi dkk. t.t. *Teori Pembelajaran*. Semarang: Unnes Pers.
- Alex Sobur. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia.
- Alfinar Aziz. 2003. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: DEPAG RI.
- Ali Muhammad Hasyimi. 2001. *Menjadi Muslim Ideal*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Alwisol. 2005. *Psikologi Kepribadian, Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Arifin. 1978. *Hubungan Timbal Balik Pendidikan Agama di Lingkungan Sekolah dan Keluarga*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Aunur Faqih Rakhim. 2001. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- B. R. Hergenhahn & Matthew H. Olson. 1997. *An Introduction to Theories of Learning*. London: Prentice-Hall International.
- B. R. Hergenhahn. 2008. *Theories of Learning*. Terjemahan: Tri Wibowo B.S. Jakarta: Prenada Media.
- Baharuddin & Esa Nur Wahyuni. 2008. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Group.
- C. George Boeree. 2007. *Sejarah Psikologi*. Penerjemah Abdul Qodir Shaleh. Yogyakarta: PrismaSopfi.
- Calvin S. Hall & Gardner Lindzey. t.t. *Theories of Personality*, terj. A. Supratiknya. t.p.
- Cecilia G. Samekto. 1989. *Kamus Istilah Kunci Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Dahar Ratna Wjllis. 1988. *Teori-teori Belajar*. Jakarta: P2LPTK.
- Dede Rahmat Hidayat. t.t. *Psikologi Kepribadian dalam Konseling*. Bogor: Ghalia.
- Desmita. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Rosda.
- Dimiyati dan Mudjiono. t.t. *Belajar dan Pembelajaran*. t.p.

- Duane Schultz. 1991. *Psikologi Pertumbuhan Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- E. Koeswara. 1991. *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: Eresco.
- E. Mulyasa. 2002. *Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Elizabeth Hall. 1983. *Psychology Today an Introduction*. New York: Random House.
- Erhamwilda. 2009. *Konseling Islam*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Erlina A. Chatarina, dkk. 2006. *Psikologi Belajar*. Semarang: Unnes Pers.
- Feist J. dan Gregory J. Feist. 2008. *Theories of Personality*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fenti Hikmawati. 2011. *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Fetiara Setianti dan Alfi Purnamasari. *Jurnal Humanistik Fakultas Psikologi Ahmad Dahlan*, Vol. 5, No. 1 Januari 2008.
- Frank G. Goble. 1987. *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. Yogyakarta: Kanisius.
- G. A. Kimble, N. Garnezy & E. Zigler. 1974. *Principles of General Psychology*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Gardnes Lindzey & Calvin Hall. 1993. *Teori-teori Holistik Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Kanisius.
- George Boeree. 2003. *Personality Theories*. Yogyakarta: Prismashopie.
- Geradl Corey. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Penerjemah: Ekoswara. 1987. Bandung: Refika Aditama.
- Hamzah B. Uno. 2006. *Orientasi Baru dalam Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Howard S. Friedman & Miriam W. Schustack. 2008. *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga.
- Idrus Alhaddad. *Infinity*. Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung, Vol. 1, No.1, Februari 2012

- Imâm Abû Hâmid Al-Ghazâlî. 1336 H. *Yâ' Ulûm al-Dîn, Ih Alabi*. Juz V. J. A. Palmer. (editor). 2003. *Pemikir Pendidikan. Dari Piaget Sampai Masa Sekarang*. Terjemahan: Farid Assifa. Yogyakarta: Jendela.
- J.W. Santrock. 2008. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Jalaluddin Al-Mahali, Jalaluddin As-Suyuthy. 2008. *Tafsir Jalalain*. Al-Haromaen Jaya Indonesia, Departemen Agama.
- Jalaluddin. 1998. *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Jeane Ellies. 2009. *Human Learning*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- John W. Santrock. 2002. *Life-Span Devepoment*. Jilid 1. Penerjemah Ahmad Chusairi, dkk. Jakarta: Erlangga.
- Kartini Kartono. 1998. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali.
- Kurt Lewin. 1951. *Field Theory in Social Science; Selected Theoretical Papers*. New York: Harper & Row.
- Ladislau Naisaban. 2004. *Para Psikolog Terkemuka Dunia: Riwayat Hidup, Pokok Pikiran, dan Karya*. Jakarta: Grasindo.
- Liedzey Hall. 1993. *Teori-teori Kepribadian*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Lynn Wilcox. 2003. *Ilmu Jiwa Berjumpa Tasawuf*. Jakarta: Serambi.
- M. Napis Djueni. 2005. *Kamus Kontemporer Istilah Politik-Ekonomi Indonesia Arab*. Cet. I. Bandung: Teraju.
- M. Nasir Budiman. 2001. *Pendidikan dalam Perspektif Al-Qur'an*. Cet. I. Jakarta: Madani Press.
- Mohammad Nur Syam. 1986. *Filsafat Pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Muhibbin Syah. 1995. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Rosda.
- Muhibbin Syah. 2006. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mulyati. 2005. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Andi.

4

- Nana Sudjana. 1991. *Teori-teori Belajar untuk Pengajaran*. Jakarta: Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia.
- Nana Syaodih Sukmadinata. 2007. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nasar. 2006. *Merancang Pembelajaran Aktif dan Kontekstual Berdasarkan "SISKO" 2006*. Jakarta: Gerasindo.
- Ngalim Purwanto. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nico S. Kalangie. 1994. *Kebudayaan dan Kesehatan: Pengembangan Pelayanan Kesehatan Primer melalui Pendekatan Sosiobudaya*. Jakarta: Kesaint Blanc Indah Corp.
- Nurul Iman. 1994. *Motivasi dan Kepribadian Jilid 2*. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.
- Paul Henry, dkk. 1994. *Perkembangan dan Kepribadian Anak*. Jilid II. Terjemahan Med Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Erlangga.
- Paul Suparno. 2003. *Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget*. Yogyakarta: Kanisius.
- Paulina Panen, dkk. 2005. *Belajar dan Pembelajaran 1*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Paulus Budiharjo. 1997. *Mengenal Kepribadian Mutakhir*. Jakarta: Kanisius.
- Psikologi Kepribadian 2 Teori-teori Holistik: Organismik-Fenomenologis*. Yogyakarta: Kanisius. 1993.
- Rafy Sapuri. 2008. *Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ratna Willis Dahar. 1998. *Teori-teori Belajar*. Jakarta: DepDikBud.
- Robert E. Slavin. 2008. *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik*. Bandung: Nusamedia.
- Robert. W. Crapp. 1993. *Dialog Psikologi dan Agama*. Yogyakarta: Kanisius.

- Roger M. Keesing. 1992. *Antropologi Budaya: Suatu Perspektif Kontemporer*. Jilid 1, 2. Jakarta: Erlangga.
- Sarlito Wirawan Sarwono. 1991. *Psikologi Remaja*. Cet. II. Jakarta: Rajawali Press.
- Seifert Kelvin. 1983. *Educational Psychology*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Sri Esti Wuryani. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.
- Sumadi Suryabrata. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sumadi Suryabrata. 1984. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Rake Press.
- Sunarto dan Ny. B. Agung Hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Cet. II. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supratiknya. 1995. *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. Yogyakarta: Kanisius.
- Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan. 2007. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Rosda.
- Tadjab. 1994. *Ilmu Jiwa Pendidikan*. Surabaya: Karya Abditama.
- Tim Penyusun. 2004. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Titin Nurhidayati. *Implementasi Teori Belajar Ivan Petrovich Pavlov (Classical Conditioning) dalam Pendidikan* JURNAL FALASIFA. Vol. 3, No. 1 Maret 2012
- Toto Tasmara. 1997. *Komunikasi Dakwah*. Jakarta: Gaya Media Pratama.
- Umar Shihab. 2005. *Kontekstualitas Al-Qur'an: Kajian Tematik atas Ayat-ayat Hukum dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Penamadani.
- Umar Tirharahardja dan La Sula. 1996. *Pengantar Pendidikan*. Cet. II. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ustman Najati. 1985. *Al Quran dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka.

- Wasty Soemanto. 1998. *Psikologi Pendidikan, Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- William Crain. 2007. *Teori Perkembangan Konsep dan Aplikasi*. Penerjemah Yudi Santosa. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wina Sanjaya. 2006. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Zahrudin, dkk. 2004. *Pengantar Studi Ahklak*. Jakarta: Grafindo.
- Zuhairini. 1999. *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.

Sumber Internet:

- <http://www.ilmupsikologi.com/Jakarta>,
- http://nobelprize.org/nobel_prizes/medicine/laureates/1904/pavlov-bio.html
- http://aliranim.blogspot.com/2013/02/biografi-bf-skiner_100.html
- <http://www.ziddu.com/download/19265382/TeoribelajarFredericSkinner.pdf.html>
- <http://noviapiaviapiyuk.blogspot.com/2013/05/teori-kepribadian-menurut-bfskiner.html>
- <http://dir.groups.yahoo.com/group/GeneralTalks/message/461>
- <http://fadlibae.wordpress.com/2010/03/24/teori-belajar-behavioristik-john-watson-1878-1958/>
- <http://edukasi.kompasiana.com/2013/05/01/teori-behaviorisme-556313.html>
- <http://www.psikologizone.com/biografi-singkat-albert-bandura/>
- <http://psikologiuhuy.wordpress.com/2010/03/30/pengertian-teori-psikososial-albert-bandura>
- <http://www.geocities.com/masterptvpsikologi/psikologihumanistik.pdf>

http://sekitarkudimataku.blogspot.com/2011/03/carl-rogers-person-centered-theory_10.html

http://www.a2zpsychology.com/articles/kurt_lewin's_change_theory.php

Rani Anggraeni Dewi. "Kepribadian (Psikologi Al-Qur'an)", dalam *www.pusakahati.com*, 28 Desember 2009

Profil Penulis

Drs. Ujam Jaenudin, M.Si., lahir dari pasangan H. Nasir dan ibunda Hj. UtI Suryati. Penulis menempuh pendidikan dasar di Madrasah Ibtidayah Al-Khoeriyah, lulus tahun 1983. Kemudian melanjutkan ke Madrasah Tsanawiyah Cariu, lulus tahun 1986. Hijrah ke Bandung masuk ke Madrasah Aliyah Negeri Cijerah Bandung, lulus tahun 1989. Kemudian kuliah di IAIN SGD Bandung lulus tahun 1994. Penulis melanjutkan jenjang S2 di Universitas Persada Indonesia (YAI) Jakarta Konsentrasi Psikologi Pendidikan lulus tahun 2010. Saat ini penulis sedang proses menyelesaikan S3 dengan konsentrasi yang sama, yaitu Psikologi Pendidikan.

Sejak tahun 1995 penulis diangkat sebagai dosen Fakultas Dakwah di IAIN SGD sampai tahun 2006. Pada tahun 2006 dimutasi menjadi dosen Fakultas Psikologi UIN Bandung sampai sekarang.

Karya tulis ilmiah yang pernah dibuatnya sebagai berikut.

1. Pengaruh Da'wah pada Da'i Persis terhadap Para Remaja (1994).
2. Hubungan Religiusitas dan *Self Efficacy Academic* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa UIN SGD (2010).
3. *Daras Psikologi Agama* (1996).

4. Daras *Psikologi Pendidikan* (2013)
5. Tauhidullah sebagai Landasan Pembinaan Kesehatan Mental (Pendekatan Psiko-sosiologis) *Jurnal Wawasan Ushuludin* (2007).
6. Kesatuan Jiwa Raga dalam Proses Dakwah (*Jurnal Ilmu Dakwah*) UIN SGD Bandung (2006).
7. *Religion and Spirituality in Islamic Psychology, Integralita* UIN SGD Bandung 2011.

Adapun buku yang sudah diterbitkan, antara lain:

1. *Psikologi Transpersonal* (Pustaka Setia, 2012);
2. *Psikologi Kepribadian* (Pustaka Setia, 2012);
3. *Psikologi Kepribadian: Lanjutan* (Pustaka Setia, 2013).