

TEORI HUMANISTIK ABRAHAM MASLOW

MAKALAH

diajukan untuk memenuhi salah satu tugas mata kuliah Teori-teori Kepribadian yang
diampu oleh Dr. Mamat Supriatna, M. Pd dan Dra. Chandra



Oleh:

Dila Rahmawati

1506957

DEPARTEMEN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2016

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	1
BAB I.....	ii
PENDAHULUAN	ii
BAB II	1
TEORI HUMANISTIK ABRAHAM MASLOW DAN PEMETAAN TEORI KEPRIBADIAN	1
A. Teori Humansitik Abraham Maslow	1
1. Biografi Abraham Maslow	1
2. Konsep Kepribadian	5
3. Struktur Kepribadian	6
4. Dinamika Kepribadian.....	14
B. Pemetaan Teori Kepribadian	16
BAB III.....	17
PEMBAHASAN DAN IMPLIKASI.....	17
A. Pembahasan	17
B. Implikasi bagi Bimbingan dan Konseling	19

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teori Maslow merupakan salah satu teori kepribadian yang terkenal. Pandangannya mengenai manusia membuka Madzhab baru mengenai kepribadian, yang dikenal dengan Psikologi Humanistik, dan teorinya yang sangat terkenal yaitu hierarki kebutuhan Abraham Maslow. Pandangannya mengenai manusia sangatlah positif dan optimis walaupun Maslow memiliki masa lalu yang sulit.

Psikologi humanistik muncul dengan menghadirkan gagasan mengenai kepribadian manusia yang berbeda dengan psikologi psikoanalisis dan behaviorisme, yakni yang berupa manusia merupakan makhluk yang bebas dan bermartabat serta selalu bergerak ke arah aktualisasi diri.

B. Ruang Lingkup Makalah

Makalah yang berjudul *Teori Humanistik Abraham Maslow* membahas mengenai teori humanistik dari Abraham Maslow, baik itu dari konsep kepribadian, struktur kepribadian, dinamika kepribadian, implikasi teori humanistik Abraham Maslow bagi bimbingan dan konseling. Makalah ini juga mencantumkan pemetaan dari teori kepribadian.

C. Tujuan Penulisan

Tujuan di tulisnya makalah ini ialah diharapkan agar pembaca maupun penulis dapat memahami teori humanistik serta dapat memahami perbedaan dari teori-teori kepribadian dari setiap tokoh.

BAB II

TEORI HUMANISTIK ABRAHAM MASLOW DAN PEMETAAN TEORI KEPRIBADIAN

A. Teori Humanistik Abraham Maslow

1. Biografi Abraham Maslow

Abraham Harold (Abe) Maslow dilahirkan dan dibesarkan di Brooklyn, New York, 1 April 1908. Anak sulung dari tujuh bersaudara. Orang tuanya imigran Yahudi dari Rusia yang tidak berpendidikan tinggi. Dengan latar belakang pendidikan orang tua Maslow yang tidak berpendidikan tinggi membuat orang tua Maslow memaksa agar anak-anaknya dapat mencapai jenjang pendidikan tinggi (Hidayat, 2011, hlm. 164).

Maslow tidak terlalu dekat dengan salah satu dari orang tuanya, tetapi ia tidak keberatan dengan ayahnya yang seringkali tidak ada di sampingnya. Ayahnya adalah seorang imigran keturunan Rusia-Yahudi yang bekerja mempersiapkan barel/tong. Akan tetapi, kepada ibunya Maslow merasakan kebencian dan kemarahan yang besar, tidak hanya pada masa kecilnya, tetapi juga hingga hari kematian ibunya yang hanya berjarak beberapa tahun dari kematian Maslow sendiri. Walaupun telah beberapa tahun menjalani psikoanalisis, kebenciannya yang kuat terhadap ibunya tak pernah hilang dan ia menolak untuk menghadiri pemakaman ibunya walaupun saudara kandungnya yang tidak membenci ibunya memintanya untuk hadir. Setahun sebelum kematiannya Maslow menuliskan (dalam Feist & Feist, 2010, pp. 326:327) menuliskan pemikirannya di buku hariannya:

Apa yang saya benar-benar benci dan tidak sukai bukan hanya penampilan fisiknya, tetapi juga nilai-nilai dan pandangan mengenai dunia yang dianutnya, kepelitannya, keegoisannya, tidak adanya cinta bagi orang lain di dunia, bahkan bagi suaminya dan anak-anaknya sendiri... asumsinya bahwa orang lain yang tidak sependapat dengannya telah melakukan kesalahan, ketidakpedulian terhadap cucu-

cucunya, keadaan yang tidak mempunyai teman, kecerobohannya dan kejerokannya, kenyataan bahwa ia tidak mementingkan keluarganya, bahkan orang tua saudara-saudara kandungnya sendiri... saya selalu berpikir dari manakah asalnya ide-ide pemikiran saya, penekanan hal-hal yang etis yang saya miliki, rasa humansime saya, penekanan pada hal-hal yang baik yang saya miliki, kasih sayang, rasa pertemanan saya, dan hal-hal lainnya yang ada di diri saya. Saya mengetahuia dengan pasti tentang akibat langsung dari tidak adanya cint Ibu. Akan tetapi, keseluruhan filosofi hidup saya dan semua penelitian serta teori saya juga berakar dari kebencian dan ketidaksukaan terhadap segal sesuatu yang ia (Ibu) yakini (hlm. 958)

Edward Hoffman (dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 327) melaporkan sebuah cerita yang menggambarkan dengan jelas tentang kekejaman Rose Maslow. Suatu hari Maslow muda menemukan dua anak kucing yang terlantar di depan rumahnya. Tergerak oleh rasa kasihan, ia membawa anak-anak kucing tersebut pulang ke rumahnya, menempatkan mereka di ruang bawah tanah, dan memberi mereka susu. Ketika Ibunya mekihat anak-anak kucing ini, ia menjadi sangat marah dan walaupun anak laki-laknya melihat, ia menendang anak-anak kucing tersebut ke tembok ruang bawah tanah hingga mereka mati (Feist & Feist, 2010).

Di sekolah, Maslow diperlakukan sebagai orang Negro, Maslow pernah berkata, “Aku adalah anak laki-laki Yahudi kecil di lingkungan non-Yahudi dan sedikit mirip negro yang mendaftarkan diri di sekolah orang kulit putih” (Hidayat, 2011).

Sejak kecil, maslow merasa berbeda dengan orang lain, dia merasa malu dengan kondisi fisiknya karena memiliki tubuh yang kurus dan hidung yang besar (Hidayat, 2011). Pada usia remaja, dia merasakan rendah diri yang sangat dalam (*inferiority complex*) (Yusuf & Nurihsan, 2011). Dia mencoba untuk mengkompensasinya dengan berusaha semaksimal mungkin untuk memperoleh pengakuan, penerimaan, dan penghargaan dalam bidang atletik, namun tidak berhasil. Dia kembali bersahabat dengan buku (Yusuf & Nurihsan, 2011).

Menurut Koeswara (1991, hlm. 110) diduga hasrat Maslow untuk menolong orang lain agar bisa hidup dalam kehidupan yang lebih kaya (lebih bermakna) timbul dari keinginan Maslow untuk memperoleh kehidupan yang kaya (lebih bermakna) yang tak pernah ia peroleh di masa mudanya.

Sejak kecil dan remaja, Maslow sudah senang membaca. Pagi-pagi dia pergi ke perpustakaan yang dekat dari rumahnya untuk meminjam buku. Apabila berangkat ke sekolah, dia pergi satu jam sebelum masuk kelas. Selama satu jam tersebut ia pergunakan untuk membaca buku yang dia pinjam dari perpustakaan (Yusuf & Nurihsan, 2011).

Oleh karena berbakat secara intelektual, Abe atau Maslow menemukan kenyamanan ketika berada di Boys High School di Brooklyn, dimana nilai-nilai akademisnya menjadi sedikit tinggi dari nilai rata-rata (Feist & Feist, 2010). Pada saat yang sama Abe menjalin pertemanan dengan Will Maslow sepupunya yang juga bersekolah ditempat yang sama dengan Abe, Will merupakan seorang yang ramah dan aktif bergaul sehingga melalui jalinan pertemanannya dengan Will, Abe mengembangkan kemampuan sosialnya dan menjadi tergabung di beberapa aktivitas di sekolah (Hoffman dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 327).

Setelah Abe atau Maslow lulus dari Boys High School, sepupunya Will mendukungnya untuk mendaftar ke Cornell University, akan tetapi Maslow tidak percayadiri untuk mendaftar (Feist & Feist, 2010, hlm. 327). Oleh karena itu Maslow memilih City College of New York yang kurang terkemuka. Karena Ayahnya menginginkan anak lelaki tertuanya menjadi seorang pengacara Maslow memilih Hukum sebagai bidang studinya ketika berkuliah di City College of New York (Feist & Feist, 2010, hlm. 327). Tetapi ia meninggalkan kelas hukumnya disuatu malam dan meninggalkan semua buku-bukunya dikelasnya. Walaupun pada awalnya Ayahnya kecewa, tetapi

pada akhirnya Ayahnya bisa menerima keputusan yang diambil Maslow (Feist & Feist, 2010, hlm. 327).

Setelah tiga semester, ia pindah ke Cornell University di bagian utara New York. Sebagian alasannya ialah untuk lebih dekat dengan sepupunya Will yang juga berkuliah di tempat yang sama, dan untuk menjauhkan dirinya dari Bertha Goodman, sepupunya yang ia cintai (Hoffman dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 328).

Setelah menjalani satu semester di Cornell, Maslow kembali ke City College of New York, kali ini alasannya untuk lebih dekat dengan Bertha. Ketika Maslow berusia 20 tahun dan Bertha berusia 19 tahun, mereka menikah setelah mengatasi penolakan dari orang tua Maslow karena selain mereka masih terlalu dini untuk menikah, pernikahan antar sepupu mungkin akan menghasilkan kelainan genetis pada anak-anak mereka. Ketakutan ini merupakan hal yang ironis karena ke-dua orangtua Maslow pun merupakan sepupu dan mempunyai enam anak yang sehat (Feist & Feist, 2010, hlm. 328).

Satu semester menjelang pernikahannya, Maslow mendaftar di University of Wisconsin, dimana ia memperoleh gelar filosofi. Selain itu, karena ia cukup tertarik dengan pandangan Behaviorisme Jhon B. Watson dan ketertarikannya ini membuat Maslow mengambil mata-mata kuliah psikologi yang cukup untuk memenuhi persyaratan untuk memenuhi gelar doktor (Ph.D) dibidang psikologi (Feist & Feist, 2010). Maslow sedemikian tertarik dengan Watson dan meyakini Behaviorisme dapat menyelesaikan berbagai persoalan. Dengan mengikuti program-program yang diadakan Watson, Maslow berharap dirinya bisa mengubah dunia. Selain Watson, tokoh-tokoh yang dikagumi dan ingin diikuti oleh Maslow adalah Koffka, Dreisch, dan Micklejohn. Namun ketiganya tidak ia jumpai karena mereka hanya guru besar tamu. Kejadian ini menimbulkan kekecewaan yang besar bagi Maslow. Dan untuk mengobati kekecewaan dirinya, Maslow kemudian menyusun disertasi

doktor di bawah bimbingan Harry F. Harlow mengenai pelaku primata dan seksualitas. Dia melakukan penelitian lanjutan di Universitas Columbia. Disana ia bekerja sebagai asisten Edward L. Thorndike, salah seorang tokoh behaviorisme terkenal (Hidayat, 2011). Setelah itu, menjadi *asociate profesor* di Brooklyn College of New York sampai tahun 1951. Ketika mengajar disana ia bertemu dengan Erich Fromm, Alfred Adler, Karen Horney, antropolog Ruth Benedict, dan tokoh psikologi Gestalt Max Wertheimer. Kedua orang terakhir ialah tokoh yang dikagumi oleh Maslow, baik secara profesional maupun pribadi. Maslow mulai membuat catatan tentang kehidupan mereka. Catatan ini kemudian menjadi dasar dari penelitian seumur hidup dan pemikiran tentang kesehatan mental dan potensi manusia. Maslow menulis secara ekstensif tentang masalah konsep hierarki kebutuhan, *metaneds*, aktualisasi diri, dan pengalaman puncak yang sebenarnya bersumber dari ide dari psikologi lain, tetapi dengan pertambahan yang signifikan. Maslow menjadi pemimpin aliran psikologi humanistik yang muncul pada 1950-an, yang ia sebut sebagai “kekuatan ketiga”- di luar teori psikoanalisis dan behaviorisme.

Maslow menjadi profesor di Universitas Brandeis tahun 1951-1969, kemudian menjadi anggota Laughlin Institute di California. Dia meninggal karena serangan jantung pada 8 Juni 1970. Pada tahun 1967, Asosiasi Humanis Amerika memberinya gelar *Humanist of the Year*.

2. Konsep Kepribadian

Meskipun memiliki pengalaman yang buruk namun dalam teorinya Maslow memandang manusia dengan optimis, memiliki kecenderungan alamiah untuk bergerak menuju kearah aktualisasi diri. Hidayat (2011, hlm. 165) mengungkapkan “meskipun memiliki kemampuan jahat dan merusak, tetapi bukan merupakan esensi dasar dari manusia. Sifat-sifat jahat muncul dari rasas frustrasi terhadap pemenuhan kebutuhan dasar.” Contohnya ketika kebutuhan akan makanan dan tempat tinggal tidak terpenuhi, maka untuk

memenuhi kebutuhannya dilakukan dengan cara mencuri agar dapat terpenuhinya kebutuhan tersebut.

“Maslow berpendapat bahwa seseorang akan memiliki kepribadian yang sehat, apabila ia telah mampu untuk mengaktualisasikan dirinya secara penuh” (Yusuf & Nurihsan, 2011, hlm. 161). Yusuf dan Nurihsan (2011, hlm. 161) mengemukakan bahwa “Dia mengemukakan teori motivasi bagi *self-actualizing person* dengan nama *metamotivation*, *meta-needs*, *B-motivation*, atau *being values* (kebutuhan untuk berkembang).”

3. Struktur Kepribadian

Maslow (dalam Jaenudin, 2015, hlm. 128) mengungkapkan bahwa “Manusia di motivasikan oleh sejumlah kebutuhan dasar yang bersifat sama untuk setiap spesies, tidak berubah dan tidak berasal dari sumber genetis atau naluriah”. Dapat diartikan bahwa kepribadian manusia bersumber dari motivasi untuk memenuhi kebutuhannya. Menurut Jaenudin (2015, hlm.139) “Dalam hierarkinya Maslow membedakan antara kebutuhan dasar (*basic-needs*) dan kebutuhan tinggi (meta-kebutuhan atau *meta-needs*)”.

Kebutuhan dasar atau kebutuhan konatif adalah kebutuhan yang memiliki karakter mendorong atau karakter memotivasi (Feist & Feist, 2010). Kebutuhan dasar sering juga disebut dengan *deficiency needs* atau menurut Koeswara (1991, hlm. 128) diartikan dengan motif kekurangan yaitu yang menyangkut dengan kebutuhan fisiologis dan rasa aman. Jika individu kekurangan sesuatu atau ia mengalami defisit maka ia akan merasakan sangat membutuhkan hal tersebut, dan apabila sudah terpenuhi maka ia tidak akan merasakan apa-apa lagi (Boeree, 2010, hlm. 254). Sedangkan kebutuhan tinggi atau dalam buku yang ditulis oleh Koeswara (1991, hlm. 128) disebut dengan *metaneeds* atau *being needs* (*B-needs*) adalah motif-motif yang mendorong individu untuk mengungkapkan potensi-potensinya. Untuk lebih jelas lagi akan dibahas pada bahasan berikut:

a. Kebutuhan Dasar

Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 118) mengajukan gagasan bahwa kebutuhan yang pada manusia merupakan bawaan, dan tersusun berdasarkan tingkatan yang disebut dengan hierarki kebutuhan. Dan susunan kebutuhan-kebutuhan dasar yang bertingkat atau yang disebut dengan hierarki kebutuhan merupakan organisasi yang mendasari motivasi manusia (Koeswara, 1991, hlm. 119).

1) Kebutuhan Dasar Fisiologis

Kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan yang paling mendasar dari setiap manusia, termasuk di dalamnya adalah makanan, air, oksigen, mempertahankan suhu tubuh, dan lain sebagainya (Feist & Feist, 2010, hlm. 332). Menurut Jaenudin (2015, hlm. 129) kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan yang paling dasar untuk mempertahankan hidup secara fisik. Apabila seseorang mengalami kekurangan makanan atau kelaparan, harga diri, dan cinta, ia akan memburu makanan terlebih dahulu dan mengabaikan kebutuhan lain, sampai kebutuhan fisiologisnya benar-benar terpenuhi. Perbedaan kebutuhan fisiologis dengan kebutuhan lainnya menurut Feist dan Feist (Feist & Feist, 2010, hlm. 333) ialah, kebutuhan fisiologis memiliki karakteristik :

- a) kebutuhan fisiologis merupakan satu-satunya kebutuhan yang selalu terpenuhi. Orang-orang bisa cukup makan sehingga makanan akan kehilangan kekuatannya untuk memotivasi. Bagi orang yang baru selesai makan dalam porsi besar, pikiran tentang makanan bahkan dapat menyebabkan perasaan mual.
- b) Kebutuhan fisiologis memiliki kekuatan untuk muncul kembali (*recurring nature*). Setelah seseorang selesai makan, mereka lama-kelamaan akan merasa lapar lagi; mereka akan terus menerus mengisi ulang pasokan makanan dan air; satu tarikan napas akan dilanjutkan oleh tarikan napas berikutnya. Berbeda dengan kebutuhan-kebutuhan di level lainnya, tidak muncul secara terus-

menerus. Contohnya, orang yang paling tidak telah memenuhi kebutuhan akan cinta dan penghargaan akan tetap merasa percaya diri bahwa mereka terus memenuhi kebutuhan mereka akan cinta dan harga diri.

2) Kebutuhan akan Rasa Aman

Setelah kebutuhan fisiologis terpenuhi, muncul kebutuhan akan rasa aman yang menuntut untuk dipenuhi. Menurut Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 121) yang dimaksud dengan kebutuhan akan rasa aman, ialah kebutuhan yang mendorong individu untuk memperoleh ketenteraman, kepastian, dan keteraturan dari lingkungannya. Maslow mengemukakan (dalam Koeswara, 1991, hlm. 121) kebutuhan akan rasa aman sangat nyata dan bisa diamati pada bayi dan anak-anak karena ketidak berdayaan mereka. Sebagai contoh seorang bayi akan memberi respon ketakutan salah satunya dengan menangis apabila ia tiba-tiba mendengar suara keras yang mengejutkan. Menurut Koeswara (1991, hlm. 121) kebutuhan rasa aman dapat berebentuk usaha-usaha untuk memperoleh perlindungan dan keselamatan kerja, penghasilan tetap atau membayar asuransi. Koeswara (1991, hlm. 121) menambahkan bahwa agama dan filsafat oleh sebagian orang dianggap sebagai alat yang bisa membantu mereka dalam mengorganisasikan dunianya, dan dengan mereka menyatukan diri dengan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran agama atau filsafat yang dianutnya maka ia akan merasa aman.

3) Kebutuhan Cinta dan Kasih Sayang

Setelah kebutuhan fisiologis dan kebutuhan akan rasa aman terpenuhi, seseorang akan termotivasi untuk memenuhi kebutuhan akan kasih sayang. Kebutuhan kasih sayang atau menurut Koeswara (1991, hlm. 122) disebut dengan kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki adalah kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan hubungan efektif atau ikatan emosional dengan individu

lain, baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis, baik di lingkungan keluarga maupun di lingkungan masyarakat. Sebagai contoh, mahasiswa perantauan yang jauh dari kampung halamannya akan kehilangan ikatan atau rasa memiliki, maka ia termotivasi untuk membentuk ikatan baru dengan orang-orang atau kelompok yang ada di tempat merantau. Menurut Jaenudin (2015, hlm. 132) pemenuhan kebutuhan akan kasih sayang atau cinta diwujudkan melalui hubungan yang akrab atau menjalin relasi dengan oranglain.

Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 123) secara tegas menolak pandangan Freud yang mengatakan bahwa cinta dan afeksi itu berasal dari naluri seksual yang di sublimasikan. Menurut Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 123) cinta dan seks adalah dua hal yang sama sekali berbeda. Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 123) juga menekankan bahwa kebutuhan akan cinta mencakup keinginan untuk mencintai dan dicintai. Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 123) akhirnya menyimpulkan bahwa antara kepuasan cinta dan afeksi di masa kanak-kanak serta kesehatan mental di masa depan terdapat korelasi yang signifikan.

4) Kebutuhan Penghargaan

Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 124) membagi Kebutuhan penghargaan kedalam dua bagian, yaitu:

- a) penghargaan dari diri sendiri, mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, adekuasi, kemandirian, dan kebebasan.
- b) bagian yang kedua adalah penghargaan dari orang lain, meliputi antara lain prestasi. Individu membutuhkan penghargaan atas apa yang telah dilakukannya.

Keempat kebutuhan (kebutuhan konatif) yang telah dipaparkan diatas di sebut oleh Maslow (dalam Boeree, 2010, hlm. 254) dengan sebutan *defisit needs* (*D-needs*). Jika individu kekurangan sesuatu, maka individu tersebut

merasa membutuhkan sesuatu tersebut. Tapi apabila kebutuhan-kebutuhan tersebut telah terpenuhi, kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak lagi mendorong untuk dipenuhi.

5) Kebutuhan Ilmu Pengetahuan

Kebutuhan ilmu pengetahuan atau menurut Feist dan Feist (2010, hlm. 337) Maslow menyebutnya dengan sebutan *cognitif needs* (kebutuhan kognitif) adalah keinginan untuk mengetahui, keinginan untuk memecahkan misteri, untuk memahami dan untuk menjadi penasaran. Menurut Jaenudin (2015, hlm. 134-135) kebutuhan kognitif dapat diekspresikan melalui keinginan untuk memahami, menganalisis, mengevaluasi, menjelaskan, mencari sesuatu baru atau suasana baru dan meneliti. Apabila kebutuhan kognitif tidak terpenuhi menurut Feist dan Feist (2010, hlm. 337) maka semua kebutuhan pada hierarki kebutuhan Abraham Maslow terancam tidak terpenuhi, karena pengetahuan merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk mengetahui masing-masing kebutuhan konatif tersebut. Sebagai contoh untuk dapat memenuhi kebutuhan fisiologis seperti makan, terlebih dahulu ia harus mengetahui bagaimana cara memperoleh makanan, lalu kebutuhan keamanan akan terpenuhi apabila mengetahui bagaimana cara membangun rumah, dan seterusnya.

6) Kebutuhan Estetika

Kebutuhan estetika berbeda dengan kebutuhan konatif yang bersifat universal, kebutuhan estetika tidaklah bersifat universal (Feist & Feist, 2010, hlm. 338). Akan tetapi Maslow (dalam Jaenudin, 2015, hlm.135) menemukan ada beberapa orang termotivasi oleh kebutuhan akan keindahan begitu mendalam dan pengalaman yang menyenangkan secara estetis. Menurut Maslow (dalam Jaenudin, 2015, hlm.136) seseorang yang sehat mentalnya ditandai dengan kebutuhan keteraturan keserasian, atau keharmonisan dalam setiap

aspek kehidupannya, seperti cara berpakaian yang rapih, menjaga ketertiban lalu lintas dan sebagainya. Sebaliknya seseorang yang kurang sehat mentalnya, atau sedang mengalami gangguan emosional dan stres, kurang memerhatikan kebersihan, dan kurang apresiatif terhadap keteraturan dan keindahan.

7) Kebutuhan Aktualisasi

Aktualisasi diri merupakan perkembangan yang paling tinggi dan pengoptimalan semua bakat individu dan pemenuhan semua kualitas dan kapasitas individu (Schultz dalam Jaenudin, 2015, hlm. 137). Kebutuhan akan aktualisasi diri mencakup pemenuhan diri, sadar akan potensi, diri, dan keinginan untuk menjadi sekreatif mungkin (Maslow dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 336). Untuk dapat memenuhi kebutuhan aktualisasi, kebutuhan di tingkat rendah harus sudah terpenuhi. Ketika kebutuhan di tingkat rendah sudah terpenuhi, seseorang secara otomatis beranjak ke pemenuhan kebutuhan di tingkat selanjutnya (Feist & Feist, 2010, hlm. 335). Akan tetapi setelah kebutuhan kebutuhan akan penghargaan terpenuhi, orang tidak selalu bergerak ke arah aktualisasi diri (Feist & Feist, 2010, hlm. 335). Menurut Feist dan Feist (2010, hlm. 335) pada awalnya Maslow berasumsi bahwa kebutuhan akan aktualisasi diri muncul ketika kebutuhan akan penghargaan telah terpenuhi, akan tetapi, pada tahun 1960 ia menyadari banyak dari mahasiswa-mahasiswa di Brandeis dan di kampus lainnya di seluruh negeri telah memenuhi kebutuhan-kebutuhan rendah mereka, termasuk reputasi dan harga diri, tetapi mereka tidak terlalu berusaha untuk mengaktualisasikan diri. Menurut Feist dan Feist (2010, hlm. 335) hal tersebut berkaitan dengan apakah orang-orang tersebut memiliki nilai-nilai B (yang akan dipaparkan di bawah) atau tidak. Orang-orang yang menjunjung nilai-nilai kejujuran, keindahan, keadilan, dan nilai-nilai B lainnya akan mengaktualisasikan dirinya setelah kebutuhan akan penghargaan dan

kebutuhan di tingkat lainnya terpenuhi. Maslow (dalam Boeree, 2010, hlm. 258) menyatakan bahwa hanya 2% dari populasi manusia mampu mengaktualisasikan dirinya.

b. Kebutuhan Tinggi

Dalam hierarki Abraham Maslow dibedakan antara kebutuhan dasar (*deficit needs*) dan kebutuhan tinggi (*being needs*). *B-needs* adalah kebutuhan untuk aktualisasi diri (Boeree, 2010, hlm. 257). Maslow menyatakan (dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 343) bahwa orang-orang yang mengaktualisasi diri termotivasi oleh “Prinsip hidup yang abadi” yang ia sebut sebagai Nilai-nilai B (*being values*). Menurut Feist dan Feist (2010, hlm. 344) nilai-nilai B ini merupakan indikator dari kesehatan psikologis dan merupakan kebalikan dari *D-needs* yang memotivasi orang-orang non-aktualisasi diri. Maslow (dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 344) menamakan nilai-nilai B sebagai “metakebutuhan” (*meta needs*) untuk menunjukkan bahwa nilai-nilai ini merupakan level tertinggi dari kebutuhan.

Maslow (Jaenudin, 2015, hlm. 140) mengemukakan terdapat tujuh belas metakebutuhan, yang apabila tidak terpenuhi akan menjadi meta-patologi (penyakit kejiwaan). Tujuh belas metakebutuhan yang juga disebut nilai-nilai B antara lain :

- 1) Kebenaran, dengan meta-patologinya ketidakpercayaan, sinisme, dan skeptisisme.
- 2) Kebaikan, dengan meta-patologinya kebencian, penolakan, kejiwaan, kepercayaan hanya pada untuk diri.
- 3) Keindahan dengan meta-patologinya kekasaran, kegelisahan, kehilangan selera, rasa suram.
- 4) Kesatuan, keparipurnaan, dengan meta-patologinya disintegrasi.

- 5) Transendensi-dikotomi, dengan meta-patologinya pikiran hitam/putih, pandangan salah satu dari dua, pandangan sederhana tentang kehidupan.
- 6) Penuh energi; proses, dengan meta-patologinya mati, menjadi robot, terdeterminasi, kehilangan emosi dan semangat, kekosongan pengalaman.
- 7) Keunikan, dengan meta-patologinya kehilangan perasaan diri dan individualitas, anonim.
- 8) Kesempurnaan, dengan meta-patologinya keputusasaan, tidak dapat bekerja.
- 9) Kepastian, dengan meta-patologinya kacau-balau, tidak dapat diramalkan.
- 10) Penyelesaian; penghabisan, dengan meta-patologinya ketidaklengkapan, keputusasaan, berhenti berjuang dan menanggulangi.
- 11) Keadilan, dengan meta-patologinya kemarahan, sinisme, ketidakpercayaan, pelanggaran hukum, mementingkan diri sendiri.
- 12) Tata tertib, dengan meta-patologinya ketidakamanan, ketidakwaspadaan, kehati-hatian.
- 13) Kesederhanaan, dengan meta-patologinya terlalu kompleks, kekacauan, kebingungan, dan kehilangan orientasi.
- 14) Kekayaan; keseluruhan; kelengkapan, dengan meta-patologinya depresi, kegelisahan, kehilangan perhatian pada dunia.
- 15) Tanpa susah payah; santai; tidak tegang, dengan meta-patologinya kelelahan, ketegangan, kecanggungan, kejanggalan, kekakuan.
- 16) Bermain; kejenaan, dengan meta-patologinya keseraman, depresi, kesedihan.
- 17) 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 metakebutuhan, akan membuatnya sangat kesakitan, lebih sakit daripada kematian (Jaenudin, 2015, hlm. 140-141). Seperti yang dialami oleh beberapa tokoh besar yaitu Socrates, Isa, suhrawardi, Galileo, lebih memilih mati daripada hidup dalam tatanan sosial yang menurutnya tidak adil (Jaenudin, 2015, hlm. 140-141).

4. Dinamika Kepribadian

Kepribadian menurut Maslow seperti yang telah disebutkan dalam struktur dan konsep kepribadian dalam bahasan sebelumnya bahwa Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 118) yakin banyak tingkah laku atau kepribadian manusia yang bisa diterangkan dengan memperhatikan motivasi individu untuk mencapai tujuan-tujuannya yang membuat kehidupan individu menjadi bermakna dan tercapainya kepuasan. Menurut Koeswara (1991, hlm. 118) berdasarkan fakta yang ada menyebutkan bahwa jantung dari teori Maslow ialah proses motivasional manusia terutama dalam rangka memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Menurut Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 118) manusia merupakan makhluk yang tidak pernah berada dalam kepuasan, ketika satu kebutuhan sudah terpenuhi maka ia akan termotivasi untuk mencapai kebutuhan di tingkat yang lebih tinggi, begitu seterusnya, sehingga kepuasan manusia bersifat sementara. Berdasarkan hal tersebut Maslow mengajukan gagasan bahwa kebutuhan yang pada manusia adalah bawaan tersusun menurut tingkatan yang disebut dengan hierarki kebutuhan. Dalam pandangan Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 119) susunan kebutuhan-kebutuhan dasar yang bertingkat itu merupakan organisasi yang mendasari motivasi manusia, yang menghasilkan dinamika kepribadian. Dan menurut Maslow (dalam Koeswara, 1991, hlm. 119) kualitas perkembangan individu dapat dilihat dari tingkatan kebutuhan atau corak pemuasan pada diri individu tersebut. Semakin individu dapat memenuhi mampu memuaskan kebutuhan-

kebutuhannya yang tinggi, maka individu tersebut semakin mampu mencapai individualitas, matang dan berjiwa sehat, begitupula sebaliknya. Feist dan Feist (2010, hlm. 337) mengatakan “Pemenuhan kebutuhan konatif, estetika, dan kognitif merupakan dasar bagi tercapainya kesehatan fisik dan psikologis seseorang. Jika kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka akan mengarah pada penyakit”.

Maslow (dalam Feist & Feist, 2010, hlm. 338) memperkirakan bahwa rata-rata pemenuhan kebutuhan individu dapat mencapai : fisiologis, 85% ; keamanan, 75% ; cinta dan keberadaan, 50% ; penghargaan, 40% ; aktualisasi diri, 10%. Semakin besar kebutuhan ditingkat rendah terpenuhi, semakin maka akan semakin besar kemunculan kebutuhan di tingkat sekanjutnya. Contohnya, ketika kebutuhan akan cinta hanya terpenuhi sebesar 10%, maka kebutuhan akan penghargaan mungkin tidak akan muncul sama sekali.

B. Pemetaan Teori Kepribadian

No.	Aspek	Sigmund Freud	Alfred Adler	Albert Ellis	Erick Erikson	Bandura, Pavlov, dan Skinner	Abraham Maslow	Carl Rogers	George A. Kelly
1.	Hakikat manusia	Manusia merupakan korban dari masa lalu	Manusia tidak didominasi dan diarahkan oleh ketidaksadaran	subjek yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang di hadapinya	Memiliki potensi untuk mengarahkan pertumbuhannya secara sadar	Makhluk yang berpikir dan sadar untuk mengatur tingkah lakunya sendiri.	Memiliki kecenderungan alamiah untuk bergerak menuju aktualisasi diri	Memiliki kecenderungan direksional positif yang kuat.	Manusia itu bebas tetapi juga terkungkung serta mampu memprediksi dan mengontrol fenomena/ tingkah laku
2.	Konsep kepribadian	Masa lalu mempengaruhi kepribadian manusia	Kepribadian dibentuk dari pemaknaan atas pengalaman	Keyakinan irasional dirubah menjadi keyakinan rasional	Kepribadian dibentuk dari pengalaman dan hasil belajar	Koleksi kecenderungan repony yang terkait dengan berbagai situasi rangsangan yang beragam	Kepribadian manusia dipengaruhi oleh motivasi untuk memenuhi kebutuhannya.	Kepribadian bersifat kooperatif dan konstruktif, sehingga tidak dibutuhkan pengendalian	Kepribadian adalah hasil konstruk individu mengenai peristiwa dan lingkungan.
3.	Struktur kepribadian	Id, ego, superego	<i>Inferiority, superiority</i>	<i>Activating experiences, beliefs, consequence, disputing, effective</i>	Ego kreatif, ego otonomi fungsional, aspek psikoseksual	<i>Modeling</i> dan regulasi diri	Kebutuhan dasar dan meta kebutuhan	<i>The self</i> , organisme, medan fenomenal	<i>Similarity pole, contrast pole.</i>
4.	Tujuan konseling	Membentuk struktur karakter individual dalam diri klien	Menumbuhkan minat sosial dan kesadaran akan reliabilitas	menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri (berdasarkan emotive experiential)	Mengoptimalkan ego klien	Menciptakan kondisi baru bagi proses belajar	Agar klien memperoleh <i>B-Values</i>	Membantu manusia menjadi individu yang sehat dan mampu mengfungsikan dirinya	Mengembangkan konstruk yang lebih baik
5.	Metode/tahapan konseling	Analisis mimpi, asosiasi bebas, interpretasi, tranferensi	Konstelasi keluarga, ingatan masa kecil, mimpi, psikoterapi	Layanan konseling RET yang berupa konseling individu dan kelompok	Konseling ego	Modifikasi perilaku, pembiasaan, terapi aversi, <i>reinforcement</i> , latihan keterampilan sosial, kartu berharga.	Menghilangkan kebiasaan bergantung pada orang lain	<i>Person centered therapy</i>	<i>Atmosphere of experimentation, provision of new elements, dan validating data available.</i>

Sumber: (Hidayat, 2011), (Jaenudin, 2015), (Yusuf & Nurihsan, 2011), (Boeree, 2010), (Pervin, Cervone, & John, 2010)

BAB III

PEMBAHASAN DAN IMPLIKASI

A. Pembahasan

Menurut Koeswara (1991, hlm. 109) terdapat tiga revolusi yang mempengaruhi personologis modern, yaitu Psikoanalisis, Behavioristik, dan Humanistik. Abraham Maslow merupakan Bapak Atau pemimpin dari psikologi humanistik karena menurut Garaham (2005) Maslow dianggap sebagai pendiri psikologi humanistik karena pandangannya mengenai manusia dan model kesehatannya membuka bidang baru dalam psikologi yaitu psikologi humanistik. Menurut Koeswara (1991, hlm. 112) istilah psikologi Humanistik sendiri oleh sekelompok ahli psikologi pada tahun 1960-an dibawah pimpinan Maslow yang bekerjasama dalam mencari alternatif dari dua pandangan psikologi yang berpengaruh atas pemikiran intelektual dalam psikologi yaitu psikoanalisis dan behaviorisme. Menurut Koeswara (1991, hlm. 112) psikologi humanistik sesungguhnya bukan organisasi dari teori atau sistem, melainkan lebih tepat disebut dengan gerakan, karena tokoh-tokoh dalam gerakan humanistik memiliki perbedaan pandangan tetapi berpijak pada satu konsepsi fundamental yang sama yang berakar pada filsafat modern yakni filsafat eksistensialisme.

Dalam memandang manusia menurut Koeswara (1991, hlm. 109) psikologi humanistik menggambarkan manusia sebagai makhluk yang bebas yang bermartabat serta selalu bergerak ake arah aktualisasi diri apabila lingkungan memungkinkan. Dalam hal ini bertentangan dengan gambaran manusia menurut pandangan psikoanalisis, Freud dengan psikoanalisisnya menggambarkan manusia sebagai bentukan dari naluri-naluri dan konflik-konflik, tingkah laku manusia dikendalikan oleh kekuatan-kekuatan tak sadar irasional, serta bertentangan pula dengan pandangan behaviorisme mencirikan manusia sebagai korban yang fleksibel, pasif, dan penurut terhadap stimulus lingkungan, atau sebagai budak dari ketentuan lingkungan, sebagaimana yang diikhtisarkan oleh Skinner yang menekankan kesamaan esensial manusia dengan hewan, dan

menitikberatkan belajar sebagai ikhtiar utama untuk menerangkan tingkah laku manusia. Dari pandangan-pandangan tersebut psikologi humanistik lebih optimis dalam memandang manusia, psikologi humanistik memandang esensi dari sifat dasar manusia merupakan baik, manusia bukanlah budak dari masa lalu dan lingkungan. Manusia memiliki kecenderungan alamiah untuk bergerak kearah aktualisasi diri, sifat jahat manusia muncul dari rasa frustasi karena tidak terpenuhinya salah satu kebutuhan dasar.

Terlepas dari psikologi humanistik, teori kepribadian dari Abraham Maslow mempunyai beberapa sebutan, seperti teori humanistik, teori transpersonal, kekuatan ketiga dalam psikologi, kekuatan keempat dalam psikologi, dan teori aktualisasi diri (Feist & Feist, 2010, hlm. 325). Akan tetapi, Maslow (dalam Feist & Feist, 2010) menyebutnya sebagai teori holistik-dinamis karena teori ini menganggap bahwa seseorang terus menerus termotivasi oleh satu atau lebih kebutuhan dan seseorang mempunyai potensi untuk tumbuh menuju kesehatan psikologis, yaitu aktualisasi diri. Untuk meraih aktualisasi diri seseorang harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan di level yang lebih rendah atau kebutuhan dasar, seperti kebutuhan akan lapar, keamanan, cinta dan harga diri atau pengakuan. Ketika masing-masing kebutuhan dasar sudah terpenuhi, maka mereka dapat mencapai aktualisasi diri.

Walaupun Maslow menyebut teorinya dengan sebutan teori holistik-dinamis, akan tetapi teori Abraham Maslow lebih dikenal dengan sebutan teori humanistik Abraham Maslow. Ini disebabkan karena pendekatan Maslow mengenai manusia melahirkan psikologi humanistik, yaitu menekankan bahwa potensi manusia untuk pertumbuhan, kreativitas, dan spontanitas (Hall dalam Jaenudin, 2015, hlm.141).

B. Implikasi bagi Bimbingan dan Konseling

1. Implikasi teori Humanistik Abraham Maslow bagi Bimbingan dan Konseling

Implikasi teori humanistik Abraham Maslow bagi bimbingan dan konseling ialah menurut Maslow (dalam Hidayat, 2011, hlm. 172) tujuan terapi adalah agar klien memperoleh *B-values*, atau nilai-nilai kebenaran, keadilan, kesedarahanaan, dan sebagainya. Untuk mencapai tujuan tersebut, klien harus terbebas dari ketergantungan pada orang lain, supaya dorongan alami menuju pertumbuhan dan aktualisasi diri menjadi aktif. Meskipun Maslow bukan psikoterapis, dia menganggap bahwa teori kepribadiannya dapat diterapkan dalam psikoterapi.

2. Penelitian Mengenai Teori dari Abraham Maslow

Penelitian yang berjudul EFEKTIFITAS PENGELOLAAN KELAS yang dilakukan oleh Andyarto Surjana (2004, hal. 68-81) ini bermaksud untuk melihat apakah ada hubungan antara motivasi guru dan gaya kepemimpinan guru terhadap efektivitas pengelolaan kelas secara sendiri-sendiri atau secara bersama. Penelitian ini dilakukan di SMUK BPU Penabur Jakarta dan Guru SMUK BKU Penabur Jakarta sebagai objek dari penelitian. Jumlah responden yang dikutsertakan 60 orang guru SMU Kristen BPK PENABUR di Jakarta yang mengajar pada tahun pelajaran 1999/2000, sedangkan angket X1 X2 Y 78 Jurnal Pendidikan Penabur - No.02 / Th.III / Maret 2004 Hasil Penelitian penelitian yang kembali sejumlah 58 responden. Penelitian ini berlandaskan teori: efektifitas pengelolaan kelas dari Willford, teori hakekat motivasi dari Abraham Maslow, dan hakekat gaya kepemimpinan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: pertama, kontribusi motivasi kerja guru terhadap efektivitas pengelolaan kelas, yaitu mengkondisikan kelas dengan pendekatan memodifikasi perilaku, memfasilitasi iklim sosio-emosional, dan memfasilitasi proses dinamika, masih belum optimal, hanya 37,70 %. Kedua, kontribusi gaya kepemimpinan guru terhadap efektivitas pengelolaan kelas, juga masih belum optimal (43,10 %), meskipun sedikit lebih tinggi dari kontribusi motivasi kerja. Ketiga,

secara bersama-sama kontribusi motivasi kerja dan gaya kepemimpinan guru-guru SMU Kristen BPK Penabur di Jakarta juga masih belum optimal (42,80%).

DAFTAR PUSTAKA

- Boeree, G. (2010). *Personality Theories*. (A. Q. Shaleh, Penyunt., & I. R. Musir, Penerj.) Yogyakarta: Prisma Sophie.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian* (7th ed.). (M. Astriani, Penyunt., & Handrianto, Penerj.) Jakarta: Salemba Humanika.
- Graham, H. (2005). *Psikologi Humanistik*. (H. E. Rais, Ed., A. Chusairi, & I. N. Alfian, Trans.) Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hidayat, D. r. (2011). *Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian dalam Konseling* . Bogor: Ghalia Indonesia.
- Jaenudin, U. (2015). *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Koeswara, E. (1991). *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: Eresco.
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. P. (2010). *Psikologi Kepribadian*. (A. K. anwar, Ed.) Jakarta: Kencana.
- Surjana, A. (2004). Efektifitas Pengelolaan Kelas. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 68-81.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2011). *Teori Kepribadian*. Bandung: Rosda Karya.