

TEORI KEPRIBADIAN CARL R. ROGERS

9

PRIBADI CARL ROGERS

Carl Rogers adalah seorang [psikolog](#) yang terkenal dengan pendekatan [terapi klinis](#) yang berpusat pada [klien](#) (*client centered*). Rogers kemudian menyusun teorinya dengan pengalamannya sebagai [terapis](#) selama bertahun-tahun. [Teori](#) Rogers mirip dengan pendekatan [Freud](#), namun pada hakikatnya Rogers berbeda dengan Freud karena Rogers menganggap bahwa manusia pada dasarnya baik atau sehat. Dengan kata lain, Rogers memandang kesehatan mental sebagai proses perkembangan hidup alamiah, sementara [penyakit jiwa](#), [kejahatan](#), dan persoalan kemanusiaan lain dipandang sebagai penyimpangan dari kecenderungan alamiah.

Carl Ransom Rogers lahir di Oak Park, Illinois, pada 8 Januari 1902. Pada umur 12 tahun keluarganya mengusahakan pertanian dan Rogers menjadi tertarik kepada pertanian secara ilmiah. Pertanian ini membawanya ke perguruan tinggi, dan pada tahun-tahun pertama Rogers sangat gemar akan ilmu alam dan ilmu hayat. Setelah menyelesaikan pelajaran di University of Wisconsin pada 1924 Rogers masuk Union Theological College of Columbia, disana Rogers mendapat pandangan yang liberal dan filsafat mengenai agama. Kemudian pindah ke Teachers College of Columbia, disana Rogers terpengaruh oleh filsafat John Dewey serta mengenal psikologi klinis dengan bimbingan L. Hollingworth. Rogers mendapat gelar M.A. pada 1928 dan doctor pada 1931 di Columbia. Pengalaman praktisnya yang pertama-tama diperolehnya di Institute for Child Guidance. Lembaga tersebut orientasinya Freudian. Rogers menemukan bahwa pemikiran Freudian yang spekulatif itu tidak cocok dengan pendidikan yang diterimanya yang mementingkan statistik dan pemikiran menurut aliran Thorndike.

Setelah mendapat gelar doktor dalam psikologi Rogers menjadi staf pada Rochester Guidance Center dan kemudian menjadi

pemimpinnya. Selama masa ini Rogers dipengaruhi oleh Otto Rank, seorang *psychoanalyst* yang memisahkan diri dari Freudian yang ortodok.

Pada tahun 1940 Rogers menerima tawaran untuk menjadi guru besar psikologi di Ohio State University. Perpindahan dari pekerjaan klinis ke suasana akademis ini dirasa oleh Rogers sendiri sangat tajam. Karena rangsangannya Rogers merasa terpaksa harus membuat pandangannya dalam psikoterapi itu menjadi jelas. Dan ini dikerjakannya pada 1942 dalam buku *Counseling and Psychotherapy*. Pada tahun 1945 Rogers menjadi mahaguru psikologi di Universitas of Chicago, yang dijabatnya hingga kini. Tahun 1946-1957 menjadi presiden *the American Psychological Association*. Dan meninggal dunia tanggal 4 Februari 1987 karena serangan jantung.

Rogers terkenal sebagai seorang tokoh psikologi humanis, aliran fenomenologis-eksistensial, psikolog klinis dan terapis, ide-ide dan konsep teorinya banyak didapatkan dalam pengalaman-pengalaman terapeutiknya.

Ide pokok dari teori – teori Rogers yaitu individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, menentukan hidup, dan menangani masalah–masalah psikisnya asalkan 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.

Rogers lebih melihat pada masa sekarang, dia berpendapat bahwa masa lampau memang akan mempengaruhi cara bagaimana seseorang memandang masa sekarang yang akan mempengaruhi juga kepribadiannya. Namun ia tetap berfokus pada apa yang terjadi sekarang bukan apa yang terjadi pada waktu itu.

Rogers dikenal juga sebagai seorang fenomenologis, karena ia sangat menekankan pada realitas yang berarti bagi individu. Realitas tiap orang akan berbeda–beda tergantung pada pengalaman–pengalaman perseptualnya. Lapangan pengalaman ini disebut dengan *fenomenal field*. Rogers menerima istilah *self* sebagai fakta dari lapangan fenomenal tersebut.

Perkembangan Kepribadian

Konsep diri (*self concept*) menurut Rogers adalah bagian sadar dari ruang fenomenal yang disadari dan disimbolisasikan, dimana “aku” merupakan pusat referensi setiap pengalaman. Konsep diri

Perkembangan
Kepribadian

merupakan bagian inti dari pengalaman individu yang secara perlahan dibedakan dan disimbolisasikan sebagai bayangan tentang diri yang mengatakan “apa dan siapa aku sebenarnya” dan “apa yang sebenarnya harus saya perbuat”. Jadi, *self concept* adalah kesadaran batin yang tetap, mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan aku.

Konsep diri ini terbagi menjadi 2 yaitu konsep diri real dan konsep diri ideal. Untuk menunjukkan apakah kedua konsep diri tersebut sesuai atau tidak, Rogers mengenalkan 2 konsep lagi yaitu:

1. *Incongruence* *Incongruence* adalah ketidakcocokan antara *self* yang dirasakan dalam pengalaman aktual disertai pertentangan dan kekacauan batin.

2. *Congruence*

Congruence berarti situasi dimana pengalaman diri diungkapkan dengan seksama dalam sebuah konsep diri yang utuh, integral, dan sejati.

Menurut Rogers, para orang tua akan memacu adanya *incongruence* ini ketika mereka memberikan kasih sayang yang kondisional kepada anak-anaknya. Orang tua akan menerima anaknya hanya jika anak tersebut berperilaku sebagaimana mestinya, anak tersebut akan mencegah perbuatan yang dipandang tidak bisa diterima. Disisi lain, jika orang tua menunjukkan kasih sayang yang tidak kondisional, maka si anak akan bisa mengembangkan *congruence*-nya. Remaja yang orang tuanya memberikan rasa kasih sayang kondisional akan meneruskan kebiasaan ini dalam masa remajanya untuk mengubah perbuatan agar dia bisa diterima di lingkungan.

Dampak dari *incongruence* adalah Rogers berfikir bahwa manusia akan merasa gelisah ketika konsep diri mereka terancam. Untuk melindungi diri mereka dari kegelisahan tersebut, manusia akan mengubah perbuatannya sehingga mereka mampu berpegang pada konsep diri mereka. Manusia dengan tingkat *incongruence* yang lebih tinggi akan merasa sangat gelisah karena realitas selalu mengancam konsep diri mereka secara terus menerus.

Setiap manusia memiliki kebutuhan dasar akan kehangatan, penghargaan, penerimaan, pengagungan, dan cinta dari orang lain. Perkembangan diri dipengaruhi oleh cinta yang diterima saat kecil dari seorang ibu. Kebutuhan ini disebut *need for positive regard*, yang terbagi lagi menjadi 2 yaitu *conditional positive regard* (bersyarat) dan *unconditional positive regard* (tak bersyarat).

- Jika individu menerima cinta tanpa syarat, maka ia akan mengembangkan penghargaan positif bagi dirinya

(*unconditional positive regard*) dimana anak akan dapat mengembangkan potensinya untuk dapat berfungsi sepenuhnya.

- Jika tidak terpenuhi, maka anak akan mengembangkan penghargaan positif bersyarat (*conditional positive regard*). Dimana ia akan mencela diri, menghindari tingkah laku yang dicela, merasa bersalah dan tidak berharga.

Konsep Pokok
Teori Rogers

Rogers menggambarkan pribadi yang berfungsi sepenuhnya adalah pribadi yang mengalami penghargaan positif tanpa syarat. Ini berarti dia dihargai, dicintai karena nilai adanya diri sendiri sebagai *person* sehingga ia tidak bersifat defensif namun cenderung untuk menerima diri dengan penuh kepercayaan. Konsep-konsep pokok dalam teori Rogers adalah:

1. *Organism*, yaitu keseluruhan individu (*the total individual*). Organisme memiliki sifat-sifat berikut:

- Organisme beraksi sebagai keseluruhan terhadap medan fenomenal dengan maksud memenuhi kebutuhan-kebutuhannya.
- Organisme mempunyai satu motif dasar yaitu: mengaktualisasikan, mempertahankan dan mengembangkan diri.
- Organisme mungkin melambungkan pengalamannya, sehingga hal itu disadari, atau mungkin menolak pelambungan itu, sehingga pengalaman-pengalaman itu tak disadari, atau mungkin juga organisme itu tak memperdulikan pengalaman-pengalamannya.

2. *Medan phenomenal*, yaitu keseluruhan pengalaman (*the totality of experience*). Medan fenomenal punya sifat disadari atau tak disadari, tergantung apakah pengalaman yang mendasari medan fenomenal itu dilambungkan atau tidak.

- *Self*, yaitu bagian medan fenomenal yang terdiferensiasikan dan terdiri dari pola-pola pengamatan dan penilaian sadar daripada "I" atau "me".
Self mempunyai bermacam-macam sifat:
 - a) *Self* berkembang dari interaksi organisme dengan lingkungan.
 - b) *Self* mungkin menginteraksikan nilai-nilai orang lain dan mengamatinya dalam cara (bentuk) yang tidak wajar.
 - c) *Self* mengejar (menginginkan) *consistency* (keutuhan/kesatuan, keselarasan).
 - d) Organisme bertindak laku dalam cara yang selaras (*consistent*) dengan *self*.
 - e) Pengalaman-pengalaman yang tak selaras dengan struktur *self* diamati sebagai ancaman.
 - f) *Self* mungkin berubah sebagai hasil dari pematangan (*maturation*) dan belajar.

Sifat Khas Orang
yang Berfungsi
Penuh

Rogers mengemukakan lima sifat khas dari seseorang yang berfungsi penuh:

1. Keterbukaan pada pengalaman
Bahwa seseorang tidak bersifat kaku dan defensif melainkan bersifat fleksibel, tidak hanya menerima pengalaman yang diberikan oleh kehidupan, tapi juga dapat menggunakannya dalam membuka kesempatan lahirnya persepsi dan ungkapan-ungkapan baru.
2. Kehidupan eksistensial
Orang yang tidak mudah berprasangka ataupun memanipulasi pengalaman melainkan menyesuaikan diri karena kepribadiannya terus-menerus terbuka kepada pengalaman baru.
3. Kepercayaan terhadap organisme orang sendiri
Bertingkah laku menurut apa yang dirasa benar, merupakan pedoman yang sangat diandalkan dalam memutuskan suatu tindakan yang lebih dapat diandalkan daripada faktor-faktor rasional atau intelektual.
4. Perasaan bebas
Semakin seseorang sehat secara psikologis, semakin mengalami kebebasan untuk memilih dan bertindak.
5. Kreativitas
Seorang yang kreatif bertindak dengan bebas dan menciptakan hidup, ide dan rencana yang konstruktif, serta dapat mewujudkan kebutuhan dan potensinya secara kreatif dan dengan cara yang memuaskan.

APLIKASI

Carl Roger sebenarnya tidak begitu banyak memfokuskan kepribadian. Teknik terapi lebih banyak mewarnai berbagai karya akademiknya. Mula-mula corak konseling ini disebut *non-directive therapy*, kemudian digunakan *Client Centered therapy* dengan maksud individualitas konseling yang setaraf dengan individualitas konselor. Menurut Rogers, dalam teknik ini ingin diciptakan suasana pembicaraan yang permisif.