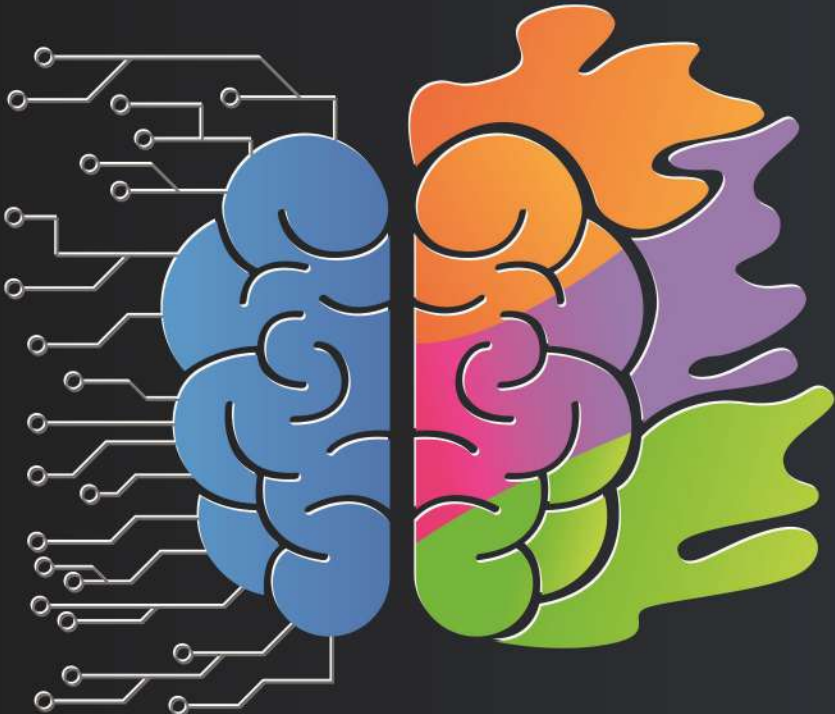


Kandi, Resekiani Mas Bakar, Marsha Ayu Rizkika, Fitriana & Netrawati, Chelsi Ariati,
Natalia Sulistyo Veerman, Tri Windi Oktara, Fitriatul Masruroh, Maria Jane Tienoviani Simanjuntak,
Niam Rohmatullah, Dianingtyas Murtanti Putri & Dessy Kania, Mohamad Ardin Suwandi,
Nour Ardiansyah Hernadi & Pramugara Robby Yana

Pengantar PSIKOLOGI UMUM



Pengantar PSIKOLOGI UMUM

Kandi, Resekiani Mas Bakar, Marsha Ayu Rizkika, Fitriana & Netrawati, Chelsi Ariati,
Natalia Sulistyo Veerman, Tri Windi Oktara, Fitriatul Masruroh, Maria Jane Tienoviani Simanjuntak,
Niam Rohmatullah, Dianingtyas Murtanti Putri & Dessy Kania, Mohamad Ardin Suwandi,
Nour Ardiansyah Hernadi & Pramugara Robby Yana

PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

Tim Penulis:

**Kandi, Resekiani Mas Bakar, Marsha Ayu Rizkika, Fitriana & Netrawati,
Chelsi Ariati, Natalia Sulisty Veerman, Tri Windi Oktara, Fitriatul Masruroh,
Maria Jane Tienoviani Simanjuntak, Niam Rohmatullah,
Dianingtyas Murtanti Putri & Dessy Kania, Mohamad Ardin Suwandi,
Nour Ardiansyah Hernadi & Pramugara Robby Yana.**

Desain Cover:

Fawwaz Abyan

Sumber Ilustrasi:

www.freepik.com

Tata Letak:

Handarini Rohana

Editor:

Aas Masruroh

ISBN:

978-623-459-465-2

Cetakan Pertama:

April, 2023

Tanggung Jawab Isi, pada Penulis

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

by Penerbit Widina Bhakti Persada Bandung

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT:

WIDINA BHAKTI PERSADA BANDUNG

(Grup CV. Widina Media Utama)

Komplek Puri Melia Asri Blok C3 No. 17 Desa Bojong Emas
Kec. Solokan Jeruk Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat

Anggota IKAPI No. 360/JBA/2020

Website: www.penerbitwidina.com

Instagram: @penerbitwidina

Telepon (022) 87355370

Kata Pengantar

Rasa syukur yang teramat dalam dan tiada kata lain yang patut kami ucapkan selain mengucapkan rasa syukur. Karena berkat rahmat dan karunia Tuhan Yang Maha Esa buku yang berjudul “Pengantar Psikologi Umum” telah selesai di susun dan berhasil diterbitkan, semoga buku ini dapat memberikan sumbangsih keilmuan dan penambah wawasan bagi siapa saja yang memiliki minat terhadap pembahasan Pengantar Psikologi Umum.

Buku ini merupakan salah satu wujud perhatian penulis terhadap Pengantar Psikologi Umum. Psikolog secara etimologi (Lughah) bahasa, berasal dari Yunani yaitu *psyche* artinya jiwa dan *logos* artinya ilmu. Dengan singkat psikologi berarti ilmu jiwa. Psikologi dalam bahasa Inggris disebut *psychology*, sedangkan dalam bahasa Arab disebut ‘ilmunnafsi. Psikologi secara terminologi/istilah memiliki banyak definisi.

Menanggapi beragamnya pendapat mengenai psikologi secara istilah/terminologi, Muhibbin Syah (2005:8) menjelaskan bahwa karena kontak dengan berbagai disiplin itulah, maka timbul bermacam-macam definisi psikologi yang satu sama lain berbeda, seperti: [1] Psikologi adalah ilmu mengenai kehidupan mental (*the science of mental life*). [2] Psikologi adalah ilmu mengenai pikiran (*the science of mind*). [3] Psikologi adalah ilmu mengenai tingkah laku (*the science of behavior*), dan lain-lain yang sangat bergantung pada sudut pandang yang medefinisikannya.

Psikologi itu dapat dibagi menjadi dua golongan besar, yaitu psikologi metafisika dan psikologi empiri. Psikologi empiri dapat dibagi dua pula, yaitu “Psikologi Umum” dan “Psikologi Khusus”. Pendapat lain mengatakan bahwa ditinjau dari segi objeknya psikologi dapat dibedakan dalam dua golongan besar, yaitu: psikologi yang menyelidiki/mempelajari manusia dan psikologi yang menyelidiki/mempelajari hewan, lebih tegas disebut psikologi hewan. Psikologi yang berobjekkan manusia dapat dibedakan menjadi dua pula, yaitu “psikologi yang bersifat umum” dan “psikologi yang bersifat khusus”.

Objek psikologi dibagi dua, yaitu objek materil/material dan objek formal. Objek materil/material psikologi ialah manusia. Objek formal psikologi adalah tingkah laku manusia. Pendapat lain mengatakan bahwa objek formal dari psikologi adalah berbeda-beda menurut perubahan zaman dan pandangan para ahli masing-masing.

Akan tetapi pada akhirnya kami mengakui bahwa tulisan ini terdapat beberapa kekurangan dan jauh dari kata sempurna, sebagaimana pepatah menyebutkan “tiada gading yang tidak retak” dan sejatinya kesempurnaan hanyalah milik tuhan semata. Maka dari itu, kami dengan senang hati secara terbuka untuk menerima berbagai kritik dan saran dari para pembaca sekalian, hal tersebut tentu sangat diperlukan sebagai bagian dari upaya kami untuk terus melakukan perbaikan dan penyempurnaan karya selanjutnya di masa yang akan datang.

Terakhir, ucapan terima kasih kami sampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan turut andil dalam seluruh rangkaian proses penyusunan dan penerbitan buku ini, sehingga buku ini bisa hadir di hadapan sidang pembaca. Semoga buku ini bermanfaat bagi semua pihak dan dapat memberikan kontribusi bagi pembangunan ilmu pengetahuan di Indonesia.

April, 2023

Tim Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
BAB 1 KONSEP DASAR PSIKOLOGI UMUM	1
A. Pendahuluan	2
B. Ragam Definisi Psikologi	3
C. Ragam Pembagian Psikologi	7
D. Ragam Objek Psikologi	10
E. Rangkuman Materi	13
BAB 2 SEJARAH DAN ALIRAN PSIKOLOGI	17
A. Pendahuluan	18
B. Sejarah Psikologi (Masa Yunani Kuno – Pasca Renaissance)	19
C. Sejarah Perkembangan Psikologi di Indonesia	23
D. Aliran-Aliran Psikologi	24
E. Rangkuman Materi	36
BAB 3 METODE PENELITIAN DALAM PSIKOLOGI	43
A. Pendahuluan	44
B. Metode Survei	46
C. Metode Eksperimental	48
D. Wawancara	50
E. Observasi	51
F. Studi Kasus (Case Study)	54
G. Metode Korelasional	54
H. Pemeriksaan Psikologis Melalui Tes Yang Terstandarisasi	56
I. Rangkuman Materi	57
BAB 4 SISTEM PENYUSUNAN SARAF DAN PENGINDERAAN	63
A. Pendahuluan	64
B. Sistem Saraf	65
C. Susunan Sistem Saraf	65
D. Sistem Endokrin	69
E. Mekanisme Penghantar Impuls	69
F. Sistem Penginderaan	70
G. Mekanisme Pendengaran	72

H. Sistem Penciuman	73
I. Sistem Pengecap	73
J. Sistem Peraba	74
K. Rangkuman Materi	77
BAB 5 PERSEPSI.....	81
A. Pendahuluan.....	82
B. Pengertian Persepsi	83
C. Proses Persepsi	85
D. Syarat Terjadi Persepsi	86
E. Jenis Persepsi	87
F. Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi	88
G. Rangkuman Materi	90
BAB 6 GEJALA-GEJALA KOGNITIF	95
A. Pendahuluan.....	96
B. Memori (Ingatan).....	96
C. Persepsi.....	99
D. Intelegensi	102
E. Belajar	105
F. Rangkuman Materi	110
BAB 7 GEJALA EMOSI	115
A. Pendahuluan.....	116
B. Definsi Emosi	117
C. Fungsi Emosi	118
D. Komponen Emosi.....	123
E. Teori-Teori Emosi.....	125
F. Macam-Macam Emosi	127
G. Ekspresi Emosi	130
H. Perasaan dan Emosi.....	133
I. Gangguan Emosi	135
J. Kecerdasan Emosi	136
K. Rangkuman Materi	137
BAB 8 GEJALA-GEJALA KONATIF/ KONASI	143
A. Pengertian Konatif/Konasi.....	144
B. Pembagian Gejala Konasi	145
C. Motif	147

D. Rangkuman Materi	156
BAB 9 GEJALA-GEJALA CAMPURAN: PERHATIAN, KELELAHAN DAN SUGESTI	159
A. Perhatian	160
B. Kelelahan	187
C. Sugesti	170
D. Rangkuman Materi	175
BAB 10 TIPE-TIPE KEPERIBADIAN INDIVIDU	179
A. Pendahuluan	180
B. Model Kepribadian Lima Faktor	182
C. Unit Teori Lima Faktor	187
D. Penelitian Terkait Big Five Personality	191
E. Rangkuman Materi	192
BAB 11 MANUSIA DAN PERKEMBANGANNYA	197
A. Pendahuluan	198
B. Konsep Dasar Perkembangan Manusia	198
C. Tahapan dan Aspek-Aspek Perkembangan Manusia	202
D. Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Perkembangan Individu	209
E. Rangkuman Materi	212
BAB 12 MEMBANGUN GOOD RELATIONSHIP DENGAN MEMAHAMI KARAKTERISTIK MANUSIA KOMUNIKAN	215
A. Pendahuluan	216
B. Komunikasi Dalam Sudut Pandang Psikologi	219
C. Karakteristik Manusia Komunikan	221
D. Keterkaitan Antara Psikologi Komunikasi Dengan Karakteristik Manusia Komunikan	223
E. Membangun Good Relationship Dalam Komunikasi	224
F. Rangkuman Materi	226
BAB 13 SIKAP DAN PERUBAHAN SIKAP	231
A. Pendahuluan	232
B. Pengertian Sikap	232
C. Pembentukan Sikap	233
D. Perubahan Sikap	234

E. Rangkuman Materi	237
BAB 14 PSIKOLOGI BAHASA DAN KOMUNIKASI.....	239
A. Pendahuluan.....	240
B. Bahasa	241
C. Komunikasi	243
D. Komunikasi Dalam Pendekatan Psikologi	247
E. Psikologi Pesan	252
F. Rangkuman Materi	256
GLOSARIUM.....	260
PROFIL PENULIS	274



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 1: KONSEP DASAR PSIKOLOGI UMUM

Kandi, S.Sos.I, M.Pd.I

STIT AL-AMIN Indramayu

BAB 1

KONSEP DASAR PSIKOLOGI UMUM

A. PENDAHULUAN

Psikologi merupakan cabang dari filsafat. Sebagaimana dikatakan Jalaluddin (2003:7) bahwa para ilmuwan Barat menganggap filsafat sebagai induk dari segala ilmu. Sebab filsafat merupakan tempat berpijak kegiatan keilmuan. Dengan demikian psikologi termasuk ilmu cabang dari filsafat. Dalam kaitan ini, psikologi agama dan cabang psikologi lainnya tergolong disiplin ilmu ranting dari filsafat. Begitu pula dikatakan Sururin (2004:2) bahwa psikologi merupakan cabang dari filsafat, karena filsafat merupakan induk dari segala cabang ilmu. Menurut Jalaluddin (2020:18) bahwa para filsuf yang berpengaruh paling besar terhadap pemikiran psikologi adalah Socrates (469-399 SM) Plato (428-348 SM) dan Aristoteles (384-332 SM). Ladislaus Naisaban (2004:368) meriwayatkan bahwa sebagai seorang guru, Socrates mengabdikan seluruh hidupnya untuk mengajarkan kebenaran (truth). Salah satu ucapannya yang sangat terkenal dan mengandung makna psikologis adalah know yourself (pahamilah dirimu). Pengertian tentang diri sendiri merupakan hal yang sangat penting sebelum mengerti hal-hal di luar diri. Dalam hubungan dengan ini, ia disebut sebagai “Bapak Introspeksi Diri”.

Plato dan Aristoteles sebagaimana dinukil oleh Abu Ahmadi (1998:4) berpendapat bahwa psikologi ialah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Ahmad Fauzi (2004:19-20) menjelaskan bahwa sejak zaman purbakala, jiwa telah menjadi objek pertanyaan dan penyelidikan manusia. Di Yunani Kuno misalnya, pada ratusan tahun sebelum tarikh masehi, ahli-ahli pikir telah mencoba

menyingkap tabir rahasia jiwa yang ghaib itu dengan tinjauan berdasarkan falsafah masing-masing. Pada zaman itu, psikologi belum merupakan ilmu yang berdiri sendiri, tetapi termasuk suatu cabang dari induk ilmu, yakni filsafat. Segala sesuatu bersumber pada filsafat dan diuraikan berdasarkan filosofi. Penyelidikan atau percobaan belum dilakukan dengan sempurna. Metode yang dipakai ialah metode deduktif dan psikologinya disebut “psikologi filosofis”. Eko Suryani & Hesty Widyasih (2012:6) mengatakan bahwa psikologi yang dipengaruhi oleh filsafat seperti dikemukakan oleh Plato dan Aristoteles disebut “Ilmu jiwa filsafat”. Psikologi yang menyelidiki hakikat jiwa disebut juga psikologi metafisika, sebagaimana pernyataan M. Ngalim Purwanto (2007:3) bahwa pada umumnya psikologi itu dapat dibagi menjadi dua golongan besar: [1] Psikologi Metafisika, yang menyelidiki hakekat jiwa seperti yang dilakukan oleh Plato dan Aristoteles. [2] Psikologi Empiri, yang menyelidiki gejala-gejala kejiwaan dan tingkah laku manusia dengan menggunakan pengamatan (observasi), percobaan atau eksperimen dan pengumpulan berbagai macam data yang ada hubungannya dengan gejala-gejala kejiwaan manusia. Psikologi Empiri dapat dibagi lagi atas: [1] Psikologi Umum, yang menyelidiki/mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia pada umumnya. [2] Psikologi Khusus, yang menyelidiki gejala-gejala kejiwaan manusia menurut aspek-aspek tertentu sesuai dengan pandangan serta tujuannya.

B. RAGAM DEFINISI PSIKOLOGI

Menurut Bimo Walgito (2010:1) bahwa ditinjau dari segi ilmu bahasa, perkataan “psikologi” berasal dari perkataan *psyche* yang diartikan jiwa dan perkataan *logos* yang berarti ilmu atau ilmu pengetahuan. Karena itu perkataan “psikologi” sering diartikan atau diterjemahkan dengan ilmu pengetahuan tentang jiwa atau disingkat dengan ilmu jiwa. Begitu pula Sarlito Wirawan Sarwono (2021:1) berkata bahwa menurut asal katanya, psikologi berasal dari kata-kata Yunani, *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi secara harfiah psikologi berarti ilmu jiwa. Dalam Kamus Arab-Indonesia Mahmud Yunus (1989:462) mencantumkan bahwa ‘*ilmunnafsi* bermakna ilmu jiwa dan bentuk jama’ dari kata *nafsun/nafs* tersebut ialah bisa *anfus* bisa juga *nufuus*. Begitu pula dalam kamusnya Kamus Ilmiah Kontemporer Indonesia-Arab, Sarwanih (2011:94)

mencantumkan bahwa “psikologi” dalam bahasa Arab disebut ‘*ilmunnafsi*. Achmad Mubarak (2000:25) menjelaskan bahwa dalam bahasa Arab, *nafs* mempunyai banyak arti, dan salah satunya adalah jiwa. Oleh karena itu, ilmu jiwa dalam bahasa Arab disebut dengan nama ‘*ilmunnafsi*. *Nafs* dalam arti jiwa telah dibicarakan para ahli sejak kurun waktu yang sangat lama. Dan persoalan *nafs* telah dibahas dalam kajian filsafat, psikologi, dan juga ilmu tasawuf.

Dalam bukunya Berkenalan Dengan Aliran-Aliran Dan Tokoh-Tokoh Psikologi Sarlito Wirawan Sarwono (2015:3-4) meriwayatkan bahwa Carl Gustav Jung, seorang tokoh psikoanalisa dari Swiss (1875-1961) merupakan salah seorang sarjana yang banyak mencurahkan perhatiannya dan mengorbankan waktunya untuk menyelidiki arti kata psikologi ditinjau dari segi harfiahnya. Ia mencoba mencari arti-arti dari kata *psyche* dan arti kata-kata lain yang berdekatan dan mencoba menghubungkan arti-arti kata-kata itu. Misalnya, ia tertarik pada kata *anemos* dalam bahasa Yunani yang berarti angin, sedangkan dalam bahasa Latin kata-kata *animus* dan *anima* masing-masing berarti jiwa dan nyawa. Di lain pihak kata Yunani *psycho* berarti pula meniup. Dalam bahasa Arab ia mendapatkan bahwa kata-kata *ruh* dan *rih* masing-masing berarti jiwa atau nyawa dan angin. Dengan demikian ia menduga adanya hubungan antara apa yang bernyawa dengan apa yang bernafas (angin), dan psikologi jadinya adalah ilmu tentang sesuatu yang bernyawa.

Di sisi lain, Muhibbin Syah (2005:7) berpendapat bahwa psikologi yang dalam istilah lama disebut ilmu jiwa itu berasal dari kata bahasa Inggris *psychology*. Kata *psychology* merupakan dua akar kata yang bersumber dari bahasa Greek (Yunani), yaitu: [1] *psyche* yang berarti jiwa [2] *logos* yang berarti ilmu. Jadi, secara harfiah psikologi memang berarti ilmu jiwa. Karena beberapa alasan tertentu (seperti timbulnya konotasi/arti lain yang menganggap psikologi sebagai ilmu yang langsung menyelidiki jiwa), sekurang-kurangnya selama dasawarsa terakhir ini menurut hemat penyusun istilah ilmu jiwa itu sudah sangat jarang dipakai orang. Kini, berbagai kalangan profesional baik yang berkecimpung dalam dunia pendidikan maupun dunia-dunia profesi lainnya yang menggunakan layanan “jasa kejiwaan” itu lebih terbiasa menyebut psikologi daripada ilmu jiwa.

Definisi-definisi psikologi secara istilah/terminologi telah banyak dibahas dan ditulis oleh para penulis dalam karya-karya tulisnya. Sebagian dari definisi-definisi psikologi secara istilah/terminologi yang telah dibahas dan ditulis oleh para penulis dalam karya-karya tulisnya tersebut sebagiannya adalah sebagai berikut:

Seperti telah disinggung sebelumnya, Plato dan Aristoteles sebagaimana di nukil oleh Abu Ahmadi (1998:4) berpendapat bahwa psikologi ialah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Sarlito Wirawan Sarwono (2021:4) menjelaskan bahwa pemikiran para filsuf Yunani Kuno berkembang terus sampai pada zaman Renaisan, yaitu zaman revolusi ilmu pengetahuan di Eropa. Pada era ini Rene Descartes (1596-1650), seorang filsuf Prancis, mencetuskan definisi bahwa ilmu jiwa (psikologi) adalah ilmu tentang kesadaran. Ia mengemukakan mottonya yang terkenal “*cogito ergo sum*” (saya berpikir maka saya ada), karena menurut beliau segala sesuatu di dunia ini tidak ada yang dapat dipastikannya, kecuali pikirannya sendiri. Di era yang sama, walau pada generasi berikutnya, George Berkeley (1685-1753) seorang filsuf Inggris, mengemukakan pendapat bahwa yang terpenting adalah penginderaan, bukan kesadaran atau rasio. Menurutny segala sesuatu berawal dari penginderaan, rasio hanya mengikuti apa yang diserap oleh penginderaan. Oleh karena itu, dalam pandangan Berkeley psikologi adalah ilmu tentang penginderaan (persepsi).

Lebih lanjut Sarlito Wirawan Sarwono (2021:5) menjelaskan bahwa era ilmu faal dimulai pasca-Renaisan. Para ahli ilmu faal (fisiologi) ketika itu khususnya para dokter mulai tertarik pada masalah-masalah kejiwaan. Pada saat itu, dengan berkembangnya ilmu pengetahuan di negara-negara Eropa, khususnya di bidang fisika (ilmu alam) dan biologi, para ahli ilmu faal berpendapat bahwa jiwa erat sekali hubungannya dengan susunan saraf dan refleksi-refleksi. Di mulai dengan Sir Charles Bell (1774-1842, Inggris) dan Francois Magendie (1783-1855, Prancis) yang menemukan syaraf-syaraf sensorik (penginderaan) dan syaraf-syaraf motorik (yang mempengaruhi gerak dan kelenjar-kelenjar), para ahli kemudian menemukan berbagai hal, antara lain pusat bicara di otak (Paul Brocca, 1824-1880, Jerman) dan mekanisme refleksi (Marshall Hall, 1790-1857, Inggris). Setelah penemuan-penemuan itu timbullah definisi-definisi

tentang psikologi yang mengaitkan psikologi dengan tingkah laku dan selanjutnya mengaitkan tingkah laku dengan refleksi. Ivan Pavlov (1849-1936, Rusia), misalnya mendefinisikan psikologi sebagai ilmu tentang refleksi.

Perkembangan definisi-definisi psikologi secara istilah/terminologi terus berlanjut. Morgan, dkk, sebagaimana di nukil oleh Eko Suryani & Hesty Widyasih (2012:4) berpendapat bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku baik pada manusia maupun hewan (*the science of human or animal behavior*). Berkaitan dengan definisi ini, M. Ngalm Purwanto (2007:2) menerangkan bahwa psikologi tidak hanya berhubungan dengan tingkah laku manusia saja. Ahli-ahli psikologi menyelidiki pula tingkah laku hewan seperti simpanse, anjing, tikus, serangga, dan lain-lain. Penyelidikan-penyelidikan terhadap hewan itu dilakukan dalam hubungan penyelidikan terhadap tingkah laku manusia. Otto Klemm (2017:84-85) meriwayatkan bahwasanya Condillac menganggap bahwa hewan memiliki kehidupan jiwa karena mereka menyerupai manusia. Menurut dia, tidak ada perbedaan spesifik antara manusia dan hewan dalam hal konstitusi mental, namun perbedaannya hanya terletak pada rentang yang lebih kecil dari pengalaman manusia. Rentang pengalaman yang lebih sempit adalah karena perkembangan fisik yang rendah, dan khususnya perkembangan organ indra yang rendah. Pengaruh sensualisme, yang cenderung berkorelasi dalam rentang pengalaman dan pengetahuan dengan perkembangan organ indra tampak jelas di sini. Pendirian Condillac telah ditentang oleh H.S. Reimarus.

Santrock sebagaimana dikutip oleh Masgandi Sit (2017:2-3) berkata bahwa *“psychology is the scientific study of behavior and mental processes”* (psikologi adalah kajian ilmiah terhadap proses perilaku dan mental). Menurut Wundt sebagaimana dinukil oleh Bimo Walgito (2010:7) bahwa psikologi itu merupakan ilmu tentang kesadaran manusia (*the science of human consciousness*). Sartain dalam Eko Suryani & Hesty Widyasih (2012:4) berkata bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia (*the science of human behavior*). Demikian pula, menurut Sartain, dkk, yang di nukil oleh Bimo Walgito (2010:9) bahwa psikologi itu merupakan *the science of human behavior*. Menurut Woodworth dan Marquis sebagaimana di nukil Eko Suryani & Hesty Widyasih (2012:3)

bahwa psikologi merupakan ilmu tentang aktivitas-aktivitas individu (the science of the activities of the individual).

Menanggapi beragamnya pendapat mengenai psikologi secara istilah/terminologi, Muhibbin Syah (2005:8) menjelaskan bahwa karena kontak dengan berbagai disiplin itulah, maka timbul bermacam-macam definisi psikologi yang satu sama lain berbeda, seperti: [1] Psikologi adalah ilmu mengenai kehidupan mental (*the science of mental life*). [2] Psikologi adalah ilmu mengenai pikiran (*the science of mind*). [3] Psikologi adalah ilmu mengenai tingkah laku (the science of behavior), dan lain-lain yang sangat bergantung pada sudut pandang yang mendefinisikannya. Mengenai sulitnya membatasi arti psikologi ini, Muhibbin Syah (2005:7) mengatakan bahwa membatasi arti psikologi bagi siapa pun sulit, akibatnya, tidak jarang seorang ahli yang pada suatu saat mendefinisikan psikologi sebagai “X”, pada saat lain mengubahnya menjadi “Y”. Meski mengakui kesulitan dalam membatasi arti psikologi tetapi Muhibbin Syah (2005:10) pada akhirnya beliau sendiri tetap berusaha menyimpulkan arti psikologi, yakni bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang menyelidiki dan membahas tingkah laku terbuka dan tertutup pada manusia, baik selaku individu maupun kelompok, dalam hubungannya dengan lingkungan.

C. RAGAM PEMBAGIAN PSIKOLOGI

Menurut M. Ngali Purwanto (2007:3) bahwa pada umumnya psikologi itu dapat dibagi menjadi dua golongan besar: [1] Psikologi Metafisika, yang menyelidiki hakekat jiwa seperti yang dilakukan oleh Plato dan Aristoteles. [2] Psikologi Empiri, yang menyelidiki gejala-gejala kejiwaan dan tingkah laku manusia dengan menggunakan pengamatan (observasi), percobaan atau eksperimen dan pengumpulan berbagai macam data yang ada hubungannya dengan gejala-gejala kejiwaan manusia. Psikologi empiri dapat dibagi lagi atas: [1] Psikologi Umum, yang menyelidiki/mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia pada umumnya. [2] Psikologi Khusus, yang menyelidiki gejala-gejala kejiwaan manusia menurut aspek-aspek tertentu sesuai dengan pandangan serta tujuannya.

Di lain sisi, Bimo Walgito (2010:24) berpendapat bahwa dilihat dari segi objeknya, psikologi dapat dibedakan dalam dua golongan besar, yaitu [1] psikologi yang meneliti dan mempelajari manusia. [2] psikologi yang meneliti dan mempelajari hewan, yang umumnya lebih tegas disebut psikologi hewan. Dalam tulisan ini tidak akan dibicarakan psikologi yang membicarakan hewan atau psikologi hewan. Yang akan dibicarakan dalam tulisan ini ialah psikologi berobjekkan manusia yang sampai pada saat ini masih dibedakan adanya psikologi yang bersifat umum dan psikologi yang bersifat khusus. Lebih lanjut, Bimo Walgito (2010:25-26) menjelaskan bahwa psikologi umum ialah psikologi yang menyelidiki dan mempelajari kegiatan-kegiatan atau aktivitas-aktivitas psikis manusia yang tercermin dalam perilaku pada umumnya, yang dewasa, yang normal dan yang berbudaya (dalam arti tidak terisolasi). Psikologi umum memandang manusia seakan-akan terlepas dalam hubungan dengan manusia yang lain. Psikologi khusus ialah psikologi yang meneliti dan mempelajari segi-segi kekhususan dari aktivitas-aktivitas psikis manusia. Hal-hal yang khusus yang menyimpang dari hal-hal yang umum dibicarakan dalam psikologi khusus. Psikologi khusus ini ada bermacam-macam, antara lain: [1] Psikologi Perkembangan, yaitu psikologi yang membicarakan perkembangan psikis manusia dari bayi sampai tua. [2] Psikologi Sosial, yaitu psikologi yang khusus membicarakan tentang perilaku atau aktivitas-aktivitas manusia dalam hubungannya dengan situasi sosial. [3] Psikologi Pendidikan, yaitu psikologi yang khusus menguraikan kegiatan-kegiatan atau aktivitas-aktivitas manusia dalam hubungannya dengan situasi pendidikan, misalnya bagaimana cara menarik perhatian agar pelajaran dapat dengan mudah diterima, bagaimana cara belajar dan sebagainya. [4] Psikologi Kepribadian, yaitu psikologi yang khusus menguraikan tentang pribadi manusia, beserta tipe-tipe kepribadian manusia. [5] Psikopatologi, yaitu psikologi yang khusus menguraikan mengenai keadaan psikis yang tidak normal/abnormal. [6] Psikologi Kriminal, yaitu psikologi yang khusus berhubungan dengan soal kejahatan atau kriminalitas. [7] Psikologi Perusahaan, yaitu psikologi yang berhubungan dengan soal-soal perusahaan.

Dalam bukunya Psikologi Konseling Zulfan Saam (2017:5) berpendapat bahwasanya dalam perkembangan ilmu psikologi menunjukkan bahwa adanya kepentingan mempelajari perilaku manusia dalam situasi khusus atau dalam bidang-bidang tertentu sehingga muncul psikologi khusus, seperti: psikologi kriminal, psikologi remaja, psikologi ke perawatan, psikologi perkembangan, psikologi pendidikan, dan psikologi konseling. Selanjutnya, Zulfan Saam (2017:8) menjelaskan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari psikis dan tingkah laku manusia. Tujuannya adalah agar dapat memperlakukan manusia secara lebih tepat. Konseling adalah proses bantuan yang diberikan oleh ahlinya agar klien dapat menyelesaikan masalahnya atau lebih dapat meningkatkan dirinya. Psikologi konseling adalah ilmu pengetahuan tentang tingkah laku klien yang diperlukan dalam situasi konseling. Dalam bukunya Psikologi Kelompok Bimo Walgito (2007:2-3) berpendapat bahwa secara garis besar, ada psikologi umum dan khusus. Psikologi umum membicarakan hal-hal yang bersifat umum. Misalnya, masalah berpikir dibicarakan secara umum atau masalah emosi dibicarakan secara umum. Hal-hal yang khusus dibicarakan dalam psikologi khusus. Misalnya berpikir anak dibicarakan secara khusus dalam “psikologi anak” atau bagaimana emosi remaja dibicarakan dalam “psikologi remaja”. Salah satu psikologi khusus adalah “psikologi sosial” yaitu psikologi yang berkaitan dengan perilaku manusia dalam situasi sosial. Situasi sosial adalah situasi di mana terdapat interaksi antara individu satu dengan individu lain. Dengan kata lain, “psikologi sosial” merupakan ilmu yang berkaitan dengan interaksi manusia (human interaction). Salah satu bagian “psikologi sosial” adalah “psikologi kelompok”. “psikologi kelompok” adalah ilmu yang berkaitan dengan perilaku kelompok. “psikologi kelompok” memang membicarakan perilaku kelompok. “psikologi kelompok” dapat pula disebut dinamika kelompok (group dynamics).

Dalam hal psikologi umum dan psikologi khusus, Abu Ahmadi (1998:36) mengemukakan bahwa psikologi umum yaitu ilmu jiwa yang mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia dewasa yang normal dan beradab. Disini yang dipelajari ialah sifat-sifat manusia pada umumnya, artinya persamaan-persamaannya dari manusia dewasa, yang normal dan beradab. Sedang sifat-sifat kejiwaan manusia yang belum dewasa

(misalnya anak), manusia yang tidak normal (misalnya orang gila), dan manusia yang tak beradab (misalnya orang primitif), tidak termasuk ilmu jiwa umum, melainkan termasuk dalam ilmu jiwa khusus. Lebih lanjut, Abu Ahmadi (1998:37) mengemukakan pula bahwa psikologi khusus yaitu ilmu jiwa yang mempelajari sifat-sifat khusus dari gejala-gejala kejiwaan manusia. Jadi menyelidiki sifat-sifat yang berbeda pada manusia, seperti berbeda umur, kelamin, lapangan hidup dan lain-lain.

D. RAGAM OBJEK PSIKOLOGI

Abdul Aziz Ahyadi (2005:24) mengatakan bahwa yang dimaksud ilmu haruslah: [1] mempunyai objek tertentu. [2] disusun secara sistematis. [3] mempunyai metode tertentu. Selanjutnya, Abdul Aziz Ahyadi (2005:24-25) menjelaskan bahwa yang dimaksud objek adalah sasaran yang harus diketahui, dipelajari dan diselidiki oleh ilmu. Objek ilmu dapat dibagi ke dalam objek materil yaitu sasaran konkret atau sasaran kasar, dan objek formal yaitu sudut atau segi dari mana kita memandang objek materil itu. Objek materil psikologi adalah manusia. Demikian pula objek materil sejarah dan kedokteran adalah manusia juga. Namun objek formal psikologi adalah tingkah lakunya, sedangkan objek formal sejarah adalah riwayat hidupnya dan objek formal kedokteran adalah penyakitnya.

Dalam bukunya Teori Kepribadian Sigmund Freud Ferdinand Zaviera (2007:19) menerangkan bahwa psikologi dalam arti bebas adalah ilmu yang mempelajari tentang jiwa/mental. Psikologi tidak mempelajari jiwa/mental secara langsung karena sifatnya yang abstrak, tetapi psikologi membatasi pada manifestasi dan ekspresi dari jiwa/mental tersebut, yakni berupa tingkah laku dan proses atau kegiatannya. Masgandi Sit (2017:2) menerangkan bahwa sebagian psikolog menyatakan jiwa dapat dipelajari melalui tingkah laku yang muncul sebagai ekspresi jiwa dari seseorang. Pendapat ini didukung oleh para tokoh aliran psikologi behavioristik.

Tentang “tingkah laku” atau “behavior” atau “perilaku” ini, Clifford T. Morgan (1986:8-9) mengatakan bahwa kini kita menginjak pada kata “tingkah laku”. Lima puluh tahun yang lalu, dalam masa gemilangnya aliran behaviorisme, kata tingkah laku (behavior) hanya ditafsirkan sebagai gerakan tubuh (termasuk tuturan atau speech) yang dapat dilihat atau didengar. Tetapi, dalam tahun-tahun terakhir ini, tafsiran itu telah

diperluas untuk mencakup segala sesuatu yang dilakukan seseorang, yang dapat diukur dengan suatu cara. Jadi, tingkah laku meliputi perasaan, sikap dan proses mental, semua kejadian internal yang dapat secara langsung teramati, karena kita telah menemukan cara-cara mengukur proses-proses ini melalui apa yang dicatat oleh manusia dan bagaimana mereka bereaksi terhadap problem dan situasi tertentu. Iriani Indri Hapsari, dkk (2019:2) menerangkan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku manusia dan proses mental. Perilaku yang dimaksud adalah aktivitas atau tindakan manusia yang kelihatan maupun tidak kelihatan, yang disadari maupun yang tidak disadari, sebagai cara bereaksi terhadap segala sesuatu yang datang dari luar dirinya. Contohnya: cara bicara, cara berjalan, emosi, berpikir, mendengar, melihat, dan persepsi. Demikian pula, Eko Suryani & Hesty Widyasih (2012:25) mengatakan bahwa bentuk perilaku manusia terdiri dari perilaku yang tidak nampak/terselubung (*covert behavior*) dan perilaku yang tampak (*overt behavior*). Perilaku yang tidak tampak dapat berupa: berpikir, sikap, persepsi, emosi dan lain sebagainya. Sedangkan perilaku yang tampak, misalnya: berjalan, berbicara, bereaksi, berpakaian, dan lain sebagainya.

Dalam bukunya Psikologi Lingkungan Sarlito Wirawan Sarwono (1992:17) mengemukakan bahwa tingkah laku di sini adalah perbuatan-perbuatan manusia, baik yang terbuka (*kasat indera*) maupun yang tertutup (*tidak kasat indera*). Perbuatan yang terbuka dinamakan juga *overt behavior*, meliputi semua tingkah laku yang bisa ditangkap langsung dengan indera seperti melempar, memukul, menyapu, mengemudi, dan merokok. Tingkah laku yang tidak kasat indera atau *covert behavior* adalah yang harus diselidiki dengan metode atau instrument khusus karena tidak bisa langsung ditangkap oleh indera, misalnya motivasi, sikap, berpikir, beremosi, dan minat. Ahmad Fauzi (2004:13) mengatakan bahwa tingkah laku mempunyai arti yang lebih kongkret daripada jiwa. Karena itu, maka tingkah laku lebih mudah dipelajari dari pada jiwa dan melalui tingkah laku, kita dapat mengenal seseorang. Termasuk dalam tingkah laku di sini adalah perbuatan-perbuatan yang terbuka maupun yang tertutup, tingkah laku yang tertutup adalah tingkah laku yang hanya dapat diketahui secara tidak langsung melalui alat-alat atau metode khusus, misalnya berpikir, sedih, berkhayal, bermimpi, takut, dan sebagainya. Tingkah laku terbuka

adalah tingkah laku yang dapat diketahui secara langsung dari orang yang bersangkutan, misalnya berbicara, bercakap-cakap, dan sebagainya. Lebih lanjut, Ahmad Fauzi (2004:131) mengatakan bahwasanya para ahli psikologi memberikan penekanan bahwa yang dipelajari oleh psikologi bukanlah jiwa, tetapi tingkah laku manusia, baik perilaku yang kelihatan (overt) maupun yang tidak kelihatan (covert).

Menurut Idad Suhada (2016:16) bahwa mengenai tingkah laku ini perlu dipahami. Dalam arti yang luas tingkah laku bukan berarti hanya perbuatan yang disengaja, melainkan juga perilaku yang tidak sengaja, misalnya kedipan mata, ayunan tangan tatkala berjalan, senyuman, dan sebagainya. Tingkah laku disamping berupa tutur kata lisan, juga tutur bahasa isyarat umpamanya gelengan kepala, anggukan kepala, lambaian tangan dan sebagainya. Dengan demikian yang dimaksud dengan tingkah laku bukan hanya perbuatan-perbuatan yang nyata, melainkan juga reaksi-reaksi individu yang simbolik dan tersembunyi sebagai akibat dari motivasi diri ataupun akibat stimulasi dari lingkungan.

Dalam Bukunya Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila Abdul Aziz Ahyadi (2005:27-28) mengemukakan bahwa tingkah laku yang tampak (overt) hanya sebagian dari gejala kejiwaan. Oleh karena itu pengetahuan tingkah laku dalam psikologi mencakup efek, akibat, bekas, atau perpanjangan ekspresi nyata seperti cara-cara bicara, berpikir, mengendalikan perasaan, mengerjakan sesuatu, sikap, sifat, dan kebiasaan sehari-hari lainnya. Bahkan efek tersebut tidak hanya membekas pada alam sadar tetapi juga pada alam-tak sadar. Tingkah laku yang tidak nampak ini disebut tingkah laku tertutup (covert). Dengan demikian, tingkah laku yang dipelajari oleh psikologi adalah tingkah laku manusia sebagai individu, baik yang dapat diamati secara langsung seperti tindakan dan perbuatan, maupun yang tidak dapat diamati secara langsung seperti proses berpikir, emosi, kemauan, dan dinamika kehidupan dunia-dalam seseorang.

Di lain sisi, berkaitan dengan penjelasan mengenai objek psikologi, M. Ngalim Purwanto (2007:2) mengatakan bahwa objek material dari psikologi ialah manusia. Selanjutnya M. Ngalim Purwanto (2007:3) menjelaskan bahwa objek formal dari psikologi adalah berbeda-beda menurut perubahan zaman dan pandangan para ahli masing-masing. Pada

zaman Yunani sampai abad pertengahan misalnya, yang menjadi objek formalnya adalah “hakikat jiwa”. Kemudian pada masa Descartes objek psikologi itu adalah gejala-gejala kesadaran, yakni apa-apa yang langsung kita hayati dalam kesadaran kita: tanggapan, perasaan, emosi-emosi, hasrat, kemauan dan sebagainya. Pada aliran Behaviorisme yang timbul di Amerika pada permulaan abad ke-20 ini yang menjadi objeknya adalah tingkah laku manusia yang tampak/lahiriah. Sedangkan pada aliran psikologi yang dipelopori oleh Freud, objeknya adalah gejala-gejala ketidaksadaran manusia.

E. RANGKUMAN MATERI

[1] Psikolog secara etimologi (Lughah) bahasa, berasal dari Yunani yaitu *psyche* artinya jiwa dan *logos* artinya ilmu. Dengan singkat psikologi berarti ilmu jiwa. Psikologi dalam bahasa Inggris disebut *psychology*, sedangkan dalam bahasa Arab disebut ‘*ilmunnafsi*. Psikologi secara terminologi/istilah memiliki banyak definisi. Plato dan Aristoteles mengemukakan bahwa psikologi ialah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Menurut Morgan, psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku baik pada manusia maupun hewan (*the science of human or animal behavior*). Santrock berkata bahwa “*psychology is the scientific study of behavior and mental processes*” (psikologi adalah kajian ilmiah terhadap proses perilaku dan mental). Menurut Wundt bahwa psikologi itu merupakan ilmu tentang kesadaran manusia (*the science of human consciousness*). Sartain berpendapat bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia (*the science of human behavior*). Menurut Woodworth dan Marquis bahwa psikologi merupakan ilmu tentang aktivitas-aktivitas individu (*the science of the activities of the individual*). Menanggapi beragamnya pendapat mengenai psikologi secara istilah/terminologi, Muhibbin Syah (2005:8) menjelaskan bahwa karena kontak dengan berbagai disiplin itulah, maka timbul bermacam-macam definisi psikologi yang satu sama lain berbeda, seperti: [1] Psikologi adalah ilmu mengenai kehidupan mental (*the science of mental life*). [2] Psikologi adalah ilmu mengenai pikiran (*the science of mind*). [3] Psikologi adalah ilmu mengenai tingkah laku (*the science of behavior*), dan lain-lain yang sangat

bergantung pada sudut pandang yang medefinisikannya. [2] Psikologi itu dapat dibagi menjadi dua golongan besar, yaitu psikologi metafisika dan psikologi empiri. Psikologi empiri dapat dibagi dua pula, yaitu “Psikologi Umum” dan “Psikologi Khusus”. Pendapat lain mengatakan bahwa ditinjau dari segi objeknya psikologi dapat dibedakan dalam dua golongan besar, yaitu: psikologi yang menyelidiki/mempelajari manusia dan psikologi yang menyelidiki/mempelajari hewan, lebih tegas disebut psikologi hewan. Psikologi yang berobjekkan manusia dapat dibedakan menjadi dua pula, yaitu “psikologi yang bersifat umum” dan “psikologi yang bersifat khusus”. [3] Objek psikologi dibagi dua, yaitu objek materil/material dan objek formal. Objek materil/material psikologi ialah manusia. Objek formal psikologi adalah tingkah laku manusia. Pendapat lain mengatakan bahwa objek formal dari psikologi adalah berbeda-beda menurut perubahan zaman dan pandangan para ahli masing-masing. Pada zaman Yunani sampai abad pertengahan misalnya, yang menjadi objek formalnya adalah “hakekat jiwa”. Kemudian pada masa Descartes objek formal psikologi itu adalah gejala-gejala kesadaran. Pada aliran Behaviorisme yang timbul di Amerika pada permulaan abad ke-20 ini yang menjadi objek formalnya adalah tingkah laku manusia yang tampak/lahiriah. Sedangkan pada aliran psikologi yang dipelopori oleh Freud, objek formalnya adalah gejala-gejala ketidaksadaran manusia.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Jelaskan apa definisi psikologi secara bahasa/etimologi?
2. Jelaskan definisi psikologi secara istilah/terminologi!
3. Jelaskan tentang pembagian psikologi!
4. Apa yang dimaksud dengan “psikologi metafisika”?
5. Apa yang dimaksud dengan “psikologi empiri”?
6. Apa definisi “psikologi umum” itu?
7. Apa definisi “psikologi khusus” itu?
8. Sebutkan dua contoh psikologi khusus kemudian jelaskan definisinya !
9. Apa yang dimaksud dengan “objek materil/material” dan “objek formal”?
10. Jelaskan apa objek materil/material dan objek formal dari psikologi?

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. (1998). *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ahyadi, Abdul Aziz. (2005). *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Fauzi, Ahmad. (2004). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Hapsari, Iriani Indri, dkk. (2019). *Psikologi Faal: Tinjauan Psikologi dan Fisiologi dalam Memahami Perilaku Manusia*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Jalaluddin. (2003). *Psikologi Agama*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Jalaluddin. (2020). *Psikologi Islam Dalam Konsepsi Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Klemm, Otto. (2017). *A History of Psychology: Sejarah Psikologi* (Penerjemah:Supriyanto Abdullah). Yogyakarta: Indoliterasi.
- Morgan, Clifford T. (1986). *Psikologi Sebuah Pengantar (Judul Asli: A Brief Introduction to Psychology)*. Jakarta: Pradnya Paramita.
- Mubarak, Achmad. (2000). *Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern: Jiwa Dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Paramadina.
- Naisaban, Ladislaus. (2004). *Para Psikolog Terkemuka Dunia: Riwayat Hidup, Pokok Pikiran, Dan Karya*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia (Grasindo).
- Purwanto, M. Ngalim. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Saam, Zulfan. (2017). *Psikologi Konseling*. Jakarta: Rajawali Pers/RajaGrafindo Persada.
- Sarwanih. (2011). *Kamus Ilmiah Kontemporer Indonesia-Arab*. Yogyakarta: Nurma Media Idea.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (1992). *Psikologi Lingkungan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia (Grasindo) & Program Pascasarjana, Program Studi Psikologi Universitas Indonesia.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (2015). *Berkenalan Dengan Aliran-Aliran Dan Tokoh-Tokoh Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (2021). *Pengantar Psikologi Umum*. Depok: Rajawali Pers.

- Sit, Masgandi. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Depok: Kencana-Prenadamedia Group.
- Suhada, Idad. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini (Raudhatul Athfal)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sururin. (2004). *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Suryani, Eko & Widyasih, Hesty. (2012). *Psikologi Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Syah, Muhibbin. (2005). *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Walgito, Bimo. (2007). *Psikologi Kelompok*. Yogyakarta: Andy Offset.
- Walgito, Bimo. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andy Offset.
- Yunus, Mahmud. (1989). *Kamus Arab-Indonesia*. Jakarta: Hidakarya Agung.
- Zaviera, Ferdinand. (2007). *Teori Kepribadian Sigmund Freud*. Jogjakarta: Primasophie.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 2: SEJARAH DAN ALIRAN PSIKOLOGI

Dr. Resekiani Mas Bakar, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Universitas Negeri Makassar

BAB 2

SEJARAH DAN ALIRAN PSIKOLOGI

A. PENDAHULUAN

Bab ini membahas mengenai sejarah aliran dalam bidang Psikologi. Psikologi memiliki cerita sejarah yang panjang hingga menjadi ilmu pengetahuan yang berdiri sendiri dan diakui sebagai ilmu pengetahuan ilmiah. Sejarah dimulai dari perdebatan tentang perilaku dan jiwa di kalangan para Filsuf dari masa Yunani Kuno hingga masa Renaissance dan pasca Renaissance. Di bab ini akan dibahas mengenai: (1) Sejarah Psikologi (Masa Yunani Kuno – Pasca Renaissance), dan (2) Aliran dalam Psikologi.

RELEVANSI

Pembahasan tentang sejarah psikologi dan aliran psikologi bertujuan agar mampu dipahami perjalanan ilmu psikologi untuk diakui sebagai ilmu pengetahuan yang ilmiah. Sejarah psikologi juga mempengaruhi lahirnya school of psychology yang tidak hanya meneliti tentang jiwa, pengalaman sadar, tetapi juga ketidaksadaran. Para ahli saling menghasilkan temuan yang berbeda-beda berdasarkan penelitian yang dilakukan, sehingga argumentasi yang dibangun tentang jiwa dan perilaku saling melengkapi dan memunculkan berbagai aliran di psikologi.

MATERI

Lebih dari 200 tahun lalu, konsep tentang perilaku (behavior) dan jiwa (mind) dimulai oleh para filsuf Yunani. Pada masa itu, psikologi memiliki wilayah studi yang berbeda jauh dari filsafat. Kesuksesan metode eksperimen yang dipengaruhi oleh ilmu eksak mendorong para filsuf untuk

mempelajari pikiran dan perilaku dalam metode ilmiah. Pada tahun 1879 di Universitas of Leipzig, seorang filsuf-psikolog Jerman bernama Wilhelm Wundt (1832-1920) mendirikan laboratorium pertama. Beberapa sejarawan meyakini bahwa William James juga mendapatkan kehormatan atas berdirinya laboratorium pada tahun 1875 di Harvard University. Ia adalah professor muda ilmu biologi dan filsafat yang mengajarkan mata kuliah psikologi. Berselang beberapa tahun, hampir sebagian besar universitas memiliki fakultas atau departemen Psikologi dan laboratorium Psikologi.

Pada abad ke-19, para ilmuwan Psikologi memiliki pandangan yang berbeda tentang jiwa dan bagaimana cara dalam mempelajari pikiran tersebut. Pertanyaan yang mendasar dan menjadi perdebatan ketika itu adalah apakah psikologi merupakan ilmu tentang jiwa? apakah psikologi mempelajari perilaku? atau apakah jiwa dan perilaku merupakan kesatuan? Perbedaan ini melahirkan *school of psychology* yang melakukan banyak penelitian tentang jiwa dan perilaku. Pembahasan tentang aliran psikologi akan diawali terlebih dahulu dengan sejarah psikologi pada masa Yunani Kuno hingga masa Renaissance dan pasca Renaissance.



Gambar 1. Kurun Masa Sejarah Psikologi

B. SEJARAH PSIKOLOGI (MASA YUNANI KUNO – PASCA RENNAISANCE)

Psikologi berasal dari kata Yunani, yaitu *psyche* (jiwa) dan *logos* (ilmu). Psikologi secara harfiah adalah ilmu jiwa. Ilmu jiwa memiliki arti belum jelas dan ambigu, sehingga psikologi sering didefinisikan secara berbeda. Psikologi melalui proses panjang untuk menjadi ilmu pengetahuan, yaitu sejak masa Yunani kuno. Pada masa ini, psikologi masih merupakan bagian

dari Filsafat. Belum adanya pemikiran nyata atau empiris, tetapi lebih didasari oleh argumentasi logis.

Psikologi bagian dari filsafat berkembang pada masa Yunani kuno hingga Renaissance. Filsafat mempelajari tentang jiwa dari filsuf Yunani Kuno, yaitu Thales (624-548 SM) sejak 500-600 SM, Anaximander (611-546 SM), dan Anaximenes (490-430 SM). Thales dikenal sebagai bapak filsafat yang mengartikan jiwa itu supernatural. Segala sesuatu hanyalah gejala alam (natural phenomena) yang bersumber dari air, sehingga jiwa dianggap tidak ada. Anaximander menganggap jiwa itu ada karena segala sesuatu berasal dari apeiron yang berarti tak berbentuk, tak terbatas, dan tak mati. Anaximenes menganggap segala sesuatu berasal dari udara, sehingga jiwa itu ada.

Tokoh filsafat Yunani Kuno selanjutnya memaknai jiwa lebih konkret, yaitu Empedokles (490-430 SM), Democritus (460-370 SM), Hippocrates (460-375), Socrates (469-399), Plato (427-347 SM), Aristoteles (384-322 SM), Thomas Aquinas (1225-1274), Francis Bacon (1561-1626), Rene Descartes (1596-1650), John Locke (1623-1704), Wilhelm Leibniz (1646-1716), George Berkeley (1685-1753), dan Immanuel Kant (1724-1804). Empedokles menganggap alam semesta terdiri atas empat elemen dasar, yaitu tanah, udara, air, dan api. Individu dianalogikan sama, yaitu terdiri atas tulang, otot, dan usus (unsur tanah), cairan tubuh dari (air), fungsi hidup (udara), dan rasio (api). Democritus menganggap jiwa bagian dari realitas semesta. Seluruh realitas semesta terdiri atas partikel-partikel yang tidak terpisah. Hippocrates diketahui sebagai Bapak Ilmu Kedokteran mengemukakan bahwa kesehatan mental dan fisik terjadi bila seimbang empat cairan yang ada dalam tubuh manusia, yaitu: (1) darah (udara) – sanguine, (2) empedu kuning, (api), (3) empedu hitam (tanah), dan (4) cekatan (korelis) oleh sumsum kuning (Rahman, 2017).

Tiga serangkai, yaitu Socrates, Plato, dan Aristoteles paling berperan terhadap perkembangan psikologi ratusan tahun setelahnya. Socrates memperkenalkan cara memancing pikiran-pikiran individu agar keluar dengan teknik wawancara, yaitu teknik maieutics. Socrates percaya bahwa pikiran adalah cerminan dari jiwa. Plato menganggap lingkungan adalah faktor penting dalam memahami aktivitas jiwa yang membedakan individu dengan makhluk lain. Plato menganggap jiwa ada sejak dalam kandungan

dan berfungsi sebagai akal, rasa, dan kehendak. Oleh Aristoteles, jiwa adalah ilmu tentang gejala-gejala kehidupan. Aristoteles dikenal sebagai Bapak Logika dengan tulisannya “The Anima”. The Anima menjelaskan perilaku individu yang menjadi pembeda dengan makhluk lain. Makhluk hidup terbagi menjadi tumbuh-tumbuhan (anima vegetarian), hewan (anima sensitiva), dan manusia (anima intelektual). Hewan berindra (sensitiva), sehingga berbeda dengan tumbuhan. Manusia pun berindra, namun memiliki kemampuan mengingat (*mneme*), sehingga memiliki kecerdasan (Rahman, 2017).

Thomas Aquinas menganggap individu sebagai kesatuan dinamis dan jiwa yang memotivasi. Jiwa meliputi raga (badan), namun juga memiliki rohani, sehingga saat individu mati, jiwanya akan tetap hidup. Jiwa terdiri atas bagian yang bertumbuh (bersifat vegetatif), appetitif (selera atau nafsu), sensitif (merasakan), lokomotif (menggerakkan), dan intelektual (kecerdasan). Proses belajar individu bergantung pada lingkungan dan akal sehat yang aktif memediasi, mengorganisasi, dan mengoordinasikan input ragawi. Francis Bacon dikenal sebagai Bapak metode Induktif penganut aliran empirisme. Francis Bacon menganggap pengetahuan diperoleh melalui persepsi dan pengalaman (Sumanto, 2014).

King (2017) mengemukakan bahwa Rene Descartes berfokus pada pikiran. Pikiran dan tubuh adalah dua hal terpisah. Rene Descartes (1596-1650) dikenal dengan ajaran “*cogito ergo sum*” yang berarti saya berpikir, maka saya ada. Rene Descartes menganggap individu terdiri dari zat yang dapat berpikir dan tumbuh atau berkembang. Psikologi adalah ilmu pengetahuan tentang pemikiran dan kesadaran. Raga adalah hal yang tidak disadari, sehingga tidak dibicarakan. Rene Descartes membagi perilaku menjadi rasional dan mekanis. Perilaku rasional berkaitan dengan jiwa, sedangkan mekanis berkaitan dengan aktivitas refleks.

John Locke dikenal dengan teori “Tabula Rasa”. Menurut John Locke ilmu pengetahuan, tanggapan, dan perasaan jiwa diperoleh dari pengalaman indra (King, 2017). Jiwa belum ada saat individu baru dilahirkan, namun akan muncul melalui pengalaman dari indra. Setiap perilaku adalah hasil belajar, sehingga berubah sesuai pengalaman baru. Wilhelm Leibniz memiliki dasar pemikiran “monade” yang berarti kesatuan. Teori ini disebut monadologi. Teori ini dikritik karena antar monade tidak

dapat saling mempengaruhi. Sarwono (2012) mengemukakan bahwa George Berkeley juga berpendapat bahwa penginderaan adalah yang terpenting dari ilmu jiwa. Kesadaran atau rasio hanya mengikuti hal yang diserap oleh penginderaan. Immanuel Kant menganggap semua pengetahuan bersifat empiris dan dental. Pengetahuan empiris tentang penginderaan. Pengetahuan dental tentang pengalaman bebas. Menurut Kant, antara empirisme dan rasionalisme digabungkan (Sumanto, 2014).

Psikologi sebagai ilmu faal dimulai pasca-Renaissance awal abad XVIII. Ilmu faal mempelajari gejala-gejala jiwa berdasarkan perspektif fisiologi. Ilmu fisiologis, psikofisiologis, dan evolusi dan psikiatri adalah bidang yang berkembang pada masa ini. Pertama, bidang fisiologis. Fisiologis maju dalam riset bidang saraf, sensasi, dan otak sebagai dasar empiris fungsi jiwa yang sangat abstrak. Tokoh perkembangan fisiologis, yaitu Sir Charles Bell (1774-1842), Charles Bell-Francoise Magendie (1783-1855), Johannes Muller (1801-1858), Marshall Hall (1790-1857), Paul Broca (1824-1880), Pierre Flourens (1794-1867), Thomas Young (1773-1829), Jan Purkinje (1787-1869), dan Ivan Pavlov (1849-1857) (Sarwono, 2012; Sumanto, 2014).

Kedua, bidang psikofisiologis. Psikofisiologis fokus pada subjective experience yang mempelajari kaitan antara stimulus fisik dan sensasinya. Sensasi oleh indra tidak hanya dijelaskan melalui sudut anatomi dan fisik, tetapi sebagai hubungan jiwa-raga. Tokoh-tokoh penting psikofisiologis, yaitu Gustav Theodor Fechner (1801-1887) dan Hermann Von Helmholtz (1821-1894). Ketiga, bidang evolusi dan psikiatri. Tokoh penting evolusi adalah Charles Darwin (1809-1882) dan Francis Galton (1822-1911). Evolusi dikemukakan oleh Charles Darwin sebagai titik penting pemikiran tentang individu. Charles Darwin menganggap individu adalah makhluk hidup yang telah melalui proses seleksi alam. Individu tidak langsung tercipta, sehingga perbedaan dengan makhluk lain maupun antar individu tidak bersifat gradual, bukan kualitas. Pada bidang psikiatri, perkembangan psikologi adalah pada pengayaan bidang metodologi terutama klinis dan eksplorasi gejala patologis kejiwaan.

C. SEJARAH PERKEMBANGAN PSIKOLOGI DI INDONESIA

Perkembangan psikologi di Indonesia dimulai pada 1952 dan diperkenalkan oleh Slamet Iman Santoso, profesor psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia (UI). Baginya, ilmu psikologi dibutuhkan untuk menyeleksi potensi individu agar ditempatkan di lokasi kerja yang tepat. Ia adalah profesor yang menangani pasien dengan gangguan psikosomatis dari kalangan pegawai pemerintahan dan anggota militer. Penyebab utamanya karena banyak yang gagal menjalankan tugas setelah pemerintahan diambil alih oleh Indonesia dari kolonial Belanda pada 1950.

Pada 1950-an, TNI dan pemerintahan mengirim beberapa psikolog untuk menempuh pendidikan di Belanda dan Jerman. Mereka ditempatkan di Pusat Psikologi Angkatan Darat dan Udara di Bandung dan juga menjadi staf di Fakultas Psikologi UI setelah kembali ke Indonesia. UI juga menyelenggarakan kursus pelatihan untuk asisten psikolog lalu menjadi jurusan Psikologi di Fakultas Kedokteran. Slamet menjadi ketua jurusan dan Fuad Hassan adalah lulusan pertama pada 1958. Pada 1960 mulai didirikan Fakultas Psikologi dengan Slamet menjadi Dekan pertama, lalu digantikan oleh Fuad Hassan. Fakultas Psikologi juga didirikan di Universitas Padjadjaran (UNPAD) pada 1961 dan Universitas Gadjah Mada (UGM) pada 1964. Universitas Airlangga (UNAIR) adalah universitas keempat yang memiliki program pendidikan psikologi dan berkembang menjadi fakultas psikologi pada 1992. Sebagian besar staf adalah alumni dari Fakultas Psikologi UGM (Saleh, 2018).

Psikologi di Indonesia awalnya dikaitkan dengan klinis dan psikoanalisis. Teknik proyeksi dan tes IQ banyak digunakan untuk psiko diagnostik. Pada 1960-an, behaviorisme lebih populer dengan konstruksi tes dan metode-metode kuantitatif. Psikologi di Indonesia distandarisasi dan di bawah kontrol Departemen Pendidikan Nasional. Para psikolog juga harus mendapat izin praktik dari Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI) dan departemen tenaga kerja. HIMPSI berdiri pada 1998/1999 dan memiliki beberapa divisi, yaitu Asosiasi Psikologi Industri dan Organisasi (APIO), Ikatan Psikologi Sosial (IPS), dan Ikatan Psikologi Olahraga (IPO).

Sama halnya dengan negara-negara barat, kebutuhan psikologi di Indonesia juga sangat dibutuhkan, seperti dalam bidang pendidikan, bisnis, politik, kesehatan, permasalahan sosial, dan lain-lain. Psikologi di

Indonesia tidak selalu dapat menerapkan psikologi barat. Begitupun tiap etnik di Indonesia memiliki standar sendiri, sehingga etnik tertentu belum tentu dapat berlaku pada etnik lainnya. Oleh karena itu, Indonesia memerlukan penelitian psikologi tentang basic nature. Di sisi lain, dana dan sumber daya manusia juga sangat terbatas. Indonesia juga menghadapi masalah-masalah seperti psikologi di Barat, seperti aplikasi beragam, teori dan metodologi saling bertentangan, definisi bervariasi, dan asal-usul yang luas. Guru besar, staf, maupun praktisi juga menggunakan pendekatan, teori, dan metodologi berbeda terhadap topik yang sama (Saleh, 2018).

Perkembangan ilmu psikologi di Indonesia semakin jelas dengan adanya dasar hukum tentang pendidikan dan layanan psikologi. Pada tahun 2022 tepatnya tanggal 7 Juli, RUU Pendidikan dan Layanan Psikologi 2022 disetujui menjadi Undang-Undang resmi. Tujuan dari pengesahan undang-undang ini menjadi dasar hukum yang diyakini lebih komprehensif dan mampu mengimbangkan antara pendidikan dan praktisi profesional yang dilakukan oleh psikolog sebagai ahli psikologi. Undang-Undang Pendidikan dan Layanan Psikologi juga berperan sebagai pengimbang dan pelengkap antara perguruan tinggi penyelenggara pendidikan psikologi, organisasi-organisasi profesi, serta pemerintah sebagai regulator dan fasilitator dalam perwujudan layanan psikologi yang berkualitas serta merata. Selain itu, dasar hukum ini juga menyelaraskan Pendidikan dan Layanan Psikologi dengan Undang-Undang Kesehatan yang sebelumnya telah mengatur praktik psikologi di layanan dan fasilitas kesehatan. Hal ini memberikan perlindungan hak dan kewajiban yang lebih kuat kepada psikolog dalam pemberian layanan psikologi dan bagi masyarakat untuk mengakses layanan psikologi (HIMPSI, 2022; Kemdikbud, 2022).

D. ALIRAN-ALIRAN PSIKOLOGI

Perkembangan psikologi ditandai dengan kemunculan berbagai aliran dan cabang. Aliran strukturalisme, Psikologi Gestalt, dan Psikoanalisis adalah aliran yang berkembang di Jerman. Aliran fungsionalisme, behaviorisme, dan humanistik berkembang di Amerika (Sumanto, 2014).

1. Strukturalisme

Strukturalisme adalah aliran psikologi yang pertama oleh Wilhelm Wundt (1832-1920) setelah eksperimen dari laboratoriumnya di Leipzig dan dikembangkan oleh Edward B. Titchener (1867-1927). Meskipun Wundt dan Titchener merupakan pendiri psikologi strukturalisme yang mempelajari studi pengalaman kesadaran, terdapat pula tokoh yang bernama J. Henry Alston. Alston merupakan ilmuwan psikologi strukturalisme yang meneliti pada pengalaman sensasi dingin dan panas. Ia merupakan psikologi Afrika Amerika yang mempublikasikan artikel penelitian pada *Journal of the American Psychological Association*.

Aliran strukturalisme mempelajari isi dan struktur, yaitu setiap gejala psikis memiliki karakteristik dari elemen-elemennya. Pertanyaan yang mendasari strukturalisme adalah apa unsur-unsur dari jiwa dan bagaimana struktur dari jiwa ini bersatu. Morgan et al. (1986) mengemukakan bahwa tujuan kaum strukturalis adalah menemukan unit atau elemen pembentuk jiwa, sama halnya unsur-unsur kimiawi yang membentuk persenyawaan kimiawi. Para strukturalis menganggap bahwa langkah awal mempelajari pikiran adalah mengetahui elemen dasar penyusunnya terlebih dahulu. Strukturalisme meyakini bahwa isi dan struktur jiwa manusia adalah penggabungan dari berbagai pengalaman kesadarannya.

Aliran strukturalisme memandang proses kesadaran terdiri atas elemen dasar, seperti penginderaan, perasaan, ingatan, dan sebagainya. Antar elemen dasar ini dikaitkan satu sama lain oleh asosiasi, sehingga disebut juga elementisme dan asosiasiisme. Kesadaran juga dipandang sebagai aspek utama kehidupan mental, sehingga semua berasal dari kesadaran. Sumanto (2014) mengemukakan bahwa aliran strukturalisme bertujuan untuk: a) menggambarkan elemen dasar adalah komponen-komponen kesadaran; b) menggambarkan elemen dasar tersebut adalah kombinasi kesadaran; dan c) menjelaskan hubungan sistem saraf dengan elemen-elemen kesadaran.

Metode introspeksi digunakan kaum strukturalis untuk menemukan elemen dasar dari jiwa. Metode introspeksi memandu individu untuk menceritakan pengalaman dan perasaannya terhadap stimulus secara objektif dengan mengabaikan maknanya. Kaum strukturalis melakukan eksperimen untuk menemukan sensasi dasar seperti warna merah, dingin,

manis, dan wangi sebagai pengalaman mental yang kompleks. Partisipan diminta untuk mendeskripsikan atau mengasosiasikan dengan cepat stimulus warna terang, suara, maupun bau. Penelitian eksperimen ini memberikan informasi tentang sensasi yang dimiliki oleh manusia. Ilmuwan psikologi pada masa itu berpikir bahwa jiwa dapat dipahami dengan menemukan elemen dan aturan yang menggabungkan elemen tersebut masih diperdebatkan.

2. Fungsionalisme

Fungsionalisme lahir sebagai reaksi terhadap aliran strukturalisme yang bukan pada struktur jiwa tetapi pada fungsi dari jiwa dan perilaku. Fungsionalisme tidak fokus pada struktur, tetapi fungsi dari tingkah laku dan proses mental individu. Aliran strukturalis lebih menekankan pada pertanyaan “Apa kesadaran itu?”, sedangkan fungsionalis “Untuk apa kesadaran itu?”. Aliran fungsionalisme dan strukturalisme memiliki perbedaan pandangan. Pertama, aliran strukturalisme menjelaskan gejala psikis secara struktural, sedangkan fungsionalisme secara fungsional. Strukturalisme menganalisis pengalaman kesadaran berdasarkan unsur-unsurnya “Apa unsur-unsurnya dan bagaimana itu bergabung?”. Fungsionalisme melihat hubungan dan fungsi terhadap penyesuaian diri secara psikis maupun sosial “Mengapa dan untuk apa perilaku dilakukan?”. Kedua, strukturalisme memperhatikan isi jiwa, sedangkan fungsionalisme mengutamakan aksi dari individu. Ketiga, strukturalisme menganggap jiwa adalah gabungan dari berbagai pengalaman kesadaran. Fungsionalisme menganggap jiwa dibutuhkan untuk kelangsungan hidup dan penyesuaian diri.

Tokoh-tokoh aliran fungsionalisme, yaitu **William James** (1842-1910), **John Dewey** (1873-1954), **James Angell** (1869 – 1949) dan **Harvey Carr** (1873 – 1954) di Universitas Chicago mengagas ide bahwa psikologi adalah ilmu tentang apa yang jiwa dan perilaku lakukan. Ini lahir dari ketertarikan pada fakta yang menunjukkan bahwa jiwa dan perilaku adalah sesuatu yang adaptif bagi individu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan dari lingkungan. Morgan et al. (1986) mengemukakan bahwa aliran fungsionalisme tidak membatasi pada deskripsi dan analisis pikiran, namun juga mempelajari fungsi jiwa dan perilaku. Sumanto (2014)

mengemukakan bahwa aliran fungsionalisme juga mempelajari fungsi kesadaran untuk menjembatani antara kebutuhan dan lingkungan individu. Fungsionalisme menekankan hubungan perilaku dan jiwa, sehingga hubungan antar individu dengan lingkungan adalah manifestasi dari keduanya.

Kritikan tentang metode introspeksi muncul dari William James. James menganggap metode introspeksi sangat membatasi perkembangan psikologi. Ia berminat meneliti cara kerja jiwa sehingga individu dapat beradaptasi. Data introspeksi harus dilengkapi dengan observasi perilaku aktual untuk mengetahui cara tersebut, sehingga memperluas cakupan psikologi karena perilaku dimasukkan sebagai variabel dependen. Walau begitu, aliran fungsionalisme masih menganggap psikologi sebagai ilmu pengetahuan tentang pengalaman kesadaran dan metode penelitian sebagai introspeksi (Sobur, 2011).

Pandangan James Rowland Angell terhadap aliran fungsionalisme dijelaskan dalam papernya *"The Province of Functional Psychology"*. Pertama, fungsionalisme mempelajari mental operation, lawan dari elementisme dari struktural. Kedua, fungsionalisme mempelajari fungsi kesadaran. Jiwa adalah perantara kebutuhan individu dan lingkungan. Ketiga, fungsionalisme adalah psikofisik, yaitu psikologi yang mempelajari keseluruhan individu atas jiwa dan badan, juga hal-hal dibalik kesadaran, seperti tingkah laku setengah kesadaran, kebiasaan, dan lain-lain.

John Dewey adalah ahli filsafat, sehingga pandangannya terhadap psikologi banyak dipengaruhi oleh filsafat. Publikasi *"Psychology"* oleh John Dewey pada 1886 adalah tulisan pertama yang memperkenalkan aliran fungsionalisme di Amerika Serikat. John Dewey menganggap perubahan itu penting. Individu selalu berpikir untuk melakukan perubahan.

3. Psikologi Gestalt

Aliran psikologi Gestalt diumumkan pertama kali oleh Max Wertheimer (1880-1943) pada 1912, lalu dikembangkan oleh Kurt Koffka (1886-1941) dan Wolfgang Kohler (1887-1967). Aliran Gestalt tidak sependapat dengan strukturalis yang berfokus pada elemen dari jiwa atau kesadaran. Aliran ini melandaskan pada pikiran bahwa jiwa bukan terdiri

dari penggabungan dari elemen yang dikemukakan oleh strukturalis. Gestalt berasal dari bahasa Jerman yang berarti “*from*” atau dalam bahasa Inggris disebut dengan “*configuration*”. Sumanto (2014) mengemukakan bahwa psikologi gestalt dipengaruhi oleh model akademi Wurzburg dan pendekatan fenomenologis. Fenomenologi adalah ilmu tentang pengenalan diri dan perkembangan individu terhadap ilmu pengetahuan – sebagai ilmu yang mendahului filsafat.

Morgan et al., (1986) menuliskan bahwa para kaum Gestalt menjelaskan pengalaman mental bergantung pada keseluruhan pola dari aktivitas sensorik yang meliputi hubungan dan pengorganisasian di dalam pola tersebut. Konsep yang paling populer dari Gestalt tentang titik-titik. Pada gambar 2, pengalaman mental seseorang tidak hanya berpusat pada titik-titik tersebut, namun sebuah segitiga dan sebuah segiempat yang berada pada sebuah garis.



Gambar 2. Gestalt memandang bahwa pengalaman mental adalah organisasi dan hubungan antar elemen titik

Aliran strukturalisme dianggap terlalu elemenistik. Gestalt memandang bahwa padahal persepsi individu terjadi secara menyeluruh dan terorganisasi, bukan terpisah-pisah. Sarwono (2012) mengemukakan bahwa dalam proses persepsi, rangsangan ditangkap secara keseluruhan. Persepsi adalah keseluruhan dari detail-detail yang ditangkap oleh indra. Misalnya, saat individu mengamati sebuah mobil, maka terlihat sebagai mobil, bukan susunan ban, pintu, lampu kaca, alat kemudi, dan lain-lain, walaupun dilihat dari berbagai arah.

Eksperimen oleh Wolfgang Kohler dengan simpanse bernama Sultan. Sultan memainkan dua tongkat lalu menyambungkannya, maka “Aha...”, pisang di luar kandang yang gagal diraihnya sejak tadi berhasil diambil. Gejala tersebut disebut “*aha Erlebnis*” yang membuktikan jika persepsi simpanse bersifat gestalt, bukan parsial (Sarwono, 2012). Psikologi Gestalt

memiliki prinsip: (a) pikiran dipahami sebagai cara mengorganisasikan atau menyatukan elemen yang ada, (b) pembelajaran diskriminasi dan pemecahan masalah, (c) penerapan interpretasi dalam menciptakan hubungan antar stimulus, dan (d) makhluk menggunakan strategi pengilhaman (*insight*) dalam memecahkan teka-teki, bukan hanya pembelajaran trial & error.

4. Psikoanalisa

Aliran psikoanalisis terkenal dengan teori ketidaksadaran (*unconsciousness*) oleh **Sigmund Freud** (1856-1939). Menurut Freud, perilaku dan pikiran berasal dari dorongan tersembunyi dari kesadaran individu, yaitu alam bawah sadar atau ketidaksadaran. Sarwono (2012) mengemukakan bahwa Freud menganggap ketidaksadaran adalah dorongan-dorongan terlarang yang tidak muncul dalam kesadaran masa kanak-kanak karena ditekan. Dorongan terlarang ini adalah naluri klasik (*libido sexuality*) dan naluri agresi (*thanatos*). Dorongan-dorongan terlarang walau ditekan tetap akan mempengaruhi dan sering muncul dalam mimpi, kesalahan berbicara (*slip of tongue*), atau aktivitas perilaku yang dapat diterima di masyarakat, seperti sastra, karya seni, ilmu pengetahuan, dan sebagainya. Sebaliknya, jika tidak tersalurkan akan menimbulkan gangguan kejiwaan yang disebut psiko neurosis.

Oleh Freud, kesadaran manusia hanya sebagian kecil dari pengalaman mental, yang sisanya lebih banyak merupakan ketidaksadaran. Freud menggambarkan ketidaksadaran dan kesadaran seperti sebuah gunung es. Fitriyah dan Jauhar (2014) mengemukakan bahwa pra kesadaran berkaitan erat dengan kesadaran. Pra kesadaran disebut juga *available memory* (kenangan yang telah tersedia), sehingga mudah dimunculkan ke alam kesadaran. Begitupun dengan jiwa, kesadaran hanya sebagian kecil yang tampak dari luar, bagian terbesar dan tidak tampak adalah ketidaksadaran. Sumanto (2014) mengemukakan bahwa aliran perilaku individu adalah hasil interaksi subsistem dalam kepribadian yang terdiri atas *id*, *ego*, dan *superego*.

- a. *Id* adalah pusat insting individu yang menyimpan dorongan-dorongan biologis. *Id* bergerak berdasarkan prinsip kesenangan. *Id* bersifat egoistis, tidak bermoral, dan tidak peduli dengan realitas. Iстинg

memiliki dua bagian, yaitu: (1) Eros, yaitu insting kehidupan untuk mempertahankan kelangsungan hidup. (2) Thanatos, yaitu insting kematian atau dorongan menghancurkan, seperti perkelahian pembunuhan, perang, dan sebagainya.

- b. Ego bergerak berdasarkan prinsip realitas. Ego menjembatani antara tuntutan id dan realitas. Ego mampu menekan hasrat id dan muncul sebagai wujud rasional.
- c. Super ego bersifat normatif dan idealnya disebut hati nurani. Super ego adalah internalisasi norma sosial dan kultur masyarakat yang memaksa ego untuk menekan hasrat terlarang di alam bawah sadar. Superego memiliki nilai-nilai moral, sehingga dapat mengontrol dorongan id. Superego menghendaki dan merealisasikan dorongan tertentu dari id, sedangkan yang bertentangan dengan nilai-nilai moral tidak dipenuhi. Ego yang gagal menjaga keseimbangan antara id dan superego membuat individu mengalami konflik batin secara terus-menerus, sehingga menjadi dasar dari *neurose*.

Tokoh lain dari aliran psikoanalisis adalah Alfred Adler (1870-1937) dan Carl Gustav Jung (1875-1961). Alfred Adler memiliki dua teori, yaitu inferiority complex dan superiority complex. Inferiority complex, yaitu tiap individu memiliki kelemahan yang harus diatasi melalui berbagai bentuk perilaku konvensional. Superiority complex, yaitu motivasi bawaan yang mendorong individu mengembangkan diri dan bertahan hidup. Carl Gustav Jung mengklasifikasikan kepribadian menjadi dua karakteristik, yaitu introvert dan extrovert. Introvert adalah kecenderungan untuk mengutamakan internal diri, sedangkan extrovert melihat dunia eksternal.

5. Behaviorisme

Aliran psikoanalisis membicarakan alam bawah sadar, maka behaviorisme menganalisis perilaku yang tampak dan dapat diamati oleh indra. Aliran ini dipengaruhi oleh pemikiran Charles Darwin untuk mempelajari proses psikologi yang berguna untuk mempertahankan hidup manusia. Pendekatan behaviorisme meyakini bahwa hal yang mustahil untuk mempelajari pengalaman kesadaran secara ilmiah. Kaum behaviorisme belajar tentang nilai adaptasi pembelajaran dari setiap

pengalaman manusia. Aliran behaviorisme disebut dengan S-R (Stimulus-Respon) bahwa perilaku dimulai oleh rangsangan (stimulus), lalu diikuti oleh reaksi (respon) terhadap rangsangan tersebut. Setiap perilaku manusia terjadi tergantung pada stimulusnya. Jika stimulus baik, maka individu pun baik. Jika stimulus buruk, maka individu pun tidak baik. Behaviorisme memandang lingkungan adalah faktor satu-satunya yang menentukan perkembangan individu. Individu tidak memiliki bakat apapun oleh behaviorisme.

Ivan Pavlov merupakan salah satu tokoh yang dikenal dalam aliran behaviorisme. Ia seorang biologis Rusia yang melakukan penelitian tentang pencernaan anjing ketika diperlihatkan pada hal yang menarik perhatian. Meskipun penelitian Pavlov pada awalnya untuk bidang biologi, namun memberikan temuan bagi ilmu psikologi tentang "*conditioning*". Oleh Pavlov, pengkondisian menjadi hal yang penting dalam mempertahankan hidup.

Aliran behaviorisme adalah aliran yang didirikan oleh John B. Watson (1878-1958) dan digerakkan oleh B. F. Skinner (1904-1990). Morgan et al. (1986) mengemukakan bahwa Watson menentang bahwa pikiran adalah objek psikologi karena tidak dapat diamati. Psikologi dibatasi pada perilaku-aktivitas yang dapat diamati.

Fitriyah dan Jauhar (2014) mengemukakan bahwa terdapat enam pandangan tentang fundamental perilaku dalam aliran behaviorisme. Pertama, tingkah laku individu dan hewan adalah realitas jiwa yang abstrak. Kedua, psikologi adalah ilmu yang mengkaji sesuatu yang realistis, objektif, dan empiris, sehingga hanya kesadaran dalam bentuk fisik yang dapat dianalisis. Ketiga, tingkah laku adalah objek psikologi yang satu-satunya dapat diteliti. Keempat, faktor-faktor eksternal dalam behaviorisme dapat diikutsertakan, namun sejatinya bukan tingkah laku. Kelima, jiwa adalah insting. Kesadaran substansial adalah rujukan utama adanya tingkah laku, sebab, meski telah distimulasi oleh faktor eksternal tetap kembali pada sifat bawaan. Keenam, melalui penelitian B. F. Skinner, tingkah laku muncul karena adanya stimulus yang memunculkan respon. Upaya dan modifikasi tingkah laku agar bertahan tidak dipelajari dalam psikologi karena dipengaruhi oleh faktor eksternal. Tokoh lain, B. F. Skinner berpendapat bahwa kepribadian sangat ditentukan oleh sejarah

penguatan individu (*individual's personal history of reinforcement*), meski bawaan genetik (*genetic endowment*) pun berperan. Menurut B. F. Skinner, meski perilaku dapat diramalkan oleh faktor kepribadian, namun dapat berubah dan dikendalikan oleh lingkungan.

Albert Bandura dari Stanford University memulai pembahasan tentang mengintegrasikan studi perilaku dengan studi kognitif, yang dikenal dengan social learning theory. Pandangan ini menekankan bahwa aspek paling penting dari perilaku seseorang merupakan hasil belajar dari orang lain atau dari lingkungannya. Teori belajar mempelajari bagaimana perilaku dikendalikan oleh faktor lingkungan. Teori ini menganggap seluruh perilaku kecuali insting adalah hasil belajar, sehingga organisme berperilaku sesuai lingkungannya.

Aliran ini mendapatkan dukungan, meski juga mendapatkan kritikan. Salah satu kritikan aliran ini adalah memandang manusia sebagai sesuatu yang mekanistik, seperti mesin, yang hanya tergantung pada stimulus dan respon. Behaviorisme tidak meyakini adanya kehendak bebas atau faktor internal yang dimiliki oleh manusia dalam berperilaku.

6. Kognitif

Psikologi kognitif memiliki peristiwa sejarah yang cukup panjang. Psikologi kognitif modern dipengaruhi oleh aliran strukturalisme, fungsionalisme, dan psikologi Gestalt. Hal ini dimulai dari perdebatan para filsuf tentang asal muasal pengetahuan dan bagaimana pengetahuan ditampilkan dalam pikiran. Psikologi kognitif terutama berkaitan dengan bagaimana pengetahuan direpresentasikan dalam pikiran. Pertanyaan yang mendasari psikologi kognitif adalah bagaimana pengetahuan diperoleh, disimpan, diubah, dan digunakan?, apakah kesadaran dan dari manakah berasal?, apa hakikatnya persepsi dan memori?, apakah pikiran itu?, dan bagaimana kemampuan ini berkembang? (Solso et al., 2002).

Karya dari George Miller pada tahun 1956 menjadi pionir dalam evaluasi empiris dan ilmiah tentang kognisi. Di tahun yang sama, berbagai tokoh penting bergabung dalam sebuah simposium tentang teori informasi dengan para pembicara seperti Noam Chomsky, Jerome Bruner, Allen Newell, Herbert Simon, dan George Miller. Psikologi kognitif mencakup keseluruhan proses psikologis mulai dari sensasi ke persepsi,

ingatan, kesadaran, perhatian, belajar, imajinasi, bahasa, kecerdasan dan sebagainya (Herhenhahn & Henley, 2014). Dalam tahun 1950-1960an, psikologi kognitif menggantikan paham behaviorisme sebagai kekuatan yang mendominasi dalam ilmu psikologi. Peralihan ini dimulai dengan kontribusi hadirnya teknologi komputer. Cara pikir manusia dalam mengelola informasi sehingga membentuk perilaku dianalogikan dengan komputer. Psikologi kognitif menyamakan cara kerja pikiran manusia seperti sebuah computer (Jarvis, 2000).

Ulric Neisser adalah seorang fisikawan di Harvard University yang juga menjadi salah satu tokoh psikologi kognitif. Neisser menerbitkan buku *Cognitive Psychology* dan *Cognition and Reality* tentang penelitian psikologi kognitif. Jean Piaget juga merupakan salah satu tokoh yang dikenal dalam bidang kognitif. Ia memulai dengan studi tentang pembentukan pemahaman bagi anak-anak dan melakukan eksplorasi tentang proses penalaran. Piaget berkontribusi dalam teori perkembangan kognitif anak. Anak-anak secara aktif membangun pikiran tentang lingkungan mereka, dengan mengolah informasi untuk menghasilkan pemahaman dan tindakan. Piaget ikut menitikberatkan pada faktor biologis yang berinteraksi dengan pengalaman untuk membentuk perkembangan kognitif anak. Konsep yang dihasilkan oleh Piaget kita kenal dengan istilah skema, asimilasi, akomodasi, ekuilibrium, dan sebagainya. Jerome Bruner salah tokoh psikologi kognitif yang populer. Eksperimen yang dilakukannya memberikan kontribusi dalam menjelaskan proses sensasi dan persepsi sebagai aktivitas yang aktif, bukan pasif. Ia juga melakukan penelitian tentang perkembangan kognitif anak dari usia 0 tahun hingga usia 7 tahun ke atas.

7. Humanistik

Pada tahun 1950an, terdapat aliran lain yang menekankan pada peran ketidaksadaran, yang disebut dengan psikologi humanistik. Humanistik setuju bahwa ketidaksadaran selalu mengalahkan usaha kita untuk membuat keputusan yang sadar, namun tidak memandang bahwa ketidaksadaran adalah hal yang paling penting. Self-concept individu adalah hal yang penting dalam membuat keputusan sadar. Tokoh-tokoh

yang dikenal dalam humanistik seperti Abraham Maslow, Carl Rogers, dan Viktor Frankl.

Peran psikologi menurut paham psikologi humanistik, yaitu mendorong potensi yang baik pada individu dalam mengaktualisasikan diri. Abraham Maslow dikenal dengan teori hierarki kebutuhan bahwa perkembangan psikologis didorong oleh hierarki kebutuhan individu. Carl Rogers mengembangkan teknik non-directive psychotherapy atau client centered psychotherapy yang memposisikan terapis sejajar dengan klien. Terapi ini bertujuan untuk membantu klien memahami dan menemukan solusi terhadap masalah sendiri.

Psikologi humanistik berkembang luas karena konsep dari teori hierarki kebutuhan. Teori ini menjelaskan bahwa kebutuhan individu berjenjang dari yang paling dasar hingga tingkat tertinggi, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan bersosialisasi, kebutuhan dihargai, dan kebutuhan aktualisasi diri. Hierarki ini merupakan suatu tahapan yang bertingkat, sehingga Individu dapat mencapai pada level aktualisasi diri saat kebutuhan penghargaan telah terpenuhi.

Humanistik tidak setuju dengan pendekatan lain yang memandang individu dari satu aspek saja, seperti persepsi (gestalt), refleksi (behaviorisme), kesadaran (kognitif), maupun ketidaksadaran (psikoanalisis). Individu harus dilihat secara keseluruhan sebagai satu kesatuan dari semua aspek dan selalu berproses untuk melakukan aktualisasi diri. Morgan et al. (1986) mengemukakan bahwa perspektif humanistik menekankan ada perasaan individu sebagai bagian dari pencarian kompetensi, pencapaian, dan harga diri. Sumanto (2014) mengemukakan bahwa psikologi humanistik memasukkan aspek positif untuk melengkapi aspek dasar dari aliran psikoanalisis dan behaviorisme, seperti kreativitas, cinta, makna, nilai makna, dan pertumbuhan pribadi. Asumsi yang membedakan psikologi humanistik adalah fokus makna kehidupan. Individu bukan sekedar menjalankan peran, namun pencari makna kehidupan.

8. Psikometri

Di tahun 1980an, Kementerian Pendidikan di Paris menginginkan pendidikan yang lebih luas disertai dengan lebih banyak praktek bagi

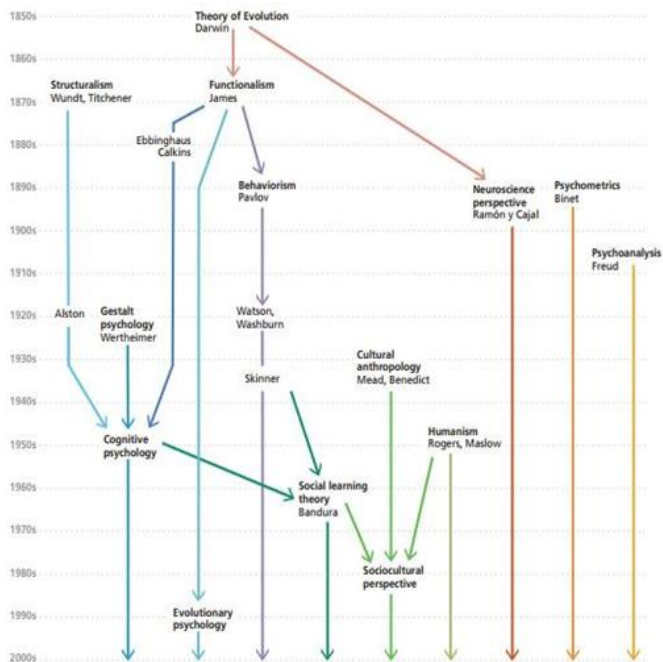
siswa-siswi. Maka diperlukan pengukuran untuk mengetahui tingkat inteligensi anak-anak. Alfred Binet sebagai Profesor di University of The Sorbonne, menemukan seperangkat tes yang cocok bagi anak-anak sesuai umur kronologis dan umur mental. Seperangkat tes ini terdiri atas pertanyaan tentang aritmetika, perbendaharaan kata, tugas memori, dan lain sebagainya. Tes ini menjadi tes inteligensi yang kemudian di revisi dan diterjemahkan dalam Amerika yang dikenal dengan Stanford-Binet Intelligence Scale. Hasil karya dari Binet ini mendorong psikologi modern yang terkhusus dalam bidang pengukuran inteligensi, kepribadian, dan bakat kerja. Pendekatan Binet ini kemudian dikenal dengan psikometri (psychometric) yang berarti pengukuran (metric) dan fungsi mental (psycho).

Aktivitas pokok dalam psikometri adalah penyusunan, pengembangan, dan analisis alat ukur psikologi atau tes psikologi berdasarkan teori psikologi. Asesmen yang berkualitas merupakan gabungan dari karakteristik kontekstual dari orang atau kelompok yang dikenai pengukuran serta karakteristik tes tersebut. Dilihat dari sejarahnya, psikometri digunakan untuk mengukur siswa yang mengalami hambatan perkembangan mental hingga mengukur kecerdasan, namun dengan perkembangannya saat ini, psikometri sudah meliputi pengetahuan (*knowledge*), kemampuan (*ability*), sikap (*attitude*) dan kepribadian (*personality*).

9. Neuroscience

Proses mental dan perilaku manusia dipengaruhi oleh sistem saraf merupakan pandangan dari neuroscience. Pandangan ini dipengaruhi oleh Charles Darwin tentang teori evolusi yang mengemukakan bahwa semua binatang dihubungkan melalui proses evolusi. Atas alasan ini, ilmu biologi dan psikologi dihubungkan baik pada objek manusia maupun nonhuman atau binatang. Pada tahun 1894, seorang ilmuwan asal Spanyol sekaligus dokter bernama Santiago Ramon y Cajal mempublikasikan tulisan pertama tentang neurons yang membentuk otak dan sistem saraf. Ia mendapatkan penghargaan nobel atas karya dalam bidang saraf.

Karya Santiago Ramon y Cajal tersebut mempengaruhi para psikolog yang menggunakan pendekatan ilmiah dari perspektif neuroscience. Orang-orang dalam ilmu neuroscience tertarik untuk mempelajari struktur otak yang berperan dalam emosi, berpikir, berbicara dan berbagai aktivitas mental lainnya. Tidak hanya itu, faktor hereditas mempengaruhi kecerdasan dan stabilitas emosi seseorang merupakan fokus dari neuroscience (Lahey, 2012).



Gambar 3. Grafik Evolusi Sejarah Aliran Psikologi (Lahey, 2012)

E. RANGKUMAN MATERI

1. Sejarah Psikologi (Masa Yunani Kuno – Pasca Renaissance)

Pada masa Yunani Kuno beberapa tokoh filsafat menganggap bahwa jiwa bersifat supranatural, tidak berbentuk dan berasal dari udara, api, tanah dan korelis. Ratusa tahun setelahnya, beberapa tokoh berperan dalam perkembangan psikologi dengan menjelaskan bahwa jiwa

merupakan cerminan dari pikiran dan ilmu yang mempelajari tentang kehidupan. Pada awal abad XVII ilmu faal telah mempelajari gejala kejiwaan berdasarkan psikofisiologis dan psikiatrik.

2. Sejarah Perkembangan Psikologi di Indonesia

Perkembangan psikologi di Indonesia dimulai ketika adanya seleksi potensi individu agar ditempatkan sesuai dengan kerjanya. Pada tahun 1960 fakultas Psikologi didirikan di UI oleh Slamet Iman Santoso. Setelah itu muncullah beberapa fakultas psikologi di beberapa universitas di Indonesia. Pada tahun 1998/1999 dibentuklah HIMPSI untuk memberikan izin praktik pada psikolog. Kemudian pada tahun 2022 terbitlah dasar hukum mengenai pendidikan dan layanan psikologi yang bertujuan agar terdapat keseimbangan antara penyelenggara pendidikan psikolog, organisasi dan pemerintah sebagai fasilitator dalam layanan psikologi agar merata dan berkualitas.

3. Aliran Psikologi

a. Strukturalisme

Strukturalisme merupakan aliran yang mempelajari mengenai gejala psikis yang terjasi. Aliran ini menganggap bahwa kesadaran individu terdiri atas indra, rasa, ingatan dan lain sebagainya.

b. Fungsionalisme

Fungsionalisme merupakan aliran yang mempelajari gejala psikis secara fungsional, melihat hubungan dan fungsi terhadap penyesuaian diri secara psikososial dan fungsionalisme lebih mementingkan aksi serta menganggap jiwa sangat diperlukan dalam penyesuaian diri.

c. Psikologi Gestalt

Psikologi gestalt merupakan aliran yang berdasar pada pikiran secara menyeluruh bukan terpisah-pisah. Psikologi gestalt memiliki prinsip yaitu pikiran merupakan cara individu untuk menyatukan beberapa elemen yang ada, pembelajaran dalam memecahkan masalah dan adanya interpretasi dalam memecahkan teka-teki.

d. Psikoanalisa

Psikoanalisa merupakan aliran yang berfokus pada perilaku dan pikiran berasal dari alam bawah sadar yang tersembunyi. Perilaku individu dapat terjadi karena adanya id, ego dan superego.

e. Behaviorisme

Behaviorisme merupakan aliran yang berfokus pada perilaku yang muncul dikarenakan adanya stimulus dan respon terhadap rangsangan yang diberikan. Behaviorisme juga menjelaskan bahwa perilaku individu dapat terjadi karena hasil belajar dari orang lain atau lingkungannya.

f. Kognitif

Kognitif merupakan pengetahuan yang mewakili pikiran. Pada tahun 1960an tokoh psikologi kognitif menjelaskan bahwa cara berpikir manusia dapat disamakan dengan sebuah komputer. Setelah itu muncullah beberapa tokoh psikologi kognitif yang membuat sebuah buku bahkan teori mengenai psikologi kognitif

g. Humanistik

Humanistik merupakan aliran yang berfokus pada peran ketidaksadarannya. Aliran humanistik lebih menekankan pada perasaan individu agar dapat mencapai pencapaian, mencari kompetensi dan harga diri.

h. Psikometri

Psikometri merupakan aliran yang berfokus pada alat tes yang dapat digunakan oleh psikolog mengukur kecerdasan, pengetahuan, kemampuan, sikap dan kepribadian. Psikometri. Kegiatan yang dilakukan yaitu melakukan penyusunan, pengembangan dan analisis alat ukur dengan teori psikologi.

i. Neuroscience

Neuroscience merupakan aliran yang berfokus pada perilaku manusia dapat disebabkan karena sistem saraf. Neuroscience menekankan pada struktur otak yang dapat memengaruhi emosi, cara berpikir, berbicara, dan aktivitas lainnya.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Tokoh psikologi yang mempelopori metode introspeksi dan mendirikan laboratorium psikologi pertama pada tahun 1879 di German adalah
 - a. William James
 - b. Wilhelm Wundt
 - c. Herman Ebbinghaus
 - d. Edward Titchner
2. Ilmuwan Spanyol yang menemukan saraf, sehingga mempelopori psikologi neuroscience adalah ____
 - a. Santiago Ramon y Cajal
 - b. Ivan Pavlov
 - c. J.B. Watson
 - d. Washburn
3. Seorang dokter dan juga tokoh terkenal dalam psiko analisa yang penelitiannya tentang ketidaksadaran dan gangguan mental adalah
 - a. William James
 - b. Alfred Binet
 - c. Sigmund Freud
 - d. George Miller
4. Aliran fungsionalis menekankan pada:
 - a. Struktur dari jiwa dan perilaku
 - b. Pertanyaan mendasar apa unsur dari jiwa
 - c. bersifat elemenistik
 - d. Gejala psikis secara fungsional
5. Eksperimen oleh Wolfgang Kohler dengan simpanse bernama Sultan. Sultan memainkan dua tongkat lalu menyambungkannya, maka "Aha...", pisang di luar kandang yang gagal diraihinya sejak tadi berhasil diambil. Gejala tersebut disebut ____
 - a. aha Erlebnis
 - b. phi phenomena
 - c. aha insightfull
 - d. reinforcement

Jawaban: 1. (b), 2. (a), 3. (c), 4. (d), 5. (a)

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriyah, L., & Jauhar, M. (2014). *Pengantar psikologi umum*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.
- Herhenhahn, B. R., & Henley, T. B. (2014). *An introduction to the history of psychology* (7th ed.). Canada: Wadsworth Cengage Learning.
- HIMPSI. (2022). *Detik-detik pengesahan RUU PLP menjadi Undang-Undang Pendidikan dan Layanan Psikologi 07 Juli 2022*. Himpunan Psikologi Indonesia. <https://himpsi.or.id/blog/berita-pengumuman-2/post/detik-detik-pengesahan-ruu-plp-menjadi-undang-undang-pendidikan-dan-layanan-psikologi-07-juli-202-181>
- Jarvis, M. (2000). *Theoretical approaches in psychology* (1st ed.). London: Routledge.
- Kemdikbud. (2022). *RUU pendidikan dan layanan psikologi sah menjadi undang-undang*. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2022/07/ruu-pendidikan-dan-layanan-psikologi-sah-menjadi-undangundang>
- King, L. A. (2017). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif* (edisi ke-3). Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Lahey, B. B. (2012). *Psychology an introduction* (7th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Morgan, C. T., King, R. A., Weisz, J. R., & Schopler, J. (1986). *Introduction to psychology* (Seventh edition). Singapore: Mc-Graw-Hill Book.
- Rahman, A. A. (2017). *Sejarah psikologi: Dari klasik hingga modern*. Depok: Rajawali Pers.
- Saleh, A. A. (2018). *Buku Pengantar Psikologi*. Makassar: Penerbit Aksara Timur.
- Sarwono, S. S. (2012). *Pengantar psikologi umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sobur, D. A. (2011). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.

- Solso, R. L., Maclin, O. H., & Maclin, M. K. (2002). *Psikologi kognitif* (edisi ke-8). Bandung: Penerbit Erlangga.
- Sumanto. (2014). *Psikologi umum: Untuk mahasiswa, dosen, & masyarakat*. Yogyakarta: CAPS (Center of Academic Publishing Service).



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 3: METODE PENYELIDIKAN DALAM PSIKOLOGI

Dr. Resekiani Mas Bakar., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Universitas Negeri Makassar

BAB 3

METODE PENYELIDIKAN DALAM PSIKOLOGI

A. PENDAHULUAN

Bab ini membahas mengenai berbagai metode penyelidikan dalam bidang Psikologi. Psikologi sebagai ilmu yang pengetahuan yang ilmiah menggunakan berbagai metode dalam mendapatkan gambaran atau penjelasan tentang perilaku manusia. Hal ini menjadi penting karena metode ilmiah ini yang menjadikan Ilmu Psikologi bukan hanya dugaan atau spekulasi dari kondisi manusia. Tujuannya agar dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, bukan hanya dugaan umum tanpa dasar ilmiah yang jelas. Di bab ini akan dibahas mengenai: (1) metode survei, (2) metode eksperimental, (3) wawancara, (4) observasi, (5) studi kasus, (6) metode korelasional, dan (7) pemeriksaan psikologis.

RELEVANSI

Ilmu psikologi mempelajari berbagai metode dalam menggali dan memiliki aturan dalam membuktikan untuk mendapatkan kebenaran ilmiah. Metode penyelidikan dalam psikologi perlu dipelajari agar dapat dipahami tentang karakteristik metode ilmiah sehingga dapat dipertimbangkan dengan baik metode apa yang tepat untuk digunakan dalam menjelaskan fenomena perilaku manusia. Penjelasan tentang berbagai metode berikut ini akan bermanfaat bagi peneliti maupun ilmuwan psikologi dalam mendapatkan data, bukti, maupun informasi yang sesuai dengan tujuan, kondisi, situasi, konteks, dan sampel yang akan digunakan.

MATERI

Psikologi menggunakan metode ilmiah untuk pengumpulan data-informasi dan pengujian hipotesis. Informasi diperoleh melalui pengamatan sistematis dan evaluasi berpikir secara kritis. Metode ilmiah didasarkan pada asumsi bahwa perilaku bersifat valid, teratur, dan mampu dipahami dalam istilah ilmiah. Metode ilmiah pada hakikatnya merupakan proses dalam mengamati secara sistematis, berpikir kritis tentang data, informasi, atau bukti yang diperoleh, serta mengikuti kaidah aturan dengan ketat. Sobur (2011) mengemukakan bahwa metode penelitian dapat bersifat ilmiah, ketika memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Objektif, dapat memberikan data atau informasi yang benar, berdasarkan keadaan objek yang sesungguhnya
2. Adekuat, memadai berdasarkan masalah dan tujuannya
3. Reliabilitas, dapat dipercaya artinya mampu memberikan informasi yang tepat dan akurat
4. Valid, dapat dipercaya dan sesuai dengan kenyataan yang terjadi
5. Sistematis, memberikan data atau informasi yang tersusun baik agar memudahkan peneliti dalam menarik kesimpulan
6. Akurat, memberikan data atau informasi secara tepat dan teliti.

Psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang perilaku manusia termasuk di dalamnya proses mental untuk menyelesaikan masalah atau menjawab fenomena tertentu dalam kehidupan sehari-hari. Psikologi merupakan pengetahuan yang berdiri sendiri yang diteliti menggunakan metode-metode ilmiah tertentu dalam mengumpulkan data dan informasinya. Dikatakan metode ilmiah maksudnya metode dengan cara kerja mengikuti prosedur yang ilmiah untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan untuk pembaharuan atau penemuan ilmu pengetahuan. Ilmu psikologi menggunakan pembuktian empiris (*empirical evidence*) dari perilaku yang ditampilkan seseorang melalui berbagai metode yang mampu menjelaskan keadaan mental yang seringkali tidak secara umum dapat teramati. Pengamatan atas bukti empiris yang diperoleh dituangkan ke dalam definisi operasional yang secara eksplisit berdasarkan pada prosedur yang digunakan untuk mengukur perilaku manusia. Dalam

penyelidikan teori dan ilmu psikologi, berbagai metode yang dapat dilakukan yaitu sebagai berikut.

B. METODE SURVEI

Ketika Anda ingin mengetahui berapa banyak anak-anak yang mengalami tempertantrum, apakah terjadi lebih banyak pada anak laki-laki atau anak perempuan, atau treatment apa yang paling populer digunakan, serta berapa jumlah anak yang akan mengalami kondisi seperti itu hingga mereka mencapai dewasa, maka untuk mendapatkan informasi ini peneliti melakukan metode survei.

Survei digunakan secara luas oleh kalangan Psikologi untuk menggambarkan opini individu tentang program pemerintah, kandidat politik, program televisi atau penilaian konsumen tentang suatu produk tertentu dan sebagainya. Survei bertujuan untuk mengukur fenomena yang sedang terjadi. Biasanya dalam penelitian survei, peneliti tidak berfokus pada hubungan antar variabel yang diteliti atau pengujian hipotesis, akan tetapi tujuan utamanya adalah memanfaatkan data yang diperoleh dalam menggambarkan fenomena. Metode survei berfokus dalam mengungkap informasi mengenai topik atau variabel yang diteliti, dibanding mengungkap informasi terkait individu. Variabel yang diteliti menggunakan metode survei jumlahnya tidak terhingga, mulai dari variabel yang sifatnya latar belakang partisipan seperti data demografi, usia, jenis kelamin, pekerjaan, agama, suku bangsa, atau status pernikahan, hingga sikap dan persepsi responden. Salah satu metode bertanya pada sejumlah orang untuk menggambarkan perilaku manusia atau mental proses individu secara langsung adalah survei.

Lahey (2012) menuliskan bahwa keunggulan utama dari metode survei adalah mampu mengumpulkan informasi pada sejumlah individu dalam waktu yang cepat. Kelebihan dari metode kuesioner adalah mampu mendapatkan data yang banyak dalam waktu yang relatif singkat, tenaga yang dikeluarkan tidak banyak, dan responden dapat menjawab secara bebas tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Kelemahan dari metode kuesioner adalah bersifat kaku, pertanyaan yang diajukan kepada responden telah ditentukan oleh peneliti sehingga tidak secara luas

mendapatkan jawaban di luar dari pertanyaan, serta memungkinkan terjadinya bias respon.

Namun demikian, ada 4 (empat) faktor yang perlu diperhatikan untuk mengurangi bias dalam jawaban survei yaitu:

- a. Sampel yang digunakan dalam survey harus benar-benar representative atau mewakili populasi untuk menghindari bias hasil.
- b. Oleh karena survei dapat mengumpulkan informasi pada sejumlah orang, maka sangat mungkin terdapat respon jawaban responden yang tidak jujur, terutama pada topik pertanyaan yang sensitif.
- c. Responden memungkinkan untuk memberikan kesalahan atau bias dalam menjawab karena kemampuan ingatan yang kurang akurat dalam menjawab secara jujur.
- d. Siapa yang melaksanakan survei mempengaruhi hasil. Misalnya responden akan cenderung memberikan jawaban yang memihak pada kepentingan perempuan, bila yang mewawancarai adalah seorang perempuan.
- e. Pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner juga mempengaruhi bias respon responden, ditambah lagi kuesioner survei cenderung menggunakan pertanyaan tertutup dibandingkan pertanyaan terbuka.

Survei adalah metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data menggunakan kuesioner ataupun wawancara survei. Kuesioner berisi sejumlah pertanyaan yang mengarahkan partisipan untuk memperoleh informasi yang diinginkan peneliti. Arikunto (Sumanto,2014) mengemukakan bahwa terdapat beberapa jenis kuesioner berdasarkan klasifikasinya, yaitu:

- a. Berdasarkan cara menjawab, terdapat dua jenis kuesioner, yaitu:
 1. Kuesioner terbuka, yaitu berisi pertanyaan yang memberikan kesempatan kepada responden untuk menjawab berdasarkan pendapatnya secara leluasa.
 2. Kuesioner tertutup, yaitu berisi pernyataan dengan pilihan jawaban tertutup yang telah disediakan oleh peneliti sehingga responden hanya memilih jawaban yang telah disesuaikan.

- b. Berdasarkan bentuknya, terdapat empat jenis kuesioner, yaitu:
1. Kuesioner pilihan ganda, berupa memberikan pilihan jawaban kepada responden. Ini sama halnya dengan kuesioner tertutup.
 2. Kuesioner isian, berupa isian terbuka yang memberikan kebebasan kepada responden untuk memberikan jawaban secara bebas berdasarkan keinginannya terhadap pertanyaan yang diajukan. Ini sama halnya dengan kuesioner terbuka.
 3. *Check list*, berisi daftar pertanyaan yang diajukan dengan cara memberikan tanda centang (v) pada kolom pilihan jawaban yang telah disediakan oleh peneliti
 4. *Rating-scale*, berisi sejumlah pertanyaan dengan jawaban berupa beberapa kolom yang menunjukkan tingkatan, misal mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju)

C. METODE EKSPERIMENTAL

Ketika peneliti ingin mengidentifikasi atau menentukan hubungan sebab-akibat melalui suatu manipulasi atau perlakuan tertentu, seperti pemberian perlakuan mainan tertentu dalam menurunkan intensitas tempertantrum anak, maka dilakukan metode eksperimen. Metode eksperimental merupakan proses pengamatan atau pengukuran terhadap dampak dari suatu manipulasi atau perlakuan kepada kelompok sampel tertentu yang dikontrol secara ketat oleh peneliti. Dalam melaksanakan penelitian eksperimental peneliti harus mampu menguasai dan mengontrol situasi. Dalam penelitian psikologi, metode eksperimental digunakan untuk mengetahui pengaruh yang dihasilkan kondisi tertentu terhadap tingkah laku individu. Metode eksperimental merupakan cara yang biasa dilakukan dalam laboratorium. Metode eksperimen bertujuan mengungkap hubungan sebab akibat dan prinsip yang bekerja terhadap tingkah laku. Lahey (2012) menuliskan bahwa eksperimen adalah metode penelitian dalam psikologi yang dengan sengaja memanipulasi variabel bebas untuk memahami apa pengaruhnya terhadap variabel terikat. Peneliti dimungkinkan untuk dapat memanipulasi dengan memunculkan atau menghilangkan berbagai jenis situasi berdasarkan keinginan peneliti. Dengan kata lain, metode eksperimen digunakan untuk mengetahui hubungan sebab-akibat (*cause-effect relationships*).

Variabel merupakan sesuatu yang sifatnya bervariasi atau dibuat bervariasi. Dalam menghasilkan penelitian eksperimen yang ideal, peneliti melakukan manipulasi variabel independen, mengontrol agar faktor lain tetap konstan atau setara pada setiap kelompok, mengobservasi dan mengukur perubahan pada variabel independen. Peneliti menguji hipotesis dengan cara memanipulasi variabel bebas untuk melihat efek yang ditimbulkan dari manipulasi tersebut terhadap variabel terikat.

Dalam penelitian eksperimental psikologi, ada atau tidaknya perlakuan yang diberikan kepada partisipan dikenal dengan adanya kelompok-kelompok khusus, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen adalah sejumlah individu yang menerima perlakuan, manipulasi, atau intervensi tertentu yang akan diamati atau diukur pengaruhnya. Kelompok kontrol adalah kelompok dalam eksperimen yang tidak mendapatkan perlakuan, manipulasi, atau intervensi tertentu, namun tetap diamati atau diukur. Sebagai contoh peneliti ingin menguji pengaruh intervensi expressive writing dalam menurunkan kecemasan mahasiswa. Dalam mengukur efektivitas intervensi tersebut, maka sejumlah partisipan secara random ditempatkan ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Partisipan yang masuk ke dalam kelompok eksperimen akan menerima intervensi expressive writing dan diukur kecemasannya, sedangkan mahasiswa yang terpilih ke dalam kelompok kontrol tidak akan mendapatkan perlakuan, namun tetap diukur tingkat kecemasannya.

Metode eksperimental dapat digunakan di dalam atau di luar laboratorium. Namun, pengetahuan ilmu psikologi yang paling akurat dan dapat dipercaya berasal dari penelitian-penelitian yang dilaksanakan di dalam laboratorium (Mahmud, 1990). Laboratorium juga menjadi tempat ideal untuk mengendalikan kondisi dan situasi eksperimental agar seluruh faktor dan aspek variabel dapat diukur dan ditentukan secara ilmiah. Hal ini karena dalam laboratorium para ahli terlatih untuk mampu membedakan antara yang dipercaya dan yang sebenarnya terjadi. Sobur (2011) mengemukakan bahwa eksperimen dalam laboratorium memiliki kelebihan dalam mengontrol kondisi lingkungan agar dapat memilih faktor yang ingin dimanipulasi sementara faktor lain dipertahankan kekonstanannya. Sebaliknya, kelemahan dalam penelitian eksperimen

dalam laboratorium adalah sering dikritik karena menciptakan situasi yang artifisial atau kurang mirip dengan konteks di kehidupan sehari-hari. Individu dalam laboratorium biasanya berperilaku berbeda dengan kehidupan nyata, sehingga kesimpulan dari hasil yang ditemukan dalam laboratorium hanya dapat diterapkan secara hati-hati untuk digeneralisasikan pada konteks yang lebih luas.

D. WAWANCARA

Istilah wawancara seringkali digunakan di dalam komunikasi interpersonal. Namun, pemahaman tersebut tidaklah sama, karena adanya perbedaan tujuan dan peran antara wawancara dengan komunikasi interpersonal. Dalam bidang ilmu Psikologi, kegiatan wawancara secara umum memiliki tujuan antara lain untuk pemberian dan pengumpulan informasi, riset, seleksi, konseling, diskusi dan persuasif (Bakar, 2018). Brinkmann (2013) mendefinisikan wawancara sebagai percakapan yang menghasilkan pengetahuan yaitu seorang individu bertanya dengan individu lain untuk mengetahui bagaimana pengalaman, cara berpikir, tindakan, dan perasaan. Stewart dan Cash (2014) menuliskan bahwa wawancara memiliki 4 (empat) elemen yaitu:

1. **Pertanyaan.** Dalam mengumpulkan informasi, diperlukan sarana untuk memfasilitasi proses tanya-jawab melalui pertanyaan. Pertanyaan yang tidak sesuai dengan tujuan atau kurang mampu mengungkap secara dalam, maka akan menghasilkan informasi yang hanya pada permukaannya saja.
2. **Interaksional.** Interaksi antara interviewer dan interviewee bertujuan untuk saling bertukar informasi hendaknya dilakukan dengan interaktif, sehingga interaksi yang terjadi dapat terbangun kepercayaan antara satu dengan yang lain.
3. **Dua pihak.** Wawancara terdiri atau dua pihak, bukan dua orang. Dua pihak yang dimaksud dalam wawancara yaitu pihak interviewer dan pihak interviewee. Interviewer adalah pihak yang mengajukan pertanyaan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi, sedangkan pihak interviewee adalah individu yang memberikan informasi melalui jawaban atas pertanyaan yang diajukan oleh interviewer.

4. Tujuan. Karakteristik ini yang menjadikan pembeda antara komunikasi interpersonal dengan wawancara. Wawancara memiliki tujuan tertentu yang berfokus pada hal yang spesifik.

Dalam memilih metode yang sesuai dengan tujuan, kondisi, konteks, dan karakteristik responden, maka perlu mempertimbangkan keunggulan dan kelemahan dari setiap metode. Wawancara sebagai metode ilmiah, memiliki keunggulan dan keterbatasan antara lain:

1. Keunggulan dalam memperoleh informasi secara lengkap, detail, dan jelas. Wawancara informasional cenderung menggunakan lebih banyak pertanyaan terbuka, sehingga informasi maupun data yang dibutuhkan dapat diungkap dengan jelas. Kedalaman data yang diperoleh dari wawancara juga dipengaruhi oleh pertanyaan yang dikemukakan.
2. Keunggulan untuk menangkap hal-hal yang tidak terduga untuk dieksplorasi lebih dalam lagi. Tidak hanya memperoleh informasi secara detail, tetapi juga dapat mengungkap hal-hal yang tidak secara eksplisit dikemukakan oleh interviewee.
3. Keterbatasan dalam memakan waktu yang lebih lama. Oleh karena penggalan informasi dalam wawancara sifatnya detail, maka dibutuhkan waktu yang relatif lebih lama dibandingkan metode yang lain.
4. Keterbatasan dalam menggunakan interviewer yang kompeten. Wawancara membutuhkan keterampilan dan kompetensi tertentu seorang interviewer sehingga membutuhkan biaya yang lebih tinggi. Membutuhkan keahlian yang diperoleh dengan pendidikan dan pelatihan khusus, sehingga menyita banyak waktu

E. OBSERVASI

Psikologi adalah ilmu tentang perilaku, sehingga proses pengamatan (observasi) perilaku manusia dapat dijadikan sebagai metode dalam penyelidikan. Herdiansyah (2013) observasi merupakan metode yang paling tua digunakan pengumpulan data yang paling tua dan sangat sering digunakan. Observasi biasanya dikombinasikan dengan metode wawancara. Sumanto (2014) mengemukakan bahwa observasi dilakukan

dengan mengamati perilaku sehari-hari individu. Observasi berfokus pada perilaku, pengamatan dan pengukuran peristiwa, dan uji coba untuk menarik kesimpulan (Sobur, 2011). Observasi dalam psikologi bertujuan untuk mempelajari tingkah laku, interaksi sosial, aktivitas kejahatan, keagamaan, peperangan, dan kejadian lain yang tidak dapat dieksperimentasikan. King (2017) mengemukakan bahwa observasi harus dilakukan secara sistematis agar efektif. Observer harus mengetahui subjek, waktu, tempat, dan cara observasi dilakukan. Bentuk dokumentasi juga harus diketahui sebelumnya, seperti tulisan, video, atau rekaman suara. Sumanto (2014) mengemukakan bahwa observasi memiliki dua macam studi, yaitu:

a. Studi lapangan (*field study*)

Studi lapangan dilakukan dengan memasukkan faktor-faktor situasi alamiah sebelum melakukan observasi, sehingga situasi berubah. Misalnya, pada observasi perilaku agresif anak saat keinginannya tidak terpenuhi, maka observer harus merancang situasi tersebut sebelum mengamati perilaku anak.

b. Observasi alamiah (*naturalistic study*)

Observasi alamiah dilakukan dengan tidak mengubah situasi saat mengobservasi. Misalnya, pada observasi perilaku anak di sekolah, maka observer harus melakukan pengamatan di sekolah saat anak tersebut bermain. Sarwono (2012) mengemukakan bahwa observasi alamiah dilakukan dengan mengamati situasi yang sudah ada, terjadi secara spontan, dan alamiah. Hasil observasi akan dianalisis untuk memperoleh kesimpulan-kesimpulan umum maupun khusus.

Objek observasi adalah perilaku yang tampak, terencana, dan memiliki tujuan. Herdiansyah (2013) menuliskan bahwa ada beberapa syarat perilaku dikatakan dapat diobservasi, bila:

1. Perilaku yang diamati dapat dilihat. Hal ini dapat dilihat dari frekuensi kemunculan perilaku tersebut (seberapa banyak dan intensitas), berdasarkan durasinya, dan berdasarkan penyebab perilakunya.
2. Perilaku yang diamati dapat didengar. Ada kalanya perilaku tidak dapat dilihat secara langsung oleh mata, namun bisa didengar, maka perilaku tersebut dapat diobservasi. Indera pendengaran dapat

dijadikan sarana dalam melakukan observasi, misalnya: konflik suami-istri yang tidak dapat dilihat langsung, namun adu mulut terdengar, maka dapat di observasi

3. Perilaku yang diamati dapat dihitung. Hal ini mencakup kuantitas kemunculan perilaku akan mempengaruhi interpretasi dari perilaku yang diamati, misalnya: kuantitas perilaku menguap yang dijadikan dasar interpretasi mengapa perilaku itu muncul
4. Perilaku yang diamati dapat diukur. Atribut yang diukur menjadi dasar untuk menentukan interpretasi hasil pengamatan. Ini biasanya dilakukan pada penelitian eksperimen yang menilai efektivitas dari suatu manipulasi, berdasarkan pengukuran dari kemunculan perilaku.

Sama halnya dengan metode yang lain, observasi juga memiliki keunggulan dan kelemahan. Keunggulan dari observasi yaitu:

1. Observasi mencatat perilaku yang tampak sehingga memiliki keandalan yang tinggi
2. Menyediakan informasi atau data yang detail tentang perilaku yang diamati
3. Tidak hanya mencatat secara verbal saja namun aspek-aspek nonverbal dari pengamatan ikut menjadi data maupun informasi yang dihasilkan dari observasi
4. Mendapatkan gambaran secara utuh tidak hanya pada perilaku atau individu yang diamati, namun juga diketahui gambaran kondisi maupun konteks lingkungan saat perilaku tersebut muncul.

Kelemahan observasi antara lain:

1. Memungkinkan perilaku yang diamati menjadi tidak natural karena kehadiran pengamat (*observer*)
2. Halo effect yang ditampilkan oleh individu yang diamati karena menunjukkan kesan penampilan yang sopan atau bertingkah laku yang baik, sehingga memberikan kesan yang bias bagi pengamat
3. Terbatas pada satu waktu di satu tempat. Oleh karena metode observasi mampu menangkap perilaku yang tidak hanya verbal semata, namun juga nonverbal, maka kurang memungkinkan bagi pengamat

untuk melakukan observasi pada dua tempat di waktu yang bersamaan.

F. STUDI KASUS (CASE STUDY)

Ketika Anda ingin mengetahui bagaimana strategi coping seorang ibu yang memiliki anak temper tantrum, maka peneliti menggali in-depth data tentang individu tertentu dengan suatu studi kasus. Studi kasus adalah analisis mendalam terkait pikiran, perasaan, keyakinan, pengalaman, dan perilaku atau masalah dari seorang individu. King (2017) mengemukakan bahwa studi kasus merupakan usaha untuk melihat suatu kondisi individu secara mendalam. Dalam penerapannya, metode ini banyak digunakan oleh psikolog klinis. Studi kasus bertujuan untuk memberikan informasi mengenai harapan, tujuan, rasa takut, fantasi, kesehatan, hubungan keluarga, keadaan atau pengalaman traumatis, dan lain-lain. Penelitian studi kasus berfokus pada perilaku dan pemikiran individu yang diteliti. Studi kasus juga dapat mengungkapkan secara mendalam dengan mengeksplorasi keluarga atau kelompok tertentu.

Metode studi kasus ini merupakan penelitian yang dilakukan secara mendalam. Salah satu keunggulan dari studi kasus adalah informasi yang jelas dan mendalam tentang individu tertentu. Studi kasus dapat mengungkap gambaran yang signifikan dan detail terkait kehidupan individu. Dari informasi yang detail tersebut kemudian memberikan pemahaman yang luas tentang kehidupan individu tertentu. Ciri yang khas dari penelitian studi kasus adalah topik kajian yang sifatnya unik dengan sejarah personal yang cenderung tidak dimiliki oleh individu lain. Namun, kelemahan dari metode ini adalah hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada masyarakat umum. Penelitian studi kasus hanya dapat memberikan deskripsi yang mendalam terkait individu yang menjadi partisipan atau fokus penelitian, namun tidak dapat menggambarkan individu lain secara umum (King, 2017).

G. METODE KORELASIONAL

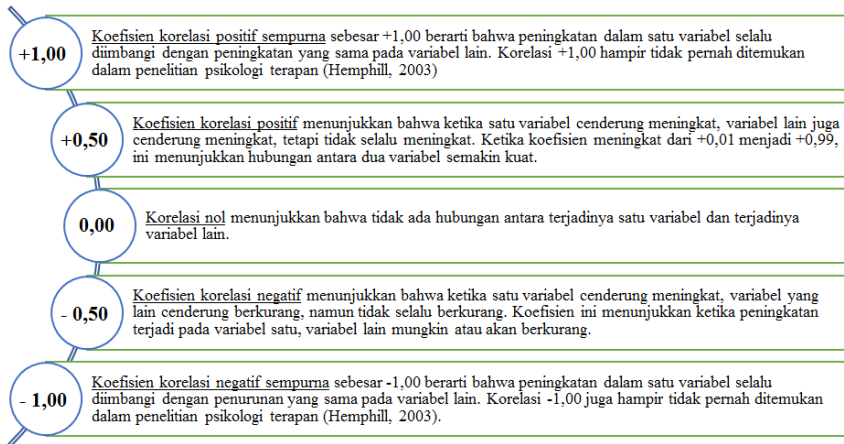
Bila metode eksperimen bertujuan untuk mengetahui *causal effect* (sebab-akibat), maka metode korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Tujuan metode

korelasional adalah menguji sejauh mana variasi pada suatu variabel berhubungan dengan variasi pada faktor lain, dilihat dari koefisien korelasinya. Dari metode korelasional akan diketahui besarnya arah hubungan antar variabel yang diteliti. Melalui metode korelasional, peneliti dapat mengetahui variasi dalam variabel berhubungan dengan variabel lain.

Misalnya peneliti ingin mengetahui apakah anak menjadi temper tantrum berhubungan dengan pola asuh orangtua. Salah satu cara untuk mengidentifikasi faktor pola asuh orangtua adalah dengan mempelajari jenis-jenis pola asuh orang tua. Misalkan peneliti mempelajari terjadinya temper tantrum dengan pola asuh memanjakan, dan ditemukan bahwa orangtua dengan pola asuh memanjakan membuat anak cenderung sering temper tantrum (Santy & Irtanti, 2014). Berdasarkan contoh tersebut, metode korelasi adalah asosiasi atau hubungan dalam terjadinya dua atau lebih peristiwa. Koefisien korelasi adalah angka yang menunjukkan kekuatan hubungan antara dua atau lebih peristiwa: semakin dekat angka korelasi dengan $-1,00$ atau $+1,00$, semakin besar kekuatan hubungannya.

Terdapat dua arah hubungan dalam metode korelasi yaitu korelasi positif dan negatif. Korelasi positif adalah terdapat arah hubungan yang positif antara variabel satu dengan lainnya, misalnya makin tinggi minat belajar maka makin tinggi prestasi belajar pada siswa. Korelasi negatif adalah terdapat arah hubungan yang negatif antar variabel yang diteliti, misalnya makin tinggi harga tiket bioskop, makin sedikit jumlah penontonnya. Apabila ditemukan korelasi, bukan berarti bahwa satu faktor pasti menyebabkan terjadinya faktor lain (Sobur, 2011). Kesalahan terbesar dalam membahas korelasi adalah menganggap bahwa korelasi itu menunjukkan hubungan sebab dan akibat. Peneliti korelasi meninggalkan banyak pertanyaan yang tidak terjawab. Meskipun korelasi tidak dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat, namun hasil dari penelitian korelasi membantu memprediksi perilaku dan juga menunjukkan kemungkinan penyebab. Hasil dari metode korelasi merupakan petunjuk apakah ada korelasi antara peristiwa satu dengan peristiwa lain. Korelasi membantu peneliti memprediksi perilaku dan memberi tahu peneliti dimana

kemungkinan penyebab dari peristiwa yang diteliti (Plotnik & Kouyoumdjian, 2011).



Gambar 1. Koefisien Korelasi

H. PEMERIKSAAN PSIKOLOGIS MELALUI TES YANG TERSTANDARISASI

Sarwono (2012) mengemukakan bahwa psikotes merupakan pengukuran psikologis menggunakan alat-alat psikodiagnostik. Penggunaan instrument tes psikodiagnostik hanya dapat digunakan oleh ahli yang telah tersertifikasi dan terlatih, disebut dengan psikolog. Alat pengukuran psikodiagnostik biasanya digunakan untuk mengukur taraf kecerdasan individu, struktur kepribadian, sikap, dan lain-lain yang berkaitan dengan aspek psikologis individu. Salah satu alat tes psiko diagnostik yang banyak digunakan adalah tes intelegensi untuk mengukur taraf kecerdasan seseorang. Terdapat banyak tes psiko diagnostik, diantaranya MBTI, TAT, Rorschach, wateg *Drawing Completion Test*, WAIS, Stanford-Binet Intelligence Test, Stroop Color and Word test, dan masih banyak lainnya. Metode dengan penggunaan berbagai tes yang telah terstandarisasi ini dilakukan dalam bentuk pemeriksaan psikologis.

Kelebihan dari metode ini adalah psikolog jarang menggunakan hanya satu alat tes, namun beberapa alat tes, sehingga mampu mengumpulkan data yang banyak mengenai keadaan psikologis seseorang. Kelebihan

lainnya adalah penggunaan alat tes dapat diuji pada lebih dari satu orang (individual) atau secara kelompok, sehingga peneliti dapat memeriksa banyak orang dalam satu waktu. Saat ini, metode ini sudah banyak dilakukan tidak secara manual semata (paper and pencil test), tetapi juga dalam bentuk online, sehingga semakin memudahkan dalam penggunaannya.

Kelemahan dari metode ini adalah tidak dapat digunakan secara luas oleh peneliti awam karena hanya dapat dilakukan oleh seseorang yang ahli dan terlatih (Sarwono,2012). Oleh karena membutuhkan ahli yang tersertifikasi dan terlatih, maka dibutuhkan biaya yang tidak sedikit. Hal lain yang menjadi keterbatasan metode ini yaitu bias interpretasi dari ahli yang sifatnya subjektif.

I. RANGKUMAN MATERI

1. Psikologi menggunakan metode ilmiah untuk pengumpulan data-informasi dan pengujian hipotesis. Metode penelitian dapat bersifat ilmiah, ketika bersifat objektif, adekuat, reliabilitas, valid, sistematis dan akurat. Ilmu psikologi menggunakan pembuktian empiris (*empirical evidence*) dari perilaku yang ditampilkan seseorang melalui berbagai metode yang mampu menjelaskan keadaan mental yang seringkali tidak secara umum dapat teramati.
2. Metode Survei berfokus dalam mengungkap informasi mengenai topik atau variabel yang diteliti, seperti opini individu, program pemerintah, kandidat politik, program televisi atau penilaian konsumen tentang suatu produk tertentu dan sebagainya. Keunggulan utama dari metode survei adalah mampu mengumpulkan informasi pada sejumlah individu dalam waktu yang cepat, mampu mendapatkan, data yang banyak dalam waktu yang relatif singkat, tenaga yang dikeluarkan tidak banyak, dan responden dapat menjawab secara bebas tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Kelemahan dari metode kuesioner adalah bersifat kaku, pertanyaan yang diajukan kepada responden telah ditentukan oleh peneliti sehingga tidak secara luas mendapatkan jawaban di luar dari pertanyaan, serta memungkinkan terjadinya bias respon.

3. Metode Ekperimental merupakan proses pengamatan atau pengukuran terhadap dampak dari suatu manipulasi atau perlakuan kepada kelompok sampel tertentu yang dikontrol secara ketat oleh peneliti. Dalam penelitian psikologi, metode eksperimen digunakan untuk mengetahui pengaruh intervensi, perlakuan, atau treatment yang dihasilkan kondisi tertentu terhadap tingkah laku individu. Kelebihan penelitian eksperimen dalam laboratorium memiliki kelebihan dalam mengontrol kondisi lingkungan agar dapat memilih faktor yang ingin dimanipulasi sementara faktor lain dipertahankan kekonstanannya. Sebaliknya, kelemahan dalam penelitian eksperimen dalam laboratorium adalah sering dikritik karena menciptakan situasi yang artifisial atau kurang mirip dengan konteks di kehidupan sehari-hari.
4. Wawancara adalah proses seorang individu bertanya dengan individu lain untuk mengetahui bagaimana pengalaman, cara berpikir, tindakan, dan perasaan. Wawancara memiliki 4 (empat) elemen yaitu pertanyaan, interaksional, dua pihak dan tujuan. Keunggulan dari metode wawancara yaitu keunggulan dalam memperoleh informasi secara lengkap, detail, dan jelas, keunggulan untuk menangkap hal-hal yang tidak terduga untuk dieksplorasi lebih dalam lagi. Sebaliknya, keterbatasan dalam metode wawancara yaitu keterbatasan dalam memakan waktu yang lebih lama dan keterbatasan dalam menggunakan interviewer yang kompeten.
5. Observasi merupakan kegiatan mengamati perilaku sehari-hari individu. Observasi berfokus pada perilaku, pengamatan dan pengukuran peristiwa, dan uji coba untuk menarik kesimpulan. Terdapat beberapa syarat perilaku dikatakan dapat diobservasi, apabila perilaku yang diamati dapat dilihat, didengar, dihitung dan diukur. Kenggulan dari observasi yaitu dapat mencatat perilaku yang tampak, menyediakan informasi atau data yang detail tentang perilaku, dapat mencatat aspek non verbal dan verbal, dan mendapatkan gambaran yang utuh baik kondisi fisik, maupun konteks lingkungan saat perilaku muncul. Sebaliknya, kelemahan observasi yaitu memungkinkan perilaku yang muncul tidak natural, *hallo effect*, dan terbatas pada satu waktu di suatu tempat.

6. Studi kasus merupakan usaha untuk melihat suatu kondisi individu secara mendalam. Dalam penerapannya, metode ini banyak digunakan oleh psikolog klinis. Studi kasus bertujuan untuk memberikan informasi mengenai harapan, tujuan, rasa takut, fantasi, kesehatan, hubungan keluarga, keadaan atau pengalaman traumatis, dan lain-lain. Salah satu keunggulan dari studi kasus adalah informasi yang jelas dan mendalam tentang individu tertentu. Namun, kelemahan dari metode ini adalah hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada masyarakat umum.
7. Metode korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Tujuan metode korelasional adalah menguji sejauh mana variasi pada suatu variabel berhubungan dengan variasi pada faktor lain, dilihat dari koefisien korelasinya.
8. Salah satu alat tes psikodiagnostik yang banyak digunakan adalah tes intelegensi untuk mengukur taraf kecerdasan seseorang. Terdapat banyak tes psikodiagnostik, diantaranya MBTI, TAT, Rorschach, wartegg Drawing Completion Test, WAIS, Stanford-Binet Intelligence Test, Stroop Color and Word test, dan masih banyak lainnya. Metode dengan penggunaan berbagai tes yang telah terstandarisasi ini dilakukan dalam bentuk pemeriksaan psikologis.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Dalam bidang Psikologi, kita mengetahui beberapa metode yang dapat dilakukan dalam menjawab pertanyaan dan mendapatkan penjelasan atau informasi yang berkaitan dengan perilaku manusia. Suatu in-dept analisis dari satu orang tentang pikiran, perilaku, dan kehidupannya disebut dengan metode _____
2. Metode yang bertujuan untuk mengetahui causal effect dari suatu perlakuan atau manipulasi tertentu yang disengaja oleh peneliti dan pada umumnya dikontrol dalam setting laboratorium, disebut dengan _____
3. Salah satu keunggulan dari metode _____ yaitu biaya yang murah dan waktu yang singkat dalam mengumpulkan informasi pada sampel yang besar. Hanya saja, informasi yang diperoleh hanya

berupa penggambaran dari suatu fenomena, bukan penjelasan mendalam dan lengkap, karena jawaban responden cenderung bias.

4. Kekuatan hubungan dari suatu peristiwa dengan peristiwa lainnya dijelaskan melalui angka yang disebut dengan _____, yang bergerak dari -1.00 hingga +1.00
5. _____ adalah bias yang ditampilkan oleh individu yang diamati karena menunjukkan kesan penampilan yang sopan atau bertingkah laku yang baik, sehingga memberikan penilaian yang positif bagi pengamat

Jawaban: 1. studi kasus, 2. experiment, 3. survei, 4. koefisien korelasi, 5. halo effect

DAFTAR PUSTAKA

- Bakar, R. M. (2018). *Konsep dan teknik wawancara*. Jakarta: Penerbit Nas Media Pustaka.
- Brinkmann, S. (2013). *Qualitative interviewing: Understanding qualitative research*. New York: Oxford University Press.
- Herdiansyah, H. (2013). *Wawancara, observasi, dan focus group: Sebagai instrumen penggalan data kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- King, L. A. (2017). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif* (edisi ke-3). Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Lahey, B. B. (2012). *Psychology an introduction* (7th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Mahmud, M. D. (1990). *Psikologi pendidikan: Suatu pendekatan terapan*. Jakarta: BPFE.
- Plotnik, R., & Kouyoumdjian, H. (2011). *Introduction to psychology*. Canada: Wadsworth Publishing.
- Santy, W. H., & Irtanti, T. A. (2014). Pola asuh orangtua mempengaruhi temper tantrum pada anak usia 2-4 tahun di PAUD Darun Najah Desa Gading, Jatirejo, Mojokerto. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(12), 73–81. <https://doi.org/doi.org/10.33086/jhs.v7i1.490>
- Sarwono, S. S. (2012). *Pengantar psikologi umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sobur, D. A. (2011). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Stewart, C. J., & Cash, W. B. (2014). *Interviewing: Principles and practices* (14th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sumanto. (2014). *Psikologi umum: Untuk mahasiswa, dosen, & masyarakat*. Yogyakarta: CAPS (Center of Academic Publishing Service).



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 4: SISTEM PENYUSUNAN SARAF DAN PENGINDERAAN

Marsha Ayu Rizkika

Universitas Pendidikan Indonesia

BAB 4

SISTEM PENYUSUNAN SARAF DAN PENGINDERAAN

A. PENDAHULUAN

Sistem saraf dan penginderaan merupakan hal terpenting bagi tubuh manusia, sistem saraf merupakan sistem organ yang dapat mengontrol dan mengatur sistem organ lain di dalam tubuh. Sistem ini juga bertanggung jawab atas pengetahuan dan ingatan orang. Pengaruh sistem saraf, yaitu kemampuan menahan perubahan kondisi lingkungan yang merangsangnya. Selain dari sistem saraf, sistem penginderaan juga merupakan komponen terpenting salah satunya adalah indera penglihatan. Organ tersebut sangat berpengaruh dan bermanfaat bagi individu dalam menjalankan aktivitas di kehidupan sehari-hari, sehingga muncul sebuah istilah yaitu “Mata merupakan jendela untuk melihat dunia”. Sistem saraf bertanggung jawab untuk koordinasi, mengontrol gerakan tubuh kita, dan menyimpan ingatan di otak kita.

Sistem tubuh yang penting ini juga mengatur fungsi banyak sistem tubuh lainnya. Berkat pengaturan saraf ini, komunikasi antara sistem tubuh yang berbeda terjalin sehingga tubuh berfungsi sebagai satu kesatuan yang harmonis. Salah satu organ tubuh yang mengkoordinasi sistem saraf itu ialah otak. Otak mengatur dan mengkoordinasikan sebagian besar gerakan tubuh, perilaku, dan fungsi homeostatis, seperti detak jantung, keseimbangan cairan tubuh, dan suhu tubuh. Otak manusia bertanggung jawab untuk mengendalikan seluruh tubuh dan pikiran manusia, sehingga ada hubungan yang erat antara otak dan pemikiran manusia. Pengetahuan tentang otak mempengaruhi perkembangan

psikologi kognitif. Otak juga bertanggung jawab atas fungsi-fungsi seperti pengenalan, emosi, memori, pembelajaran motorik dan semua bentuk pembelajaran lainnya. Otak adalah alat untuk memproses informasi yang diterima dari lingkungan internal dan eksternal tubuh oleh reseptor organ indera (seperti mata, telinga, kulit dan lain-lain). Informasi dikirim oleh saraf yang dikenal sebagai sistem saraf umum.

B. SISTEM SARAF

Menurut Bolon et al 2020, sistem saraf terdiri dari jutaan sel saraf yang berbeda bentuk, terdiri dari sistem saraf pusat dan sistem saraf tepi. Sistem saraf adalah sistem koordinasi yang berfungsi untuk mengirimkan rangsangan dari reseptor yang dirasakan dan ditanggapi oleh tubuh. Sistem saraf memungkinkan organisme hidup untuk merespon dengan cepat terhadap perubahan lingkungan eksternal dan internal. Sistem saraf bertugas untuk mengoordinasikan, menafsirkan, dan mengontrol interaksi antara individu dan lingkungan. Sistem saraf harus memiliki tiga komponen untuk menanggapi rangsangan, yaitu:

- a. Reseptor (Organ indera)
- b. Pengantar Impuls (Sel saraf yang memiliki serabut)
- c. Efektor (Otot dan kelenjar manusia)

C. SUSUNAN SISTEM SARAF

Menurut Rosita et al 2020, sistem saraf manusia terdiri dari sistem saraf pusat dan sistem saraf tepi. Sistem saraf pusat terdiri dari otak dan sumsum tulang belakang. Sedangkan sistem saraf tepi terdiri dari sistem saraf somatik dan sistem saraf otonom.

1. Sistem saraf pusat
 - a. Otak (Batang otak, otak kecil, dan otak besar)
 - b. Medulla spinalis
2. Sistem saraf tepi
 - a. Sistem saraf somatik dan Sistem saraf spinal
 - b. Sistem saraf cranial dan Sistem saraf otonom
3. Struktur Tingkatan Otak
 - a. Batang Otak
 - b. Sistem Limbik

c. Korteks Cerebri (Korteks otak)

Sistem saraf pusat meliputi otak (*cerebro cephalon*) dan sumsum tulang belakang (*spinal cord*). Keduanya merupakan organ yang sangat lunak dengan fungsi yang sangat penting yang harus dilindungi oleh kerangka (Permana et al., 2022). Otak dan sum-sum tulang belakang. Otak terdiri dari dua belahan, belahan kiri mengontrol sisi kanan tubuh, belahan kanan mengontrol belahan kiri. Ia memiliki permukaan yang terlipat yang memperluas permukaannya sehingga dapat memiliki banyak saraf. Otak juga merupakan pusat penglihatan, pendengaran, kecerdasan, ingatan, kesadaran dan kemauan, bagian dalamnya berwarna putih penuh serabut saraf, bagian luar berwarna abu-abu penuh banyak sel saraf. Otak terdiri dari beberapa bagian yaitu:

- a. Otak depan atau *Prosoncephalon* (Otak depan berkembang menjadi telencephalon dan otak tengah. Mediastinum berkembang menjadi otak (otak) dan mediastinum menjadi talamus, hipotalamus).
- b. Otak besar atau Cerebrum (Otak bertanggung jawab untuk mengatur semua fungsi mental, yaitu yang berkaitan dengan kecerdasan, ingatan, kesadaran, dan perhatian. Otak adalah sumber dari semua tindakan/gerakan sadar atau sukarela, meskipun ada juga beberapa gerakan refleks. Otak Di bagian abu-abu korteks selebral, di belakang area motorik, terdapat area penerima stimulus (area sensorik), yang mengatur gerakan sadar atau bereaksi terhadap rangsangan. Selain itu, terdapat area asosiasi yang menghubungkan area motorik dan sensorik. Area ini berperan dalam belajar, menyimpan ingatan, menarik kesimpulan dan belajar berbagai bahasa. Di sekitar kedua area ini terdapat area yang mengontrol aktivitas psikologis yang lebih tinggi. Misalnya, lobus frontal adalah pusat proses berpikir (misalnya mengingat, menganalisis, berbicara, kreativitas) dan emosi. Di belakangnya adalah pusat penglihatan. Thalamus berisi beberapa pusat saraf dan bertindak sebagai "area penerimaan sementara" untuk data sensorik dan sinyal motorik, mengirimkan data dari mata dan telinga, misalnya ke bagian korteks yang sesuai. Hipotalamus mengatur nafsu makan dan keinginan, dan mengatur kepentingan biologis lainnya (Nurhakiky, 2015).

- c. Otak tengah atau *Mesencephalon* (Otak tengah berada di depan otak kecil dan jembatan Varol. Di depan otak tengah terdapat talamus dan kelenjar hipofisis, yang mengatur fungsi kelenjar endokrin. Bagian atas (dorsal) otak tengah adalah lobus visual, yang mengontrol refleks mata seperti kontraksi pupil dan juga mewakili pusat pendengaran. Otak tengah tidak berkembang dan tetap menjadi otak tengah).
- d. Otak belakang atau *Rhombencephalon* (Otak belakang menjadi *metencephalon* dan *myelencephalus*. *Metencephalon* berkembang menjadi cerebellum dan pons. Pada saat yang sama, *myelencephalon* berkembang di medulla oblongata).
- e. Otak kecil atau serebelum (Otak kecil memiliki fungsi utama mengkoordinasikan gerakan otot sukarela, keseimbangan dan postur).
- f. Sum-sum tulang sambung atau medulla oblongata (Fungsi sumsum tulang belakang adalah untuk mengirimkan impuls dari sumsum tulang belakang ke otak. Selain itu, sumsum tulang belakang juga mengatur refleks lain seperti bersin, batuk, dan berkedip).
- g. Jembatan varol atau pons varoli (Pons Varol mengandung serabut saraf yang menghubungkan otak kecil kiri dan kanan dan juga menghubungkan otak dan sumsum tulang belakang.)
- h. Sum-sum tulang belakang atau medula spinalis (Pada penampang sumsum tulang belakang tampak permukaan luar berwarna putih, bagian dalam berbentuk kupu-kupu dan berwarna abu-abu. Tanduk punggung dan sayap bawah disebut tanduk ventral. Impuls sensorik dari reseptor dihantarkan ke sumsum tulang belakang melalui tanduk dorsal, dan impuls motorik meninggalkan sumsum tulang belakang melalui tanduk perut ke efektor. Tanduk punggung memiliki batang neuron penghubung (kompleks koneksi) yang menerima impuls dari neuron sensorik dan menghantarkan ke sistem motorik).

Sistem saraf terdiri dari sel-sel saraf yang disebut neuron. Neuron adalah unit struktural dan fungsional dari sistem saraf. Neuron memiliki kemampuan untuk menanggapi rangsangan yang cukup kuat. Neuron tidak dapat membelah, sehingga tidak dapat diganti saat rusak. Neuron terhubung membentuk jaringan yang menghantarkan impuls (stimulus) (Rosita, 2020).

1. Berdasarkan Bentuk

- a. Badan Sel (Badan sel neuron atau saraf adalah bagian terbesar dari neuron atau sistematika sel saraf. Badan sel dapat bertindak sebagai penerima rangsangan dari dendrit dan kemudian mengirimkannya ke akson. Badan sel saraf mengandung nukleus, sitoplasma, mitokondria, sentrosom, badan Golgi, lisosom, dan badan Nicell).
- b. Dendrit (Dendrit adalah serabut sel saraf pendek yang bercabang dan memanjang dari badan sel. Dendrit memiliki tugas menyerap rangsangan dan mengirimkannya ke sel tubuh. Dendrit mengandung badan Nissl dan organel. Secara umum, neuron terdiri dari banyak dendrit. Dendrit tidak mengandung selubung mielin atau neurolemma).
- c. Akson (Neurit adalah serat sel saraf yang panjang dan tonjolan sitoplasma di badan sel. Benang halus yang terkandung dalam neurit disebut neurofibril, yang terjalin dalam beberapa lapisan membran mielin, yang mengandung banyak zat lemak dan dapat mempercepat jalannya rangsangan. Selubung mielin dilapisi dengan sel Schwann, yang dapat membentuk jaringan yang memelihara neurit dan juga mendukung pembentukan neurit. Lapisan luar myelin disebut selubung saraf, yang melindungi akson dari kerusakan. Bagian neurit yang tidak tertutup oleh selubung mielin dapat disebut simpul Ranvier, yang mempercepat rangsangan).

2. Berdasarkan Fungsi dan Struktur

- a. Sistematika Sensorik (Neuron sensorik adalah neuron yang badan selnya dikelompokkan menjadi ganglia, aksonnya pendek tetapi dendritnya panjang. Neuron sensorik terhubung ke organ sensorik untuk menerima rangsangan. Fungsi neuron sensorik adalah membawa impuls dari reseptor ke susunan saraf pusat yaitu otak (encephalon) dan sumsum tulang belakang (spinal cord). Ujung akson saraf sensorik terhubung ke saraf terkait (saraf perantara)).
- b. Sistematika Motorik (Neuron motorik adalah neuron dengan dendrit pendek dan akson panjang. Dendrit terhubung ke akson lain sementara akson terhubung ke efektor dalam bentuk otot

atau kelenjar. Neuron motorik bertindak sebagai pemancar impuls dari sistem saraf pusat ke otot atau kelenjar, menyebabkan tubuh merespons rangsangan. Neuron motorik terletak di sistem saraf pusat. Dendrit sangat pendek saat menempel pada akson saraf terkait, sedangkan akson bisa sangat panjang).

- c. Sistematika Intermediet (Interneuron juga disebut neuron asosiasi. Sel-sel ini terletak di sistem saraf pusat dan berfungsi menghubungkan neuron motorik ke neuron sensorik atau menghubungkan ke neuron lain di sistem saraf pusat. Interneuron menerima impuls dari reseptor sensorik atau neuron lain yang terkait dengannya).

D. SISTEM ENDOKRIN

Kelenjar endokrin mengeluarkan hormon ke dalam aliran darah yang penting untuk perilaku dan motivasi emosional, dan penting untuk banyak aspek kepribadian. Kelenjar merupakan mitra penting dari sistem saraf internal dalam integrasi perilaku dan fungsinya terkait erat dengan fungsi hipotalamus dan sistem saraf otonom.

Salah satu kelenjar endokrin terpenting, yaitu kelenjar pituitari, merupakan bagian otak yang tumbuh yang melekat tepat di bawah hipotalamus. Kelenjar ini disebut master gland karena menghasilkan sebagian besar hormon dan mengontrol pelepasan beberapa kelenjar endokrin lainnya. Salah satu hormon hipofisis berperan sangat penting dalam mengendalikan pertumbuhan tubuh. Terlalu sedikit hormon hipofisis bisa membuat seseorang menjadi jahat, sedangkan sekresi hormon ini yang berlebihan bisa membuat menjadi raksasa (Pasiak, 2009).

E. MEKANISME PENGHANTAR IMPULS

Impuls adalah rangsangan atau pesan yang diterima dari luar oleh reseptor kemudian dipancarkan oleh neuron. Impuls juga dapat digambarkan sebagai serangkaian impuls listrik yang berjalan melalui serabut saraf. Impuls yang diterima penerima dan diteruskan ke efektor menyebabkan gerakan atau perubahan pada efektor.

a. Gerak Sadar

Gerakan yang disengaja atau kebiasaan adalah gerakan yang disengaja atau disadari. Impuls yang menyebabkan gerakan ini ditransmisikan melalui jalur yang panjang, yaitu dari reseptor ke saraf sensorik, dibawa ke otak untuk diproses lebih lanjut oleh otak, kemudian otak mengolah hasilnya berupa respon yang dibawa oleh otak. saraf motorik. mereka sebagai perintah yang harus dipenuhi oleh efektor (Rapisa, 2019).

b. Gerak Refleks

Tindakan refleks adalah gerakan yang tidak disengaja atau tidak disadari. Refleks bekerja sangat cepat dan reaksi terhadap rangsangan terjadi secara otomatis tanpa otak memerlukan instruksi apa pun. Dengan aksi refleks, impuls bergerak di sepanjang jalur pendek atau jalan pintas, yaitu. mereka keluar dari reseptor yang menerima rangsangan, kemudian saraf sensorik mengirimkannya ke pusat saraf, mereka diterima oleh saraf yang menghubungkan mereka (asosiasi) tanpa diproses oleh otak, tanggapan dikirim langsung ke saraf motorik dan diangkut ke efektor, yaitu otot atau sedasi. Singkatan ini disebut lembar reflektif. Contoh gerakan refleks berkedip, bersin atau batuk (Rapisa, 2019).

F. SISTEM PENGINDERAAN

Sistem indera adalah organ akhir yang berspesialisasi dalam menerima jenis rangsangan tertentu. Serabut saraf yang memprosesnya adalah alat perantara yang mengangkut informasi sensorik dari organ sensorik ke otak dan menafsirkan sensasi tersebut. Beberapa impresi datang dari luar, seperti sentuhan, rasa, penglihatan, penciuman dan suara. Ada kesan yang muncul dari dalam, seperti lapar, haus dan sakit. Dalam semua kasus, serabut saraf sensorik, dilengkapi dengan ujung khusus, mengumpulkan rangsangan khas yang terhubung dengan setiap organ (Nugraheni, 2020).

Sistem sensorik membutuhkan sistem saraf yang menghubungkan organ sensorik dengan sistem saraf pusat. Organ sensorik adalah sel khusus yang dapat menerima rangsangan dari lingkungan atau dari tubuh itu sendiri untuk mengirimkannya sebagai impuls saraf melalui serabut saraf ke sistem saraf pusat. Setiap organ indera menerima rangsangan,

membangkitkan dan mentransmisikan impuls saraf, interpretasi semua organ indera dapat dibagi menjadi dua, yaitu organ indera umum, seperti reseptor sentuhan, yang tersebar di seluruh tubuh, dan organ indera khusus, seperti pengecap yang terbatas pada lidah (Nugrahaeni,2020). Menurut Syaifuddin pada tahun 2007 Sistem pengindraan adalah organ akhir yang dikhususkan menerima jenis rangsangan tertentu. Serabut saraf yang menanganinya merupakan alat perantara yang membawa kesan rasa dari organ indera menuju ke otak tempat perasaan ini di tafsirkan.

1. Indera Penglihatan

Indera penglihatan (organ okular) pada mata terdiri dari organ bantu mata (ocular aids) dan mata (eyeball). Saraf sensorik, saraf optik (saraf kranial lain), yang timbul dari sel ganglion retina, bergabung membentuk saraf optik.

- Kornea (Bagian depan bola mata, terletak di depan iris dan merupakan jaringan bening atau transparan yang berfungsi sebagai media refraksi).
- Pupil (Bagian mata yang bulat adalah bukaan tempat cahaya masuk ke bola mata. Ukurannya bisa divariasikan untuk menyesuaikan jumlah sinar datang. Dalam gelap, pupil (midriasis) melebar sehingga banyak cahaya yang masuk. Saat terang, pupil berkontraksi (miosis), sehingga lebih sedikit cahaya yang masuk.)
- Iris (Septum antara ruang anterior dan posterior. Iris mengandung banyak pembuluh darah dan pigmen, itulah sebabnya warnanya. Iris mengandung 2 otot, pupil melebar dan pupil sfingter. Saat otot dilator pupillae berkontraksi, pupil melebar, dan saat otot sphincter pupillae berkontraksi, pupil menyempit).
- Lensa (Lensa mata adalah lensa cembung bening yang terletak di belakang pupil dan posisinya bergantung pada zini zonula yang muncul dari iris. Lensa bisa diratakan dan cembung untuk mengatur cahaya yang masuk agar bayangan benda jatuh langsung di retina. Ini disebut proses pemasangan lensa).
- Retina (Retina adalah membran tipis, halus, tidak berwarna dan transparan. Retina mengandung sel reseptor (fotoreseptor), yaitu sel kerucut dan sel batang. Kerucut berfungsi dalam penglihatan cahaya dan penglihatan warna. Sel induk bekerja dalam gelap atau dalam

cahaya redup. Retina memiliki makula lutea, atau bintik kuning, di tengahnya terdapat fovea sentralis, yang mengandung banyak sel kerucut, sehingga merupakan area dengan ketajaman terbaik).

2. Indera Pendengaran

Indera pendengaran adalah salah satu organ indera pendengaran. Telinga merupakan organ indera yang sangat peka terhadap rangsangan suara. Ini karena ada saraf pendengaran di telinga. Sistem pendengaran mengacu pada telinga, dan stimulus adalah nada atau suara. Telinga secara kasar dibagi menjadi telinga luar, tengah dan dalam (Agustiani, 2017). Menurut Evelyn 2003, indera pendengaran adalah alat indera yang berfungsi untuk mendengar suara-suara disekitarnya dan telinga adalah indera pendengaran yang menerima rangsangan berupa suara (fonoreseptor). dan itu menjadi cara untuk menyeimbangkan tubuh.

- a. Daun telinga atau auricula
- b. Lubang telinga luar atau meatus acusticus external
- c. Saluran telinga luar atau canalis acusticus external sampai batas membrane timpani

G. MEKANISME PENDENGARAN

Proses pendengaran dimulai dengan gendang telinga menyerap suara, atau energi suara, dalam bentuk gelombang yang merambat melalui udara melalui liang telinga luar. Gelombang ini kemudian menyebabkan gendang telinga bergetar, yang ditransmisikan melalui tulang (pergelangan kaki, inkus, stapes) ke telinga tengah, memperkuat getaran tersebut. Energi vibrasi yang ditingkatkan ini ditransmisikan ke ligamen yang menggerakkan oval window sehingga perilymph dari scala vestibuli bergerak, kemudian vibrasi ditransmisikan melalui membran Reissner yang mendorong endolymph ke dalam koklea dan terjadi gerakan relatif antara membran basilar yang ditimbulkan dan membran membran tektorial. Proses ini merupakan rangsangan mekanis yang menggerakkan sel-sel rambut organ Corti, melepaskan ion bermuatan listrik dari badan sel. Keadaan ini menyebabkan proses depolarisasi sel-sel rambut, yang merangsang pelepasan neurotransmitter (glutamat) ke dalam sinapsis, yang menyebabkan potensial aksi di saraf pendengaran (koklear

komponen N.VIII), setelah itu impuls saraf ditransmisikan ke saraf pendengaran, pendengaran primer, korteks dan asosiasi (area 41 dan 42) di lobus temporal (Martanegara et al., 2020).

H. SISTEM PENCIUMAN

Penciuman atau sistem penciuman mengacu pada organ hidung dan sistem saraf yang mengatur fungsi penciuman adalah saraf penciuman (N.I) yang merupakan saraf sensorik. Reseptor untuk menangkap bau adalah sel penciuman, yang merupakan neuron dua arah dan terletak di mukosa penciuman (di bagian atas rongga hidung). Serat aferen dari neuron ini membentuk sinapsis di bola penciuman, dan mulai sekarang serat yang menghubungkan sel penciuman ke otak disebut jalur penciuman. Begitu berada di otak, sinyal penciuman memiliki beberapa tujuan, yaitu (Makkasau et al., 2022):

- Korteks penciuman primer dan asosiasi di lobus temporalis (membedakan jenis bau, persepsi terkait bau, dan memori yang berkaitan dengan bau)
- Sistem limbik (Konteks emosional dalam bau)
- Hipotalamus (Hasrat dan pengatur saat makan)
- Formatio retikularis (Atensi)

I. SISTEM PENGECAP

Sistematika pengecapan ini melibatkan saraf yang terletak di taste buds, yang terletak di pori-pori permukaan lidah dan bagian mulut manusia lainnya. Proses pengecapan dimulai ketika suatu benda memasuki mulut seseorang dan menyentuh lidah atau area mulut lainnya. Meskipun lidah biasanya dikaitkan dengan pengecap, lidah juga ditemukan di langit-langit mulut dan di tempat lain, meskipun kepekaan permukaan lain ini sering menurun seiring bertambahnya usia. Saat makanan atau benda lain bersentuhan dengan permukaan ini, rasa yang larut dalam air dapat menembus pori-pori yang mengandung rasa, dan sinyal ini kemudian dikirim ke otak, yang diartikan sebagai rasa. Mencicipi memberi Anda lima rasa yaitu manis, asin, asam, pahit dan asin (Setiabudi, 2021).

Pada mamalia dan vertebrata lainnya, lidah mengandung reseptor rasa. Reseptor ini peka terhadap rangsangan zat kimia, oleh karena itu disebut kemoreseptor. Reseptor ini adalah pengecap. Kuncupnya berbentuk bawang kecil atau cangkir dan terletak di permukaan epitel di permukaan atas lidah. Kadang juga ditemukan pada atap rongga mulut, faring dan laring, walaupun sangat sedikit. Beberapa dari kuncup pengecap ini tersebar dan yang lainnya dikelompokkan dalam proyeksi epitel yang disebut papila (Setiabudi,2021). Faktor-Faktor Kemampuan dalam Indera Pengecap meliputi:

1. Faktor individu, misalnya kepekaan rasa pasien menurun.
2. Ambang batas misalnya seseorang yang terbiasa makan makanan asam lebih tinggi dari pada seseorang yang tidak terbiasa makan makanan asam. Ambang batas ini tergantung pada kebiasaan.
3. Kemampuan untuk berkonsentrasi, misalnya seseorang makan semangkuk garam tidak akan merasa lebih asin dari waktu ke waktu dibandingkan saat pertama kali memakannya. Ketidakmampuan seseorang untuk merasakan bau disebut sebagai anosmia, sedangkan ketidakmampuan seseorang untuk merasakan rasa disebut sebagai ageusia.

J. SISTEM PERABA

Kulit mudah dilihat dan disentuh, hidup dan memastikan kelangsungan hidup. Kulit mendukung penampilan dan kepribadian seseorang dan mencirikan berbagai ciri kehidupan, yaitu ras, genetika, estetika, budaya, bangsa dan agama. Kulit juga bisa menjadi indikator kesehatan, kekayaan, kemiskinan dan kebiasaan, serta sarana komunikasi non-verbal antar individu. Kulit juga bisa menjadi alat kontak seksual, cinta, persahabatan atau kebencian. Kerusakan pada lebih dari 30% permukaan kulit, seperti akibat luka bakar, dapat mengakibatkan kematian seketika, karena kulit merupakan fisiologi penting bagi tubuh manusia. Kulit memiliki ujung saraf yang menyebar tidak merata ke seluruh kulit. Ujung jari, telapak tangan, dan telapak kaki mengandung banyak ujung saraf yang sensitif terhadap sentuhan. Ini memungkinkan ketika kita merasakan permukaan yang halus dan kasar. Ujung dan akar rambut juga memiliki ujung saraf yang peka terhadap sentuhan. Selain itu, kulit juga memiliki

ujung saraf yang menerima nyeri atau sakit (Gardner, 2007). Fungsi kulit itu sendiri diantaranya adalah:

a. Sebagai Proteksi

Kulit melindungi bagian dalam tubuh manusia terhadap gangguan fisik dan mekanik seperti tekanan, gesekan, tegangan, gangguan kimiawi seperti iritan kimiawi (lysol, asam karbolat atau basa kuat lainnya), gangguan panas atau dingin, gangguan radiasi atau sinar UV, bakteri, jamur, gangguan yang disebabkan oleh bakteri atau virus. Proses keratinisasi juga merupakan penghalang mekanis karena sel-sel keratin secara teratur ditumpahkan dan digantikan oleh sel-sel yang lebih muda di bawahnya. Pelindung kulit memiliki dua fungsi, yaitu untuk mencegah masuk atau keluarnya zat-zat dari luar tubuh. Peran pelindung kulit terutama terletak pada sel-sel epidermis, dan kemampuan kulit untuk bertindak sebagai pelindung bervariasi dari satu area kulit ke area kulit lainnya, bergantung pada kondisi kulit di area tersebut. Skrotum adalah kulit dengan tingkat perlindungan paling rendah dan karenanya paling mudah ditembus, diikuti oleh kulit di wajah dan punggung tangan. Sebaliknya, telapak tangan dan telapak kaki merupakan bagian kulit yang paling terlindungi, sehingga hampir tidak ada komponen yang dapat menembusnya (Mulyawan, 2013).

b. Sebagai Absorpsi

Kulit yang sehat tidak menyerap air, larutan atau benda padat dengan mudah. Namun, cairan yang mudah menguap lebih mungkin diserap melalui kulit, seperti halnya zat yang larut dalam minyak. Permeabilitas kulit terhadap CO₂ atau O₂ menunjukkan kemungkinan bahwa kulit berperan dalam respirasi. Kemampuan kulit untuk menyerap dipengaruhi oleh ketebalan kulit, kelembapan, kelembapan, metabolisme dan jenis zat yang menempel pada kulit. Penyerapan dapat terjadi melalui ruang antar sel, kelenjar duktus, atau pembukaan keluar rambut (Latifah, 2013).

c. Sebagai Ekskresi

Kelenjar kulit mengeluarkan zat yang tidak berguna atau produk sisa metabolisme seperti NaCl, urea, amonia dan beberapa lemak. Kelenjar sebaceous. Di bawah pengaruh hormon androgen ibu, kelenjar

sebaceous janin menghasilkan sebum untuk melindungi kulit dari cairan ketuban, yang disebut salep keju saat lahir. Sebum yang dihasilkan kelenjar kulit melindungi kulit dengan melumasi kulit dan menahan penguapan yang berlebihan sehingga kulit tidak mengering. Kelenjar sebum dan keringat di permukaan kulit menciptakan keasaman kulit pada pH 5 hingga 6,5. Penguapan air dari tubuh juga dapat terjadi dengan difusi melalui sel-sel epidermis, tetapi karena sel-sel epidermis memiliki fungsi perlindungan yang baik, kehilangan air melalui sel-sel epidermis (kehilangan air transepidermal) dapat dicegah. agar tidak melebihi kebutuhan tubuh (Sari, 2019).

d. Sebagai Sensori

Kulit mengandung ujung saraf sensorik di dermis dan kulit subkutan. Bagian yang terletak di dalam dermis menerima rangsangan dingin dan rangsangan panas yang dimainkan oleh tubuh Krausse. Organ sensorik Meissner di papila dermis menerima rangsangan taktil, seperti halnya badan Merkel-Renvier di epidermis. Ada lebih banyak saraf sensorik di bidang erotis (Purba, 2018).

e. Sebagai Pengatur suhu

Kulit melakukan pekerjaan ini dengan mengeluarkan keringat dan mengontraksikan otot-otot dinding pembuluh darah di kulit. Saat suhu naik, kelenjar keringat mengeluarkan banyak keringat di permukaan kulit, dan saat keringat menguap, kalori/panas tubuh juga ikut terbuang. Karena vasokonstriksi kapiler kulit, kulit melindungi dirinya dari kehilangan panas saat dingin. Kulit memiliki banyak pembuluh kapiler, sehingga cara ini sangat efektif. Mekanisme termoregulasi ini diatur oleh sistem saraf simpatis, yang mengeluarkan perantara asetilkolin (Kukus et al., 2009).

f. Sebagai Pembentukan pigmen

Sel pembentuk pigmen kulit (melanosit) terletak di lapisan asli epidermis. Sel-sel ini berasal dari neuron nomor 1 hingga 10 sel dasar. Jumlah melanosit dan kuantitas serta jumlah melanin yang dihasilkan menentukan warna kulit. Melanin dibuat dari jenis protein tertentu, tirosin, dalam sel melanosit dengan bantuan enzim tirosinase, ion Cu, dan oksigen dalam melanosom sel melanosit. Paparan sinar matahari mempengaruhi produksi melanin. Dengan meningkatnya paparan,

produksi melanin meningkat. Pigmen didistribusikan di lapisan atas sel epidermis oleh lengan melanosit yang mirip cumi-cumi. Ke dermis berpigmen, dipisahkan oleh melanofag. Selain pigmen, warna kulit juga dibentuk oleh ketebalan kulit, reduksi Hb, oksidasi Hb dan karoten (Tambayong, 2001).

g. Sebagai Ekspresi Emosi

Hasil perpaduan fungsi-fungsi di atas menjadikan kulit sebagai alat ekspresi emosi dalam jiwa manusia. Kegembiraan dapat diekspresikan dengan otot-otot kulit wajah rileks dan tersenyum, kesedihan diekspresikan oleh kelenjar lakrimal yang mengeluarkan air mata, ketegangan otot-otot kulit dan kelenjar keringat, ketakutan dengan kontraksi kapiler kulit hingga kulit menjadi pucat, dan perasaan erotis dengan kelenjar sebaceous dan pembuluh darah dengan darah kulit, yang mengembang sehingga kulit tampak lebih merah, lebih berminyak dan mengeluarkan bau tertentu. Semua fungsi kulit manusia berguna untuk menopang kehidupan, seperti halnya organ tubuh lainnya (Prawitasari, 1995).

K. RANGKUMAN MATERI

Sistem saraf adalah sistem koordinasi yang berfungsi untuk mengirimkan rangsangan dari reseptor yang dirasakan dan ditanggapi oleh tubuh. Sistem saraf terdiri dari jutaan sel saraf (neuron). Fungsi neuron adalah mengirimkan pesan (impuls) berupa rangsangan atau tanggapan. Sistem saraf terbagi menjadi dua, yaitu sistem saraf pusat dan sistem saraf tepi. Sistem saraf pusat terdiri dari otak dan sumsum tulang belakang. Sistem saraf tepi terdiri dari sistem saraf sadar dan sistem saraf tak sadar. Sistem saraf terbagi menjadi sistem saraf pusat (otak dan sumsum tulang belakang), sistem saraf tepi (saraf yang membentang dari otak dan sumsum tulang belakang ke bagian tubuh lainnya. Subbagian dari sistem saraf tepi dan sistem saraf tepi adalah sistem somatik (yang menuju dan dari reseptor pada indra, otot, dan permukaan tubuh) dan sistem otonom (yang mengacu pada organ dan kelenjar internal. Dengan bantuan indera seseorang mengenali dunia sekitar mereka). Bagaimana seorang individu menyadari lingkungan hal yang berkaitan dengan persepsi, dikarenakan tak hanya sebagai pelindung saja melainkan memiliki peran lainnya yang

saling berkaitan dengan sistem saraf. Hal itu juga berkaitan dengan organ akhir yang berspesialisasi dalam menerima jenis rangsangan tertentu. Serabut saraf yang melayaninya adalah mediator yang mengangkut informasi sensorik dari organ indera ke otak, tempat sensasi diinterpretasikan. Beberapa sensasi rasa datang dari luar, seperti sentuhan, rasa, penglihatan, penciuman dan suara. Lainnya datang dari dalam, seperti lapar, haus dan sakit. Dalam semua kasus, serabut saraf sensorik dilengkapi dengan ujung khusus untuk mengumpulkan rangsangan dan sensasi unik ini hingga setiap orang melakukan kontak. Karena menjadi semakin umum, seperti mengecap dengan ujung saraf lidah, mendengar dengan saraf telinga, dan lainnya. Akan tetapi, sebenarnya otak mengevaluasi semua kendali yang terjadi di tubuh ini.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Mengapa pada lidah, saat kita merasakan suatu zat yang dirasa pahit, ditaruh pada bagian yang terasa manis, tetap terasa pahit?
2. Seberapa penting hormon bagi tubuh? bagaimana jika tidak ada hormon?
3. Bagaimana cara kerja sistem saraf pada manusia?
4. Mengapa otak besar disebut sebagai pusat saraf utama?
5. Bagaimana kinerja saraf saat kita merasa kenyang?

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, D, W. (2017). Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Multimedia Interaktif Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Siswa Pada Materi Sistem Indera Manusia (Doctoral dissertation, FKIP Unpas).
- Arianto, S., Sari, A. W., Akbar, H., Sulistiawati, F., Sylvia, D., Komara, N. K., . dan Asman, A. (2022). Teori dan Aplikasi Biomedik Dasar. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Bolon, C. M. T., Siregar, D., Kartika, L., Supinganto, A., Manurung, S. S., Sitanggang, Y. F., ... & Noradina, N. (2020). Anatomi dan Fisiologi untuk Mahasiswa Kebidanan. Yayasan Kita Menulis.
- Gardner, H. (2007). Lima jenis pikiran yang penting di masa depan. Gramedia Pustaka Utama.
- Kukus, Y., Supit, W., dan Lintong, F. (2009). Suhu tubuh: homeostasis dan efek terhadap kinerja tubuh manusia. *Jurnal Biomedik: JBM*, 1(2).
- Latifah, F., dan Iswari, R. (2013). Buku Pegangan Ilmu Pengetahuan Kosmetik. Gramedia Pustaka Utama.
- Makkasau, N., EDM, M., Sugiyarto, S. S. T., Hidayah, N., Ns, M. K., Praningsih, S., dan Keb, M. (2022). ILMU BIOMEDIK DASAR. RIZMEDIA PUSTAKA INDONESIA.
- Martanegara, I. F., Wijana, W., & Mahdiani, S. (2020). Tingkat Pengetahuan Kesehatan Telinga Dan Pendengaran Siswa Smp Di Kecamatan Muara Gembong Kabupaten Bekasi. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 5(4).
- Muliyawan, D. (2013). AZ tentang Kosmetik. Elex Media Komputindo.
- Nugrahaeni, A. (2020). Pengantar Anatomi Fisiologi Manusia. Anak Hebat Indonesia.
- Nurhakiky, S. M. (2015). Konsep Psikoterapi Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik).
- Pasiak, T. (2009). Unlimited potency of the brain: kenali dan manfaatkan sepenuhnya potensi otak anda yang tak terbatas. Mizan Pustaka.

- Permana, A., Agustin, A. N., Izzah, I. N., Azizah, N. N., Suci, S. E., Ruhdiana, T., dan Yuniarsih, N. (2022). Review Artikel: Rute Pemberian Terbaik dari Sistem Penghantaran Obat Menuju Sistem Syaraf Pusat dari Berbagai Rute Pemberian. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 17(3), 544-550.
- Prawitasari, J. E. (1995). Mengenal emosi melalui komunikasi nonverbal. *Buletin Psikologi*, 3(1), 27-43.
- Purba, T. G. B. (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Ibu-Ibu Tentang Perawatan Kulit Balitadi Posyandu Desa Pasaribu Kecamatan Doloksanggul Tahun 2017.
- Rapisa, D. R. (2019). Program Latihan Koordinasi Sensomotorik Bagi Anak Usia Dini Dan Anak Berkebutuhan Khusus. Deepublish.
- Roosita, K., dan Subandriyo, V. U. (2020). Fisiologi manusia. PT Penerbit IPB Press.
- SARI, D. R. D. D. I. (2019). Buku Ajar Teknologi Kosmetik. IRDH.
- Setiabudi, R. S., dan Eliyani, H. (2021). Anatomi veteriner organ sensorik. Airlangga University Press.
- Tambayong, J. (2001). Patofisiologi. EGC.
- Wardhani, S. P. R. (2019). Intisari Biologi Dasar: Diandra Kreatif. Diandra Kreatif.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 5: PERSEPSI

Fitriana, M.Pd., Kons & Dr. Netrawati, M.Pd, Kons

Sekolah Tinggi Agama Islam Al-Kifayah Riau & Universitas Negeri Padang

BAB 5

PERSEPSI

A. PENDAHULUAN

Dewasa ini, di era globalisasi Indonesia merupakan fase yang sangat urgent dalam peningkatan Sumber Daya Manusia (SDM), baik dari aspek ekonomi, budaya, pendidikan, sosial dan lainnya. Kondisi global yang dipenuhi dengan tantangan dan peluang memberikan suatu upaya untuk melejitkan potensi menuju SDM berkualitas. Selain itu, realitas global memberikan dampak bahwa jarak dan kondisi geografi bukan menjadi kendala dalam menjalin komunikasi.

Di era global saat ini, dunia begitu mudah dijangkau, tanpa batas dan semakin meluas. Arus global memberikan dampak kepada kondisi bangsa dan negara, baik secara individu maupun masyarakat, baik dalam bidang ekonomi, politik, sosial, budaya, pertahanan dan keamanan, agama, pendidikan dan lain-lain.

Dunia seakan tanpa batas, sehingga makin dekat dan menyebar luas. Arus globalisasi juga berpengaruh pada berbagai kondisi suatu bangsa dan negara, masyarakat bahkan individu dalam masyarakat. Misalnya dalam aspek ekonomi, politik, bidang sosial budaya, bidang pertahanan dan keamanan, agama, pendidikan, dan lain-lain.

Kondisi ini berkorelasi dengan adanya komunikasi yang semakin meluas dan tanpa jarak, melalui media sosial dan perkembangan teknologi, komunikasi terus terjalin antar individu atau kelompok dalam suatu negara tetap terjaga. Komunikasi dimulai dengan kegiatan memberikan persepsi, yakni proses penyatuan dan mengorganisir mengenai lingkungan

di sekitarnya, yang mempengaruhi cara berpikir, bersikap dan berperilaku. Banyaknya objek merangsang indera untuk bereaksi.

Persepsi merupakan proses kognisi bagi setiap individu melalui alat indera dalam proses memahami suatu informasi. Persepsi berkaitan erat dengan psikologi komunikasi, atau disebut sistem komunikasi interpersonal (Mubarak, 2001). Persepsi dapat berubah seiring dengan pengalaman individu (Matsumoto, 2004). Rangsangan dari luar (eksternal) disebut stimulus, sedangkan dorongan atau kehendak internal disebut proses kognisi (Shaleh, 2009).

Manusia sebagai pemimpin (khalifah fil ard'), makhluk terbaik di muka bumi, dengan segala kemudahan dan fasilitas yang dibawanya, salah satunya memiliki kemampuan kognitif untuk mengolah informasi, sehingga dapat berpikir, bersikap dan berperilaku. Keadaan behavior seseorang sangat dipengaruhi oleh bagaimana ia memaknai suatu peristiwa/objek, dengan kata lain mengumpulkan informasi, sehingga individu diperlakukan dari daya pemerolehan informasi yang sesuai dan tanpa gangguan, agar menghasilkan informasi tanpa adanya kendala.

Komunikasi dan persepsi memberikan umpan balik, salah satunya menyangkut peristiwa, keberhasilan komunikasi di sosial atau sebaliknya, terjadi konflik muncul dari perbedaan persepsi, yang diakibatkan misalnya perbedaan budaya, bahasa, sikap dan perilaku, dan sebagainya. Seseorang memiliki dua kemungkinan dalam interaksi sosial, atau memandang sesuatu, yakni sama pemahaman atau tidak sepaham. Kondisi tersebut, tergantung kepada individu dalam menanggapi/melihat sesuatu. Oleh karena itu, penting kiranya sebagai insan atau manusia di muka bumi memahami atau mempelajari persepsi.

B. PENGERTIAN PERSEPSI

Persepsi dalam Bahasa Inggris disebut *perception*, dalam Bahasa latin disebut *perceptio*; dari *percipere*, secara etimologi berarti menerima atau mengambil (Sobur, 2003; Sarwono, 2010). Persepsi merupakan pengalaman/makna dari suatu objek, peristiwa, hubungan yang diperoleh melalui melakukan simpulan informasi dan melakukan interpretasi/penafsiran pesan. Persepsi memberikan makna kepada rangsangan inderawi, seperti perasaan, kesadaran, perbandingan, untuk

dapat memahami jiwa/objek, pemahaman, gagasan, pengetahuan (knowledge), ide, konsep, kesan yang berkembang (Rahmat, 2002; Walgito, 2010).

Pengalaman individu terhadap suatu objek merupakan prasyarat dan berkorelasi dengan bagaimana seseorang mempersepsi suatu objek, termasuk pengalaman masa lampau (Chaplin, 2011:358). Adanya alat indera penglihatan dan pendengaran, stimulus oleh reseptor yang diterima, diteruskan ke otak atau pusat syaraf, diorganisasikan dan dimaknai sebagai proses psikologis (Sunaryo, 2004; Chaplin, 2011). Kondisi persepsi, secara sederhana adalah bagaimana seseorang memandang/memaknai suatu objek/kejadian tersebut.

Persepsi yaitu seperangkat proses untuk mengenal, adanya suatu pengorganisasian dan pemahaman melalui inderawi, diterima dari stimuli lingkungan, pengorganisasian digabungkan secara terorganisir data indera berkembang dengan sadar (*awareness*) dengan kondisi sekitar, dan internal dalam diri (Shaleh, 2009; Stenberg, 2008:105).

Melalui stimuli dilanjutkan dengan mengorganisasikannya, hingga bermuara pada cara bersikap dan berperilaku. *Perception gives meaning to disparate stimuli that first awaken consciousness* (Elliott 2000). *Perception is our experience of the sensory world. First he cherishes charm. Direct the receptors to your eyes, ears and hands* (Linzey, 1978)".

Fielman (1999) menyebutkan persepsi adalah proses konstruktif dengan kondisi penerimaan stimulus dan upaya memahami situasi (*Perception The constructive process of trying to construct meaningful situations beyond the stimulus presented*). Persepsi mengacu kepada cara kerja, rasa, selera, atau bau terkait apa yang terjadi (*Perception refers to what a creation sounds, feels, tastes and smells. In other words, perception can be defined as what a person experiences*) (Morgan, 1986:107).

Persepsi bermakna proses pemberian penafsiran terhadap informasi inderawi/proses diterimanya rangsang oleh indera sampai proses tersebut dimengerti (Suranto, 2010). Dengan kata lain proses pemberian arti, mengidentifikasi informasi sensoris untuk melakukan pemberian makna, *perception is the process by which a person interprets sensory stimuli* (King, 2010; Wittig, 1977).

Kondisi ini dimulai dengan individu mengenal diri sendiri dan lingkungan sekitar, melalui stimulus dikenal persepsi, diproses melalui indera yang diterima (Thoha,2011), sehingga terdapat persepsi secara baik atau positif, sebaliknya buruk atau negatif, dan berkorelasi dengan tindakan nyata (Sugihartono, dkk, 2007; Walgito, 2010). Persepsi bergantung pada informasi yang diterima (Pirsl, 2007). Melalui persepsi, adanya tanggapan, daya tangkap, atau pemahaman.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa persepsi adalah sebagai suatu proses pemberian makna atau pandangan atau dikatakan proses pengolahan informasi dari lingkungan, dimulai dengan stimulus dari indera individu, ditindaklanjuti oleh sistem saraf hingga melakukan pemberian arti/makna, penafsiran/interpretasi yang dihubungkan dengan indera sensorik dan pengalaman sebelumnya.

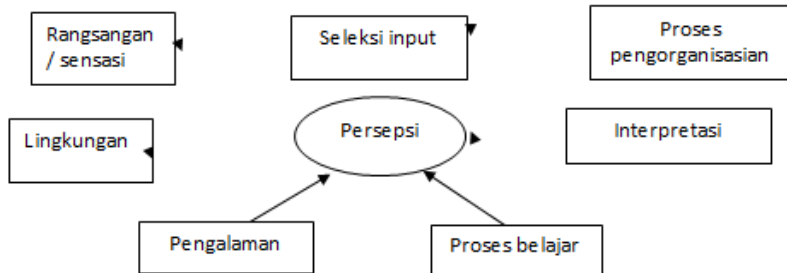
C. PROSES PERSEPSI

Menurut Thoha (2011) proses persepsi terbentuk di sekitar individu dimulai dengan adanya stimulus dan rangsangan yang ada, berlanjut kepada registrasi yakni suatu gejala mekanisme fisik berupa penginderaan dan kebutuhan (need) individu yang berpengaruh pada indera. Individu dapat mendengar/melihat informasi yang dikirimkan kepadanya, dan mendaftarkan semua informasi yang terkirim. Interpretasi merupakan suatu aspek kognitif dari persepsi yang sangat penting yaitu proses memberikan arti kepada stimulus yang diterima. Persepsi terjadi melalui pengurutan, pengorganisasian, dan interpretasi orang, objek, peristiwa, situasi, dan aktivitas (Wood,2013).

Proses perseptual juga dipengaruhi oleh pengalaman (*experience*), cakrawala dan pengetahuan (Allport, dalam Mar'at,1991). Persepsi adalah interpretasi yang ditangkap oleh individu melalui proses penerimaan dan interpretasi yang mengarah pada pola perilaku (Rahmat,2002). Makna dipengaruhi oleh lingkungan, budaya, pengalaman seperti agama, nilai, norma, adat istiadat dan tradisi (Yusuf,1991).

Atkinson, dkk (1983) menyebutkan salah seorang ahli Psikologi, Gestalt menawarkan penjelasan bahwa daya sensorik dalam mempersepsi dilakukan secara utuh, tidak terpisah. Proses persepsi oleh Verbeek (1978:51) dilakukan dengan penghayatan, contohnya dalam fenomena

persepsi meliputi adanya gambar dan latar belakang (*figures and background effects*). Individu dengan kognisi objek yang berbeda untuk proses perseptual meliputi perhatian selektif, bias selektif dan memori selektif (Twentino, 2013). Persepsi muncul ketika individu memilih situasi dan kondisi di sekitarnya (Sutrisno & Putranto, 2005). Proses observasi dilengkapi dengan bagan sebagai berikut.



Gambar 5.1. Proses Persepsi (Sumber, Damayanti, dalam Tiara, 2002:12)

D. SYARAT TERJADI PERSEPSI

Persepsi tidak terbentuk dengan sendirinya, melainkan terdiri dari beberapa syarat. Menurut Walgito (2010) syarat persepsi yakni 1) adanya suatu objek sebagai bentuk persepsi, 2) adanya organ indera atau reseptor dan 3) perhatian individu, melalui proses persepsinya (Walgito, 2010; Astori, 2019). Setiap orang pada dasarnya memberikan persepsi berbeda-beda terhadap suatu objek atau peristiwa, yang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Ini juga memunculkan persepsi tentang baik dan yang buruk.

Selain yang dikemukakan di atas syarat lainnya menurut Sunaryo (2004) yaitu saraf sensorik yang berperan dalam menerima stimulus ke otak dan melakukan suatu tanggapan/respon. Persyaratan perseptual berdasarkan pendapat di atas terdiri dari objek yang dipersepsi, adanya organ indera serta perhatian (*attention*) individu, sehingga dapat dikatakan bahwa persepsi tidak terjadi begitu saja, dan beberapa kondisi ini merupakan bagian dari awal munculnya persepsi.

E. JENIS PERSEPSI

Persepsi merupakan cara seseorang memilih, mengatur, dan menafsirkan stimulus yang datang pada dirinya melalui indera, mengubahnya menjadi gambar objek yang memiliki kebenaran subjektif dan memiliki arti bersifat spesifik. Aspek yang membentuk persepsi adalah pengetahuan, harapan dan evaluasi (*evaluation*) (Firdayanti,2012). Adapun jenis persepsi menurut Soekanto (2005), yaitu:

1. Persepsi Auditori

Persepsi auditori yakni suatu pengamatan dalam mempersepsi melalui penginderaan. Persepsi pendengaran didapatkan dari indera pendengaran yaitu telinga. Seorang pria atau wanita mampu mempersepsikan sesuatu dari apa yang mereka dengar. Persepsi auditori terbagi menjadi 5 macam, yaitu 1) kesadaran fonologis, diskriminasi auditoris, 2) memori pendengaran, 3) pengurutan pendengaran merupakan skill untuk mengingat urutan hal-hal yang dikomunikasikan dalam bentuk verbal, dan 5) perpaduan auditoris.

2. Persepsi visual. Bentuk lain dari persepsi dalam persepsi adalah melihat. Melihat tidak hanya mencakup elemen fisik, tetapi juga elemen psikologis seperti perhatian, interpretasi, dan penyimpanan. Ada lima jenis persepsi visual, yaitu:

- a. Hubungan spasial (*spatial relation*) mengacu pada persepsi tentang posisi berbagai objek dalam ruang. Dimensi aktivitas visual ini berarti mempersepsikan letak suatu objek atau simbol (gambar, huruf, angka) dan hubungan spasial yang sesuai dengan lingkungannya.
- b. Diskriminasi visual, berarti kemampuan untuk membedakan suatu objek dari objek yang lain. Misalnya dalam tes belajar, ketika individu diminta menemukan gambar kelinci yang bertelinga satu dari sederetan kelinci yang bertelinga dua.
- c. Diskriminasi bentuk dan latar belakang, bermakna pada skill memilah perbedaan suatu objek dari latar belakang sekitarnya. Individu terkadang dengan kekurangannya di area ini tidak bisa fokus pada suatu objek karena di sekeliling objek tersebut ikut mempengaruhi perhatiannya.

- d. *Visual closure*, menunjuk pada skill mengingat dan mengenali suatu objek meskipun objek tersebut tidak diperlihatkan secara menyeluruh. Misalnya seseorang mampu membaca kalimat secara utuh walaupun ada juga yang ditutup. Baginya, cukup kata atau huruf sudah cukup sebagai petunjuk untuk memecahkan problem di bagian kalimat lain.
- e. Pengenalan objek (*object recognition*), mengacu kepada skill untuk mengenali karakteristik objek yang berbeda ketika melihatnya. Pengenalan mencakup berbagai bentuk misalnya berbagai bentuk geometris, hewan, huruf, angka, kata, dan lain-lain.

Parek (1984) mengemukakan bahwa selain indera di atas, terdapat jenis-jenis persepsi berikut ini, yaitu persepsi lainnya yaitu perabaan yakni melalui indera perabaan seperti kulit, penciuman melalui indera penciuman yakni hidung, mempersepsi dari apa yang dicium dan pengecapan yaitu melalui apa yang di kecap atau dirasakan.

Berbagai kondisi perseptual yang disebutkan di atas, dapat disimpulkan dari jenis sensasi visual, audio, perabaan, penciuman serta pengecapan. Kondisi ini secara tidak langsung terus menjadi dinamika yang secara berulang terjadi di dalam kehidupan manusia.

F. FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERSEPSI

Persepsi dibentuk oleh pengaruh beberapa faktor antara lain pengalaman pribadi, harapan dan pengetahuan seseorang (Notoatmodjo, 2005). Melalui bantuan persepsi dapat membedakan perspektif antar individu dengan individu lain. Kondisi perseptual juga dipengaruhi oleh faktor perhatian, pola pikir, kebutuhan, sistem nilai, tipe kepribadian, gangguan kejiwaan (Sarwono, 2010). Faktor internal lainnya menurut Rakhmat (2007) yaitu biologis, sosiopsikologis, motif sociogenesis, sikap, kebiasaan dan kemauan. Kemudian faktor eksternal lain seperti gerakan, intensitas stimuli, kebaruan (*novelty*), dan pengulangan.

Selanjutnya, faktor yang mempengaruhi persepsi individu diantaranya pelaku persepsi, objek atau target, dan situasi, konteks objek atau peristiwa akibat adanya unsur-unsur yang mempengaruhi persepsi terhadap lingkungan (Robbins, 2002). Faktor-faktor yang mempengaruhi

persepsi adalah 1) internal, seperti fisiologi, perhatian, minat, kebutuhan yang searah, pengalaman dan ingatan serta suasana hati dan 2) eksternal, seperti ukuran dan penempatan dari objek atau stimulus, warna dari objek, keunikan dan kontras stimulus, dan motion atau gerakan.

Persepsi lebih bersifat psikologis daripada sekedar penginderaan saja, dengan kondisi faktor dipengaruhi oleh perhatian, ciri-ciri rangsang, nilai dan kebutuhan individu, pengalaman, suasana hati (*mood*), sistem dan metabolisme dalam tubuh, pengalaman, nilai, serta bentuk-bentuk stimulus yang berpengaruh kepada proses selektif terhadap stimulus (Sholeh, 2009:128). Selain itu proses belajar (*learning*), *personality* dan motivasi (Thoha, 2011). Persepsi menurut seseorang menurut Notoatmodjo (dalam Bustan (2015) dipengaruhi oleh pengalaman, harapan, dan pengetahuan.

Hal ini senada dengan Krech & Crutchfield, dalam Sobur (2003:406) bahwa faktor yang mempengaruhi persepsi terdiri 1) faktor fungsional, yang dihasilkan dari kebutuhan, kegembiraan (suasana hati), pelayanan, dan pengalaman masa lalu, 2) faktor struktural, seperti timbul atau dihasilkan dari bentuk stimuli dan efek netral yang ditimbulkan pada system syaraf individu, 3) faktor situasional, yakni bahasa nonverbal. 4) faktor personal Faktor personal ini terdiri atas pengalaman, motivasi dan kepribadian.

Faktor yang mempengaruhi perkembangan persepsi seseorang selain itu yakni 1) keadaan psikologis, misalnya warna putih bagi seseorang terlihat indah, akan dirasakan menakutkan bagi orang yang fobia warna putih, 2) keluarga, kondisi keluarga berpengaruh terhadap cara anak memahami dan melihat dunia, cara bersikap, berperilaku yang diturunkan pada generasi, 3) budaya, bahwa kebudayaan dan lingkungan berpengaruh dengan cara pandang suatu masyarakat (Rivai & Mulyadi, 2012).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi persepsi beragam dan memiliki berbagai macam aspek, diantaranya internal seperti biologis, sosio psikologis, motif sosio genesis, sikap, kebiasaan dan kemauan. Kemudian faktor eksternal lain seperti gerakan, intensitas stimuli, kebaruan (*novelty*), dan pengulangan, perhatian, minat, kebutuhan yang searah, pengalaman dan ingatan serta

suasana hati, dan eksternal seperti ukuran dan penempatan dari objek atau stimulus, warna dari objek, keunikan dan kontras stimulus, dan motion atau gerakan, factor situasional dan faktor struktural, dan lain-lain.

G. RANGKUMAN MATERI

Berdasarkan ulasan di atas dapat dirangkum bahwa persepsi pada hakikatnya proses menanggapi, adanya kognitif yang dialami setiap orang, di dalam memahami informasi tentang lingkungannya, melalui indera penglihatan, pendengaran, penghayatan, perabaan, penciuman, ataupun perasaan, berlanjut kepada sistem saraf hingga melakukan pemberian arti/makna, penafsiran/interpretasi yang dihubungkan dengan indera sensorik dan pengalaman sebelumnya.

Persepsi terbentuk dimulai dengan adanya stimulus dan rangsangan yang ada di sekitar individu, berlanjut kepada registrasi yakni suatu gejala mekanisme fisik berupa penginderaan dan syarat seseorang yang berpengaruh melalui alat indera yang dimilikinya, dan syarat adanya persepsi seperti objek, adanya alat indera, serta perhatian. Berbagai jenis persepsi yakni visual, audio, perabaan, penciuman serta pengecapan. Kondisi ini secara tidak langsung terus menjadi dinamika yang secara berulang terjadi di dalam kehidupan manusia.

Faktor yang mempengaruhi persepsi 1) internal seperti biologis, sosio psikologis, motif sociogenesis, sikap, kebiasaan dan kemauan dan 2) eksternal lain seperti gerakan, intensitas stimuli, kebaruan (novelty), dan pengulangan, perhatian, minat, kebutuhan yang searah, pengalaman dan ingatan serta suasana hati, dan eksternal seperti ukuran dan penempatan dari objek atau stimulus, warna dari objek, keunikan dan kekontrasan stimulus, dan motion atau gerakan, selain itu faktor struktural, dan situasional, dan lain sebagainya.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Jelaskan apa saja faktor yang mempengaruhi persepsi individu!
2. Sebutkan dan jelaskan syarat terjadinya persepsi!
3. Jelaskan urgensi memahami persepsi di era society 5.0!

4. Analisis proses terbentuknya dan faktor yang mempengaruhi persepsi, sehingga adanya sikap dan perilaku yang membedakan meaning antar individu!
5. Bagaimana peran saudara dalam upaya peningkatan SDM dalam kaitan dengan persepsi di masyarakat, baik secara langsung atau tidak langsung seperti media social!

DAFTAR PUSTAKA

- Astori. (2019). *Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidisipliner*. Purwokerto: CV Pena Persada.
- Atkinson, et al. (1983). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Bustan, R. (2015). Persepsi Dewasa Awal Mengenai Kursus Pranikah. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 3 (1), 82-94.
- Chaplin J.P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh Kartini Kartono. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Chaplin, J. P. (2008). *Kamus Psikologi Lengkap*. Jakarta: PT Raja Grafindo
- Elliot, S.N dkk. (2000). *Educational Psychology: Effective Teaching, Effective Learning*. Singapore: McGraw-Hill Bookco.
- Fieldman, Robert S. (1999). *Understanding Psychology*. Singapore: McGraw Hill College
- Firdayanti, R. (2012). Persepsi Risiko Melakukan E-Commerce dengan Kepercayaan Konsumen Dalam Membeli Produk Fashion Online, *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1 (1), 1-7.
- King., Laura A. (2010). *Psikologi Umum, Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika
- Mar'at. (1991). *Sikap Manusia Perubahan serta Pengukurannya*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Matsumoto, D. (2004). *Pengantar Psikologi Lintas Budaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Morgan, Clifford T. (1986). *Introduction to Psychology*. Singapore: McGraw-Hill Book Co
- Mubarok, Achmad. (2001). *Psikologi Dakwah*. Jakarta: Pustaka Pirdaus.
- Parek. (1984). *Metode Belajar dan Kesulitan-kesulitan Belajar*. Bandung: Tarsito
- Pirsl, E., Stimac, M. O, Bulian, A. P. (2007). *The Attitudes Of Students And Teachers Toward Civic Education And Human Rights*.
- Prasilika, Tiara. *Studi Persepsi Risiko Keselamatan Berkendara serta Hubungannya dengan konsep Locus of Control pada Mahasiswa FKM UI yang mengendarai Motor tahun 2007. Program S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia*. Depok.

- Rahmat., Jalaludin. (2002). *Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi.
- Rahmatullah. (2014). *Persepsi Mahasiswa terhadap Pengguna Produk Helm Merek GM (Studi Kasus pada Mahasiswa Jurusan Administrasi Bisnis)*. Palembang: Polstri.
- Rivai, V & Dedi Mulyadi. (2012). *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. Edisi ketiga, Jakarta: Rajawali Pers.
- Robbins, Stephen. (2002). *Perilaku Organisasi*, (Alih bahasa Hadyana Pujaatmaka dan Benyamin Molan), Pennsylvania State University.
- Sarwono, Sarlito W. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Shaleh, Abdul Rahman. (2009). *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Kencana.
- Sobur, Alex. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Soekanto, Soerjono. (2005). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Stenberg, J Robert. (2008). *Psikologi Kognitif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Pers.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Suranto. (2010). *Komunikasi Sosial Budaya*. Yogyakarta, Graha Ilmu.
- Sutrisno, Mudji dan Hendar Putranto. (2005). *Teori-Teori Kebudayaan*. Yogyakarta.
- Thoha, Miftah. (2011). *Perilaku Organisasi, Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Rajawali Pers. Jakarta.
- Twentinio, Irenes. (2013). *Persepsi Pelanggan Terhadap Pengguna Speedy Jaringan Broadband Ready*. Palembang: Polstri.
- Verbeek, H.Th, M, (1978). *Pengamatan*. Yogyakarta: Penerbitan Yayasan Kanisius.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset
- Wittig, Arno F. (1977). *Introduction to Psychology*. USA: McGraw-Hill
- Wood, Julia. T (2013). *Komunikasi Interpersonal: Interaksi Keseharian* (Edisi 6). Salemba Humanika: Jakarta.
- Yusmar Yusuf. (1991). *Psikologi Antarbudaya*. Bandung: Remaja Rosdakarya.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 6: GEJALA-GEJALA KOGNITIF

Chelsi Ariati, S.Pd.

SMAN 8 Mandau

BAB 6

GEJALA-GEJALA KOGNITIF

A. PENDAHULUAN

Gejala kognitif merupakan bagian dari proses mental dan dapat dipahami sebagai proses penilaian keadaan/gejala yang terjadi dalam diri individu dan merupakan kekuatan pendorong di balik perilaku manusia. Mental dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk menerima, mengelola, dan bereaksi terhadap informasi. Proses mental dilihat berdasarkan gejala kognitif, gejala afektif, dan gejala konasional. Kognitif berasal dari kata “cognitive” yang berarti sesuatu tentang pengamatan. Dalam psikologi, kognisi adalah salah satu gejala jiwa manusia. Kognisi adalah gejala kognitif yang terdiri dari observasi, respon asosiatif, persepsi, memori, imajinasi, penalaran, dan penilaian kecerdasan. Kognisi dipahami sebagai proses mental karena kognisi mencerminkan pemikiran dan tidak dapat diamati secara langsung. Oleh karena itu, kognisi tidak dapat diukur secara langsung, tetapi melalui perilaku yang ditampilkan dan dapat diamati. Misalnya, kemampuan anak untuk mengingat angka dari 1 hingga 20, atau kemampuannya memecahkan teka-teki, atau kemampuannya menilai perilaku yang patut dan tidak boleh ditiru. Gejala-gejala kognitif yang akan dibahas pada bagian ini hanya berupa memori (ingatan), persepsi, intelegensi dan belajar.

B. MEMORI (INGATAN)

Memori adalah kemampuan untuk memasukkan (mempelajari), menyimpan (mempertahankan), dan membawa kembali (mengingat) masa lalu. Istilah lain yang juga biasa digunakan untuk encode

(memasukkan), store (penyimpanan), dan regenerate (pencarian) (Nofindra,2018). Jika seseorang memiliki persepsi atau pengalaman, apa yang mereka rasakan atau alami tidak hilang sama sekali, tetapi dapat disimpan dalam ingatan dan diputar ulang di alam kesadaran sesuai kebutuhan (Saleh, 2018).

Di sisi lain, menurut Warsah & Darumi (2021, hlm. 91), ingatan adalah kekuatan jiwa untuk menerima, menyimpan, dan mereproduksi kesan. Memori adalah penyimpanan hal-hal yang diketahui atau dialami untuk dihapus dan digunakan kembali nanti. Tanpa memori, hampir tidak mungkin untuk mempelajari apa pun.

Ingatan adalah daya jiwa untuk menerima, menyimpan, dan mereproduksi kesan Warsah & Darumi (2021, hlm. 91), berkaitan dengan kemampuan manusia untuk mengingat, menyimpan, dan menghasilkan pengalaman. Karena jenis memori tidak sama untuk setiap orang, jenis memori dikategorikan sebagai berikut:

- Penyimpanan sederhana dan cepat:
Seseorang dengan memori ini menyimpan dan mengingat kesan dengan cepat dan mudah.
- Memori yang luas dan solid:
Pada saat yang sama, kita dapat menerima banyak kesan dan luas.
- Memori setia:
Waktu telah meninggalkan kita dengan kesan yang kita terima tetapi tidak berubah.
- Memori tunduk:
Kesan yang dihafal dapat segera dihasilkan (Muhibbin,2011 dalam Warsah & Darumi,2021, hal. 91).

Tahapan Memori (Memory) Sebelum seseorang dapat mengingat informasi atau peristiwa dari masa lalu, beberapa tahapan harus dilalui sebelum memori dapat dipanggil kembali. Atkinson (1983) telah menunjukkan bahwa psikolog membagi memori menjadi tiga tahap.

- Masukkan pesan ke dalam memori (enkripsi).
- Penyimpanan memori (*storage*).
- Mengingat.

Ingatan adalah kekuatan jiwa untuk menerima, menyimpan, dan menghasilkan kesan. Berdasarkan pemahaman para ahli tentang memori, kita dapat menyimpulkan bahwa tindakan mengingat setidaknya melibatkan tiga komponen: penerimaan kesan, memori, dan generasi. Namun, ada beberapa faktor lain yang terlibat dalam proses memori. Deskripsi elemen proses dan memori berikut secara lebih rinci. Seseorang dapat mengingat peristiwa dan kesan. Artinya, peristiwa atau kesan yang dikenang itu pernah dialami, yaitu peristiwa itu memasuki jiwa seseorang, diingat, dan pada suatu saat menjadi peristiwa yang menjelma menjadi kesadaran. Dengan kata lain, memori adalah keterampilan yang berkaitan dengan:

- kemampuan menerima atau memasukkan (belajar);
- storage (simpan) dan
- Reclaiming (mengingat) masa lalu (Woodworth dan Marquis, 1957 dalam Saleh, 2018, hlm. 67).

Telah dikatakan bahwa salah satu masalah yang ingin dijelaskan oleh psikologi tentang ingatan adalah bagaimana seseorang dapat memasuki pengalaman yang dialami dengan baik, mengingatnya, dan mengucapkannya dengan tepat. Beberapa penelitian tentang ingatan yang berusaha menjawab bagaimana cara mengingat sesuatu dengan baik tersirat dan diungkapkan dalam beberapa teori yang dikemukakan oleh para ahli sebagai berikut.

- Metode yang mempertimbangkan waktu belajar atau usaha belajar (study time method)
Metode ini merupakan metode penelitian memori yang mempertimbangkan waktu yang dibutuhkan S (subjek) untuk dapat menguasai apa yang telah dipelajarinya dengan baik, misalnya untuk dapat mengambil kembali materi tanpa kesalahan.
- Metode pelatihan ulang
Metode ini merupakan metode formal yang memerlukan pembelajaran ulang materi yang dipelajari sebelumnya dengan standar tertentu, mirip dengan subjek yang dipelajari untuk pertama kalinya.

- **Prosedur rekonstruksi**
Metode ini merupakan metode cetakan, dimana subjek diminta untuk merekonstruksi suatu materi yang diberikan. Tema konstruksi dapat menghabiskan waktu, kesalahan dibuat sesuai dengan kriteria tertentu.
- **Metode deteksi**
Dengan cara ini formulir ditarik dengan pengenalan ulang. Subjek diminta untuk mempelajari sesuatu yang penting kemudian diberikan materi untuk melihat seberapa baik subjek dapat mengingat dalam bentuk pilihan benar atau salah atau pilihan ganda. Tersedia dalam format pilihan ganda dari beberapa kemungkinan jawaban.
- **metode panggilan balik**
Dalam metode ini, subjek diminta untuk mengingat kembali apa yang telah dipelajarinya. Misalnya, minta penguji untuk menulis esai atau mengisi bidang. Tes dalam bentuk esai atau entri adalah semacam metode pengingat.
- **Metode asosiasi berpasangan**
Dalam metode ini, subjek diminta untuk mempelajari materi secara berpasangan. Untuk menguji seberapa baik kemampuan subjek untuk mengingat kembali apa yang telah dipelajarinya digunakan, kami menggunakan pasangan sebagai rangsangan untuk evaluasi dan meminta subjek untuk mempresentasikan pasangan mereka sendiri.

C. PERSEPSI

Saleh (2018: 79), persepsi adalah proses yang didahului oleh proses persepsi, proses dimana seorang individu menerima rangsangan melalui inderanya, disebut juga proses sensorik. Namun proses tersebut tidak berhenti begitu saja, rangsangan terus berlanjut dan proses selanjutnya adalah proses perseptual. Persepsi adalah proses seketika atau kimiaawi yang melibatkan organ indera yang memodulasi dan menginterpretasikan sensasi untuk memberi makna pada lingkungan sekitar (Warsah & Darumi, 2021, hlm. 86). Perilaku individu sering didasarkan pada persepsi realitas daripada realitas itu sendiri.

Persepsi, di sisi lain, menurut Davidoff (dalam Warsah & Darumi, 2021, hlm. 86), adalah stimulus yang dirasakan, diatur, dan diinterpretasikan oleh individu sedemikian rupa sehingga memungkinkan dia untuk memahami dan memahami apa yang sedang terjadi. dirasakan. Seorang individu dapat memiliki kognisi jika mereka memiliki objek, sensasi (reseptor), dan perhatian. Contoh persepsi adalah perasaan bahwa meja itu kasar, yaitu kita menyentuhnya.

Persepsi terjadi ketika seseorang menerima rangsangan dari dunia luar, yang ditangkap oleh organ aksesori dan masuk ke otak. Di sinilah proses berpikir berlangsung dan pada akhirnya memanifestasikan dirinya dalam pemahaman. Pemahaman ini kurang lebih disebut persepsi. Untuk kejelasan, berikut adalah tiga komponen utama dari proses persepsi.

Proses perseptual tidak dapat dipisahkan dari proses perseptual, dan proses perseptual merupakan pendahulu dari proses perseptual. Proses perseptual terjadi setiap kali individu menerima stimulus melalui indera. Mata sebagai alat penglihatan, telinga sebagai alat pendengaran, hidung sebagai alat penciuman, lidah sebagai alat pengecap, dan kulit telapak tangan sebagai alat peraba.

- Seleksi, adalah proses penyaringan indera terhadap rangsangan eksternal, yang mungkin banyak atau sedikit intensitas dan jenisnya.
- Interpretasi, ini adalah proses pengorganisasian informasi dengan cara yang berarti bagi seseorang. Penafsiran dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain: pengalaman sebelumnya, asumsi sistem nilai, motivasi, kepribadian, dan kecerdasan. Interpretasi juga tergantung pada kemampuan individu untuk mengkategorikan informasi yang diterimanya, proses mereduksi informasi yang kompleks menjadi informasi yang sederhana.
- Penafsiran dan persepsi diterjemahkan ke dalam tindakan sebagai reaksi (Warsah & Darumi, 2021, hlm. 87).

Pernyataan di atas sesuai dengan definisi Leavitt (dalam Warsah & Darumi, 2021, hlm. 86) dalam arti sempit bahwa persepsi adalah penglihatan, cara seseorang melihat sesuatu. Namun menurut Saleh (2018, hlm. 79), persepsi adalah suatu proses yang didahului oleh proses persepsi, yaitu proses dimana seorang individu menerima rangsangan melalui

indera, disebut juga proses sensorik. Tegasnya, persepsi terjadi ketika seseorang menerima rangsangan dari dunia luar, yang diambil oleh organ aksesori dan ditransmisikan ke otak.

Proses persepsi tidak dapat dipisahkan dari proses persepsi, dan proses ini merupakan cikal bakal dari proses persepsi. Proses perseptual terjadi setiap kali individu menerima stimulus melalui indera. Yaitu mata sebagai alat penglihatan, telinga sebagai alat pendengaran, hidung sebagai alat penciuman, lidah sebagai alat pengecap, dan kulit telapak tangan sebagai alat peraba, yang kesemuanya digunakan untuk menerima rangsangan dari luar. dia. Selanjutnya, ketika orang menggunakan indra mereka, mereka mempersepsikan ketika mereka memproses di otak mereka. Proses ini berupa proses berpikir yang pada akhirnya memanifestasikan dirinya dalam pemahaman, dan pemahaman itu kurang lebih disebut persepsi.

Sedangkan menurut Saleh (2018, hlm. 82), proses perseptual dapat dijelaskan sebagai berikut. Sebuah objek memicu stimulus, dan stimulus mengenai organ sensorik atau reseptor. Harus dikatakan bahwa objek dan stimulus adalah hal yang berbeda, tetapi ada kalanya objek dan stimulus menjadi satu, seperti ketika pikiran tertekan. Ada perasaan tertekan karena benda sebagai benda mengenai kulit secara langsung. Demi penjelasan, proses persepsi terdiri dari beberapa proses yang berbeda, yang dijelaskan di bawah ini.

- **Proses Kealaman/Fisik**
Proses kemalaman atau proses fisik merupakan pemrosesan stimulus yang dilakukan oleh alat indera.
- **Proses Fisiologis**
Selanjutnya, stimulus yang diterima oleh alat indera diteruskan oleh syaraf sensoris ke otak dan disebut sebagai proses fisiologis.
- **Proses Psikologis**
Kemudian, terjadilah proses di otak sebagai pusat kesadaran sehingga individu menyadari apa yang dilihat, atau apa yang didengar, atau apa yang diraba. Proses yang terjadi di dalam otak atau dalam pusat kesadaran inilah yang disebut sebagai proses psikologis.

Dari sini kita dapat menyimpulkan bahwa saraf terakhir dari proses persepsi terletak pada kesadaran individu tentang apa yang mereka lihat, dengar, atau sentuh, yaitu rangsangan yang ditransmisikan melalui indera mereka, misalnya. Proses ini merupakan proses akhir dari persepsi, yaitu persepsi yang sebenarnya. Tanggapan yang dihasilkan dari persepsi dirasakan dengan cara yang berbeda oleh individu.

Seperti yang telah disebutkan, persepsi, terutama selama tahap interpretatif, dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Saleh (2018, hlm. 80-85), beberapa faktor yang dapat mempengaruhi persepsi tersebut adalah: objek atau rangsangan yang dirasakan; organ sensorik atau saraf yang merupakan saraf fisiologis dan sistem saraf pusat. Perhatian, yang merupakan saraf psikologis.

Benda tersebut menimbulkan rangsangan yang mengenai organ sensorik atau reseptor. Rangsangan dapat datang dari luar individu yang mempersepsikan, tetapi dapat juga berasal dari dalam individu yang terkena, bekerja langsung pada saraf penerima yang bertindak sebagai reseptor, datang dari luar.

Tentu saja, ada begitu banyak objek yang terlihat, yaitu segala sesuatu di sekitar orang. Orang itu sendiri juga bisa menjadi objek persepsi. Seseorang yang menjadikan dirinya sebagai objek persepsi disebut self-perceiving atau self-perceiving. Objek persepsi dapat dibedakan menjadi objek non-manusia dan objek manusia. Objek persepsi yang berwujud manusia disebut juga persepsi orang atau persepsi sosial, sedangkan persepsi oleh objek non-manusia sering juga disebut persepsi non-sosial atau persepsi faktual.

D. INTELEGENSI

Selanjutnya Saleh (2018), istilah intelegensi berasal dari bahasa latin *intelligentre*, yang berarti mengorganisasikan, menghubungkan, atau menghubungkan (*organize, associate, combine*). Menurut Stren, kecerdasan adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi baru dengan menggunakan alat berpikir dengan cara yang ditargetkan.

Selanjutnya menurut Warsah & Darumi (2021, hlm. 93), kecerdasan adalah kemampuan jiwa untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru dengan cara berpikir sesuai dengan tujuannya. Karena pendapat Stren

tentang kecerdasan merupakan salah satu definisi yang paling banyak digunakan oleh para ahli, maka dapat disebut: Generalisasi kemampuan beradaptasi dan kemampuan berpikir. Namun ahli lain, Freeman (dalam Saleh, 2018, hlm. 86), berpendapat bahwa kecerdasan adalah kapasitas individu yang terdiri dari:

- Kemampuan untuk mengintegrasikan pengalaman atau kemampuan untuk mengintegrasikan pengalaman;
- kemampuan belajar atau kemampuan belajar;
- kemampuan untuk melakukan tugas yang oleh psikolog dianggap cerdas, atau kemampuan untuk melakukan tugas (menurut psikolog); dan
- Kemampuan berpikir abstrak atau berpikir abstrak (teoritis).

Menurut Warsah & Darumi (2021, hlm. 97-98), faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan adalah bawaan, kedewasaan, pendidikan, minat dan sifat khusus, serta kebebasan, yang diuraikan sebagai berikut:

- **Pembawaan**
Bawaan ditentukan oleh kualitas dan sifat yang dibawa sejak lahir. Kapasitas kita terbatas pada kemampuan kita untuk memecahkan masalah. Pertama-tama, itu adalah sifat kita. Beberapa orang tua cerdas, beberapa orang tua bodoh. Meskipun pelatihan yang sama dan pengajaran yang sama, perbedaan tetap ada.
- **Kematangan**
Semua organ tubuh manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Setiap organ (fisik atau psikologis) dikatakan telah matang ketika memperoleh kemampuan untuk menjalankan fungsinya masing-masing. Anak-anak masih terlalu sulit baginya untuk memecahkan masalah tertentu. Organ tubuh dan fungsi mentalnya masih belum matang. Kedewasaan sangat erat kaitannya dengan usia.
- **Pembentukan**
Pendidikan adalah segala keadaan di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan. Anda dapat membedakan antara cetakan yang disengaja (seperti sekolah) dan yang tidak disengaja (pengaruh lingkungan).

- **Minat dan Pembawaan Khas**

Minat mengarahkan tindakan ke arah tujuan dan merupakan kekuatan pendorong di balik tindakan itu. Manusia memiliki impuls (motif) yang merangsangnya untuk berinteraksi dengan dunia luar. Motivasi untuk menggunakan dan menjelajahi dunia luar (motivasi untuk memanipulasi dan mengeksplorasi) dengan memanipulasi dan menjelajahi dunia luar, secara bertahap kita akan mengembangkan minat terhadap sesuatu. Apa yang membuat seseorang tertarik mendorongnya untuk berbuat lebih banyak dan lebih baik.

- **Kebebasan**

Kebebasan berarti bahwa seseorang dapat memilih jalan. Metode khusus untuk memecahkan masalah. Orang bebas memilih metode mereka, dan mereka bebas memilih masalah mereka sesuai keinginan mereka. Adanya kebebasan ini berarti bahwa kepentingan tidak serta merta menjadi syarat tindakan yang cerdas. Beberapa berpendapat bahwa gangguan pikiran adalah gejala paling umum yang menunjukkan kemungkinan tumpang tindih antara gejala internalisasi dan eksternalisasi/gangguan gangguan pikiran dan tekanan mental non-spesifik.

Kekuatan sendiri menitikberatkan pada persoalan inteligensi menyangkut soal mengadaptasi atau menyesuaikan diri dengan masalah yang dihadapinya. Orang pintar memecahkan masalah baru lebih cepat daripada orang tidak pintar. Seperti yang dinyatakan Thorndyke dalam teori multifaktorialnya, kecerdasan terdiri dari faktor-faktor, dan faktor-faktor terdiri dari unsur-unsur, dan setiap unsur terdiri dari atom-atom, dan setiap atom adalah hubungan stimulus-reaksi. Kegiatan yang saling berhubungan.

Dijelaskan bahwa semua individu berbeda dalam hal kecerdasan. Karena perbedaan kecerdasan, individu tidak sama-sama mampu memecahkan masalah yang dihadapinya. Kecerdasan adalah kemampuan mental untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru melalui penggunaan pemikiran yang tepat (Warsah &ijji, 2021, hlm. 93).

Menurut Thorndike (dalam Warsah & Darumi, 2021, hlm. 95) kecerdasan mencakup seperangkat keterampilan seperti:

- Kemampuan untuk berpikir abstrak, yaitu bekerja dengan ide dan simbol.
- Keterampilan intelektual mekanik, yaitu kemampuan bekerja dengan benda mekanik dan keterampilan motorik.
- Keterampilan intelektual sosial, kemampuan untuk membangun keintiman dan mempengaruhi orang lain.

Menurut Thurston (dalam Warsah & Darumi, 2021, hlm. 95), kecerdasan adalah seperangkat kemampuan mental primer, yang terdiri dari tujuh jenis.

- Kemampuan memahami angka;
- Kemampuan kefasihan berbicara;
- Kemampuan verbal meaning;
- Kemampuan mengingat (asosiasi);
- Kemampuan pemahaman ruang;
- Kemampuan kecepatan memahami.
- Kemampuan untuk menurunkan aturan dari informasi yang diberikan

E. BELAJAR

Gejala Kognitif Terakhir, Saleh (2018:93) menjelaskan bahwa belajar merupakan istilah umum dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini karena sangat familiar dengan pelajaran ini, seolah-olah orang sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan belajar. Belajar adalah suatu kegiatan yang dapat mengubah dan mengembangkan seluruh potensi manusia: pengetahuan, sikap, keterampilan, emosi. Kegiatan belajar dapat dilakukan dimana saja, dengan sengaja (selanjutnya disebut belajar atau mengajar), seperti di sekolah, atau tidak sengaja, seperti di masyarakat. Tetapi jika Anda bertanya pada diri sendiri, Anda dapat memikirkan dan menemukan jawaban atas apa arti belajar yang sebenarnya. Mungkin jawaban atas pertanyaan ini akan mendapat jawaban yang berbeda. Hal ini bisa terjadi karena belajar merupakan salah satu gejala jiwa atau proses mental manusia, otomatis kita mulai belajar untuk bertahan hidup.

Dari definisi ini kita dapat menyimpulkan bahwa belajar adalah proses bertahap dari adaptasi perilaku. Ini berarti bahwa hasil belajar bersifat inkremental. Artinya sebagai hasil belajar sifat kemajuan, kita cenderung sempurna atau lebih baik dari keadaan kita sebelumnya. Berikut ini dibahas belajar sebagai salah satu gejala kejiwaan mendasar yang sangat penting dan telah mendapat banyak perhatian tidak hanya dari bidang psikologi, tetapi juga dari para ahli di bidang lain seperti pendidikan, manajemen sumber daya manusia, dll. Memberikan berbagai penjelasan. Menurut Skinner (dalam Saleh, 2018, hal. 94) Belajar adalah proses adaptasi perilaku secara bertahap. Artinya, mereka mengalami adaptasi secara bertahap sebagai hasil dari proses belajar. Artinya, ia cenderung berubah ke arah yang lebih baik atau lebih lengkap dari keadaan sebelumnya.

Sementara itu menurut Hilgrad & Bower (dalam Asrori, 2020, hlm. 128) pengertian belajar adalah memperoleh pengetahuan atau menguasai pengetahuan melalui pengalaman, mengingat, menguasai pengalaman, dan mendapatkan informasi atau menemukan. Dengan demikian, belajar juga berkaitan dengan suatu aktivitas atau kegiatan untuk menguasai suatu hal yang dapat termasuk pengetahuan dan keterampilan.

Dari perspektif psikologis, belajar adalah suatu proses perubahan, perubahan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan untuk memenuhi kebutuhannya (Nurjan, 2016). Belajar juga merupakan proses upaya individu untuk mencapai perubahan perilaku baru sebagai hasil dari pengalaman individu berinteraksi dengan lingkungan.

Untuk melengkapi dan menata batas-batas pemahaman kita tentang pembelajaran, ada baiknya juga mengetahui pendapat para ahli lain yang telah mendefinisikan pembelajaran. Berikut beberapa pengertian ahli tentang belajar.

- Menurut Hamalik (1992), belajar berarti mengubah persepsi dan perilaku, termasuk memperbaiki perilaku seperti: B. Memenuhi kebutuhan masyarakat dan diri sendiri secara lebih utuh.
- Saldiman (1990: 22) Belajar adalah perubahan tingkah laku atau penampilan dan meliputi berbagai kegiatan seperti membaca, mengamati, mendengarkan dan meniru. Barlow (1996: 61-63) menyatakan bahwa belajar adalah *a process of progressive behavior*

adaptation (proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif).

- Hintzman (1978) berpendapat bahwa belajar adalah perubahan yang terjadi pada organisme manusia dan hewan, yang disebabkan oleh pengalaman yang dapat mempengaruhi perilakunya.
- Reber (1989) membatasi belajar pada dua definisi. Pertama, belajar adalah proses memperoleh pengetahuan (the process of acquisition knowledge). Kedua, belajar adalah perubahan reaktivitas yang relatif permanen akibat peningkatan latihan (Nurjan, 2016, hlm. 15-16).

Kita dapat menyimpulkan bahwa belajar adalah kegiatan secara sengaja atau tidak sadar menyesuaikan atau memodifikasi perilaku ke arah yang lebih sesuai untuk tujuan pembelajaran atau berpotensi lebih baik dari situasi sebelumnya. Selain itu, ada juga titik temu utama antara berbagai pendapat ahli tentang sifat proses pembelajaran, yaitu sifat perilaku dan perubahan individu, mengingat keadaan psikologis individu yang disebabkan oleh konstruksi sosial.

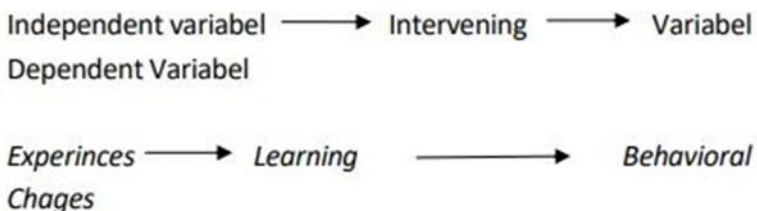
Belajar dapat disimpulkan sebagai kegiatan secara sengaja atau tidak sengaja menyesuaikan atau mengubah perilaku ke arah yang lebih sesuai untuk tujuan pembelajaran atau berpotensi lebih baik dari situasi sebelumnya. Selain itu, ada juga titik temu utama antara berbagai pendapat ahli tentang sifat proses pembelajaran, yaitu sifat perilaku dan perubahan individu, mengingat keadaan psikologis individu yang disebabkan oleh konstruksi sosial.

- Peningkatan materi pengetahuan berupa fakta, informasi, prinsip, undang-undang atau peraturan.
- Perilaku kognitif (pengamatan) Akuisisi pola proses berpikir, memori atau pengakuan, dan perilaku emosional (penghargaan, evaluasi, dll). Perilaku psiko motorik, termasuk perilaku ekspresif.
- Menyebabkan perubahan dalam sifat-sifat kepribadian (Nurjan, 2016, hlm. 24).

Belajar membawa perubahan dalam aspek kepribadian yang berfungsi secara terus menerus yang mempengaruhi pembelajaran selanjutnya.

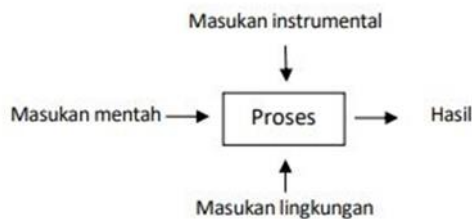
- Belajar hanya terjadi melalui pengalaman yang bersifat individual.
- Belajar merupakan kegiatan yang bertujuan, yaitu arah yang ingin dicapai melalui proses belajar.
- Belajar menghasilkan perubahan yang menyeluruh, melibatkan keseluruhan tingkah laku secara, integral.
- Belajar adalah proses interaksi.
- Belajar berlangsung dari yang paling sederhana ke yang paling kompleks.
- Belajar adalah membentuk inklusifitas sosial dan gender sebagai konstruksi sosial di masyarakat (Nurjan, 2016, hlm. 24).

Dari berbagai definisi di atas, dapat kita simpulkan bahwa para profesional pada umumnya memahami belajar sebagai suatu proses. Proses itu sendiri tidak terlihat, dan yang terlihat adalah hasil dari proses tersebut. Karena belajar adalah suatu proses, maka belajar memiliki input yang diolah, hasil dari proses, dan sebagainya. Belajar terjadi dalam diri individu melalui latihan dan pengalaman, yang mengarah pada perubahan perilaku. Artinya proses pembelajaran merupakan variabel intervening, yaitu mata rantai atau keterkaitan antara variabel bebas dan variabel terikat. Seperti yang ditunjukkan oleh Hergenhahn dan Olson (1997, hlm. 3 dalam Saleh, 2018, hlm. 98).



Gambar 1. Belajar merupakan sebuah proses

Banyak faktor yang mempengaruhi proses belajar. Analisis lebih lanjut mengungkapkan beberapa jenis input: input mentah (*Raw input*), input perangkat (*Device input*), dan lingkungan (*Environmental input*). Semua ini berinteraksi dalam proses pembelajaran dan mempengaruhi hasil belajar. Jika salah satu faktor tersebut terganggu maka prosesnya akan terganggu, dan hasilnya juga akan terganggu. Belajar adalah suatu sistem karena masing-masing faktor tersebut saling berhubungan. Jika input alat terganggu maka proses terganggu dan hasil terganggu. Oleh karena itu, beberapa psikolog berpendapat bahwa belajar adalah sebuah sistem dan bukan hanya sebuah proses. Pembelajaran sebagai suatu sistem secara garis besar dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 2. Belajar merupakan sebuah sistem

Dengan keterangan:

- Masukan mentah adalah individu atau organisme yang akan belajar. Misalnya siswa, mahasiswa atau individu yang akan belajar.
- Masukan instrumental adalah masukan yang berkaitan dengan alat-alat atau instrumen yang digunakan dalam proses belajar. Misalnya rumah, kamar, gedung, peraturan-peraturan. Peraturan merupakan masukan instrumen yang lunak, sedangkan kamar, rumah, gedung merupakan masukan instrumen yang keras.
- Masukan lingkungan merupakan masukan dari yang belajar, dapat merupakan masukan lingkungan fisik maupun non-fisik. Misalnya tempat belajar yang gaduh atau ramai merupakan hal yang kurang menguntungkan untuk proses belajar.

- Hasil merupakan output yang ditimbulkan setelah belajar dilakukan. Persoalan belajar biasanya ditentukan oleh hasil. Apabila hasil belajar baik, maka pada umumnya tidak akan menimbulkan masalah. Akan tetapi, apabila hasil belajar tidak memuaskan, persoalan akan segera timbul. Setelah hasil belajar tampak, kita dapat mencermati atau melihat bagaimana prosesnya dan kemudian bagaimana masukannya.

Pertanyaan tentang bagaimana membuat pembelajaran efektif dan efisien dalam praktik adalah salah satu sorotan terpenting dari fenomena psiko learning ini. Sebagai contoh, beberapa ahli merangkum beberapa prinsip atau prinsip yang dianut untuk memaksimalkan potensi belajar. Menurut Nurjan (2016, hlm. 28), tujuh prinsip pembelajaran yang harus diperhatikan:

- Perhatian dan motivasi terkait dengan minat.
- Keaktifan terkait dengan fisik dan psikologis.
- Keterlibatan langsung (experiential) yang dialami peserta didik sebagai berikut.
- Keterlibatan langsung dalam pengamatan, pengalaman dan tindakan, mengambil tanggung jawab atas konsekuensi (partisipasi fisik dan psiko-emosional).
- Pengulangan seperti mengerjakan latihan dan menjawab pertanyaan merupakan salah satu cara belajar yang akan ditemui pada metode atau model apa pun.
- Tantangan seperti bahan belajar yang menantang dan inklusif gender membuat siswa/siswi bergairah untuk mengatasinya
- Balikan dan penguatan berupa ujian atau penguatan positif dan negatif.
- Perbedaan individual misalnya: karakteristik psikis, kepribadian, dan sifat-sifat yang berbeda karena perbedaan-perbedaan rasial dan gender.

F. RANGKUMAN MATERI

1. Secara umum terdapat beberapa gejala-gejala kognitif pada proses mental manusia, yaitu ingatan (memori), persepsi, intelegensi dan belajar.

2. Ingatan (memori) yaitu kemampuan psikis untuk memasukkan (*learning*), menyimpan (*retention*), dan menimbulkan kembali (remembering) hal-hal yang lampau. Tahapan pada ingatan terdiri dari: memasukkan pesan dalam ingatan (*encoding*), penyimpanan ingatan (*storage*), dan mengingat kembali (*retrieval*). Terdapat beberapa metode seseorang dalam mengingat sesuatu yaitu metode dengan melihat waktu, metode belajar kembali, metode rekonstruksi, metode mengenal kembali, metode mengingat kembali, dan metode asosiasi berpasangan.
3. Persepsi adalah suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yaitu merupakan proses diterimanya stimulus oleh individu melalui alat indra atau juga disebut proses sensoris. proses persepsi terdiri atas beberapa proses yaitu proses kealaman/fisik, proses fisiologis, dan proses psikologis. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi persepsi tersebut terdiri atas: objek atau stimulus yang dipersepsi; alat indera atau syaraf-syaraf serta pusat susunan syaraf, yang merupakan syaraf fisiologis; dan perhatian, yang merupakan syaraf psikologis.
4. Belajar adalah aktivitas yang dapat mengubah dan mengembangkan seluruh potensi manusia, meliputi pengetahuan, sikap, keterampilan, perasaan, dan sebagainya. Terdapat tujuh prinsip belajar yang harus diperhatikan, yaitu perhatian dan motivasi, Keaktifan, keterlibatan langsung, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan individual.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Jelaskan yang dimaksud dengan proses mental dan jelaskan juga gejala-gejala kognitif yang ada secara umum!
2. Jelaskan apa yang dimaksud dengan memori (ingatan) dan bagaimanakah proses terbentuknya ingatan pada seseorang!
3. Apa itu persepsi? Jelaskan proses terbentuknya persepsi pada manusia serta faktor yang dapat mempengaruhinya!
4. Jelaskan pengertian belajar dengan bahasamu sendiri! Apakah seseorang yang melakukan suatu aktivitas tanpa perubahan pengetahuan atau kemampuan dikatakan belajar?

5. Jelaskan apa yang dimaksud dengan belajar sebagai suatu sistem? Jelaskan juga prinsip apa saja yang perlu diperhatikan dalam proses belajar!

DAFTAR PUSTAKA

- Asrori. (2020). Psikologi pendidikan pendekatan multidisipliner. Banyumas: Pena Persada.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Hilgard, E.R. 1983. Pengantar Psikologi: Jilid 2. Alih bahasa: Taufiq Nurdjannah. Jakarta: Erlangga. (Edisi kedelapan)
- Nofindra, R. (2018). *Ingatan, Lupa, dan Transfer dalam Belajar dan Pembelajaran*. IV(1), 21–34.
- Nurjan, Syarifan. (2016). Psikologi Belajar. Ponorogo: Wade Group.
- Saleh, A.A. (2018). Pengantar psikologi. Makassar: Penerbit Aksara Timur.
- Warsah, I., Daheri, M. (2021). Psikologi: suatu pengantar. Yogyakarta: Tunas Gemilang Press.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 7: GEJALA EMOSI

Natalia Sulistyo Veerman., M.Psi., Psikolog

Yayasan Pendidikan Kristen Gloria

BAB 7

GEJALA EMOSI

A. PENDAHULUAN

Kita tentunya memahami bahwa setiap manusia pasti memiliki emosi, mulai dari anak bayi hingga orang dewasa. Setiap hari kita selalu menemukan berbagai macam pengalaman yang berbeda-beda, yang memunculkan berbagai emosi. Sesungguhnya emosi memiliki beragam makna bahkan mencakup segala perasaan orang. Emosi juga merupakan konsep yang bersifat majemuk. Meskipun demikian, tidak terdapat satupun definisi emosi yang diterima secara universal. Tentunya kita mungkin tidak pernah membayangkan hidup tanpa memiliki emosi. Manusia yang tidak memiliki emosi seringkali tampak lebih dingin dan seperti robot. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Ekman (2003) yang menyatakan bahwa emosi adalah esensi dari kehidupan manusia dan melalui hal tersebut membuat hidup seseorang menjadi lebih hidup. Jalaluddin Rakhmat (1994) mengemukakan pendapat lain yang menyatakan bahwa emosi menambah cita rasa dalam kehidupan manusia, artinya menunjukkan bahwa seseorang tanpa emosi menjalani kehidupan yang kering dan gersang. Oleh karena itu, memiliki emosi sebenarnya menunjukkan keberadaan manusia. Santrock (2002) (Rakhmat, 1994) juga berpendapat bahwa emosi adalah warna dan musik kehidupan manusia dan salah satu bidang utama dalam membangun hubungan interpersonal. Emosi juga memungkinkan kita memberi makna dan rasa pada pengalaman hidup seseorang. Oleh karena itu, emosi dapat juga digambarkan sebagai keadaan yang muncul akibat dari situasi tertentu (spesifik) dan selalu dikaitkan dengan perilaku yang membimbing

(approach) atau menghindari (avoidance), dan selalu disertai dengan ekspresi emosi.

Beberapa ahli berpendapat bahwa emosi berasal dari pikiran, namun ada juga yang berpendapat dari tubuh. Namun yang harus kita sadari, bahwa emosi dan tingkah laku selalu memiliki hubungan yang saling berkaitan. Demikian juga pikiran juga dapat mempengaruhi emosi seseorang. Menurut Sarwono (2012), mengatakan pembentukan perilaku baik dalam seseorang, dipengaruhi oleh penginderaan (persepsi) dan pikiran, yang disertai oleh perasaan atau emosi. Hal ini berarti menunjukkan adanya hubungan antara persepsi, pikiran serta perasaan dalam pembentukan perilaku seseorang. Emosi bersifat multidimensi. Emosi ada sebagai fenomena subjektif, biologis, motivasi, dan sosial (Izard, 1993, dalam Reeve, 2009). Pada bab ini, kita akan belajar banyak mengenai emosi secara detail dan memahami emosi yang ada serta peran emosi dalam kehidupan manusia.

B. DEFINISI EMOSI

Secara etimologi emosi berasal dari bahasa Latin yaitu *emovere*. E diartikan sebagai keluar dan *movere* yang berarti bergerak. Oleh karena itu, berdasarkan etimologi emosi diartikan juga dengan bergerak keluar. Oleh karena itu, emosi juga mampu menggerakkan seseorang ke arah kemajuan atau mendorong ke belakang. Emosi juga dapat menghentikan kehidupan dan menentukan yang akan di jalankan seseorang. Sebagai contoh, seorang anak akan senang saat orang tuanya memberikan pujian atas nilai ulangan yang baik, sehingga anak tersebut akan berulang kali berusaha untuk mendapatkan nilai ulangan baik agar dapat menerima pujian dari orang tuanya.

Daniel Goleman (1995) menjelaskan bahwa emosi mengacu pada suatu perasaan dan pikiran yang unik, dari keadaan biologis dan psikologis seseorang dan merupakan proses serangkaian kecenderungan perilaku manusia. Sobur (2011) juga mengatakan bahwa, emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respon terhadap berbagai rangsangan eksternal. Sedangkan Santrock (2007) juga menjelaskan ini, bahwa emosi adalah perasaan yang muncul ketika seseorang sedang berada dalam suatu situasi atau suatu interaksi

yang signifikan. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa. Emosi sedih mendorong seseorang untuk mengekspresikan diri melalui air mata.

Crow dan Crow (1962) mendefinisikan emosi sebagai “keadaan yang bergejolak dalam diri individu yang berperan sebagai inner adjustment (penyesuaian internal) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan pribadi. Menurut Chaplin (1989) dalam Dictionary of psychology, emosi adalah suatu keadaan yang terangsang terstimulus dari organisme yang meliputi perubahan-perubahan yang sadar, yang menghasilkan perubahan perilaku.

C. FUNGSI EMOSI

Seperti yang kita ketahui, bahwa saat kita merasakan perasaan marah, sedih, kecewa, takut, cemburu, banyak orang-orang bertanya apa kegunaan dan fungsi dari emosi tersebut?. Terkadang mereka memahami emosi tersebut sebagai hal negative dan dapat dihapuskan atau berharap menghilang begitu saja. Darwin dalam buku *The Expression of Emotions in Man and Animals* (1872), menjelaskan fungsi emosi dalam membantu hewan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Reeve (2009), dalam buku *Understanding Motivation and Emotion* menjelaskan bahwa emosi memiliki dua fungsi, yaitu:

1. Emosi sebagai Fungsi Coping

Emosi terjadi karena suatu alasan. Sudut pandang fungsional, menunjukkan bahwa emosi yang dihasilkan masing-masing memfasilitasi setiap individu untuk beradaptasi untuk setiap perubahan lingkungan baik secara fisik maupun sosial, serta tugas kehidupan manusia yang universal, ialah seperti kehilangan, frustrasi, dan pencapaian. Melalui kondisi tersebut, emosi memiliki fungsi untuk bertugas dalam memberikan energi dan mengarahkan perilaku manusia dengan cara adaptif. Emosi juga mempersiapkan individu secara otomatis, sangat cepat, dan memberikan respons yang adaptif terhadap tugas-tugas dasar kehidupan. Semua emosi bermanfaat dalam mengarahkan manusia, memberikan perhatian dan menyalurkan perilaku ke tempat yang dibutuhkan, mengingat keadaan yang dihadapi seseorang. Berikut fungsi coping dari setiap emosi yang dimiliki manusia.

**Tabel “Functional View of Emotional Behavior,”
(R. Plutchik, 1980; dalam, Reeve 2009).**

Emosi	Situasi	Perilaku emosi	Fungsi emosi
Takut	Ancaman	Berlari	Mencari perlindungan
Marah	Tantangan	Menggigit, memukul	Melakukan penghancuran
Gembira	Mencari Pasangan	Pacaran	Reproduksi, Kawin
Sedih	Kehilangan	Menangis, meminta tolong	Reuni (pertemuan Kembali)
Penerimaan	Tergabung sebagai anggota baru	Memelihara, berbagi	Afiliasi
Jijik	Benda yang mengerikan	Memuntahkan, mengusir	Penolakan
Antisipasi	Wilayah baru	Meneliti	berekplorasi
Terkejut	Benda/sesuatu hal yang datang tiba-tiba	Berhenti, berhati-hati	Orientasi

2. Emosi sebagai fungsi sosial

Selain memiliki fungsi coping, emosi juga memiliki fungsi sosial. Reeve (2009), menjelaskan bahwa emosi memiliki fungsi sosial, yaitu:

- Emosi membantu seseorang dalam mengkomunikasikan perasaannya kepada orang lain.
- Emosi membantu seseorang dalam mempengaruhi cara orang lain dalam berinteraksi dengan kita.
- Emosi membantu seseorang untuk mengajak dan memfasilitasi interaksi sosial.
- Emosi membantu seseorang dalam membuat, mempertahankan, dan memutuskan hubungan dengan orang lain.

Menurut Dayakisni & Yuniardi (2008, dalam Prasetya & Gunawan, 2018), memaparkan fungsi emosi sebagai berikut:

- a. Emosi membantu individu dalam mempersiapkan tindakan (*preparing us for action*). Emosi bertindak sebagai penghubung antara peristiwa eksternal di lingkungan dengan respon perilaku individu. Sebagai contoh, apabila kita bertemu seekor ular, reaksi emosi yang muncul adalah (emosi takut) yang diasosiasikan dengan bangkitnya sistem fisiologis yaitu divisi sympathetic dari sistem syaraf otonom. Kemudian dari divisi sympathetic menyiapkan kita untuk sebuah tindakan darurat yaitu lari secepat mungkin.
- b. Emosi membantu individu dalam membentuk perilaku yang akan datang (*shaping our future behavior*). Emosi membantu individu dalam menyediakan simpanan respon untuk perilaku di masa mendatang. Sebagai contoh, respon emosional yang diambil seseorang ketika ada gempa bumi (takut hingga degup jantung bertambah cepat), berlari menjauh dan mencari tempat yang aman, serta memberi tahu orang tersebut untuk menghindari tempat atau situasi yang serupa di masa mendatang.
- c. Emosi membantu individu untuk mengatur interaksi sosial (*helping us to regulate social interaction*). Emosi yang diekspresikan menjadi sinyal dan membantu seseorang dalam berinteraksi, khususnya bagaimana seharusnya berperilaku. Sebagai contoh, ketika seseorang bertemu dengan teman yang sedang tampak jengkel tanpa diketahui penyebabnya, namun dari ekspresi jengkel tersebut memberitahu orang lain untuk jangan mengajaknya bergurau.

Sedangkan Cummings, J. A. dan Sanders, L. (2019), membagi fungsi emosi menjadi tiga bagian, yaitu:

1. Fungsi emosi dalam Intrapersonal.

Berbicara tentang peran emosi dalam diri kita masing-masing secara individu. Oleh karena itu, Cumming dan Sanders (2019), membagi fungsi emosi secara intrapersonal, menjadi empat bagian, yaitu:

- a. Emosi adalah sistem pemrosesan informasi yang cepat yang membantu kita bertindak dengan pemikiran minimal (Tooby & Cosmides, 2008; dalam Cummings, J. A. dan Sanders, L, 2019).

Emosi membantu manusia dalam beradaptasi dengan masalah dalam kehidupan (kematian, kecelakaan, pertempuran, rayuan) dengan cepat dan dengan intervensi kognitif sadar yang minimal. Jika kita tidak memiliki emosi, kita tidak dapat membuat keputusan cepat mengenai tindakan atau perilaku yang semuanya secara fungsional memiliki kemampuan untuk adaptif dan membantu kita bertahan hidup dalam lingkungan.

- b. Emosi mempersiapkan kita untuk berperilaku. Ketika dipicu, emosi mengatur sistem seperti persepsi, perhatian, inferensi, pembelajaran, memori, pilihan tujuan, prioritas motivasi, reaksi fisiologis, perilaku motorik, dan pengambilan keputusan perilaku (Cosmides & Tooby, 2000; dalam Cummings, J. A. dan Sanders, L, 2019). Emosi juga secara bersamaan mengaktifkan sistem tertentu dan menonaktifkan yang lainnya, untuk mencegah kekacauan pada sistem yang saling bersaing dan beroperasi pada saat yang sama, sehingga memungkinkan tanggapan yang saling terkoordinasi terhadap rangsangan lingkungan (Levenson, 1999, dalam Cummings, J. A. dan Sanders, L, 2019).
- c. Emosi Mempengaruhi Pikiran. Emosi juga terhubung dengan pikiran dan ingatan. Kenangan bukan hanya fakta yang dikodekan dalam otak kita; mereka diwarnai dengan emosi yang dirasakan pada saat fakta terjadi (Wang & Ross, 2007, dalam Cummings, J. A. dan Sanders, L, 2019). Dengan demikian, emosi berfungsi sebagai perekat saraf yang menghubungkan fakta-fakta yang berbeda dalam pikiran kita. Itulah mengapa lebih mudah mengingat pikiran bahagia saat kita mengalami situasi yang membahagiakan. Emosi juga berfungsi sebagai dasar afektif dari banyak sikap, nilai, dan keyakinan yang kita miliki tentang dunia dan orang-orang di sekitar kita; tanpa emosi sikap, nilai, dan keyakinan tersebut hanya akan menjadi pernyataan tanpa makna, dan emosi memberikan makna pada pernyataan tersebut.
- d. Emosi Memotivasi Perilaku Masa Depan. Emosi juga mempersiapkan tubuh kita untuk tindakan segera, mempengaruhi pikiran, dan dapat dirasakan, emosi merupakan motivator penting untuk perilaku di masa depan.

2. Fungsi emosi dalam Interpersonal. Emosi dapat diungkapkan baik secara verbal melalui kata-kata dan nonverbal melalui ekspresi wajah, suara, bahasa tubuh, tubuh postur, dan gerakan tubuh. Menurut Cummings, J. A. dan Sanders, L, (2019), fungsi emosi dalam interpersonal, dibagi menjadi
 - a. Ekspresi emosional memfasilitasi bentuk perilaku yang spesifik untuk diamati. Ekspresi wajah adalah sinyal sosial yang bersifat universal, dimana ekspresi itu mengandung makna tidak hanya tentang keadaan psikologis pembuat ekspresi, namun juga tentang pesan yang ada dalam hati atau niat orang tersebut dan perilaku yang akan diambil selanjutnya.
 - b. Ekspresi emosional menandakan sifat hubungan interpersonal individu. Ekspresi emosional seseorang dapat memberikan informasi tentang sifat hubungan di antara orang-orang yang berinteraksi (Gottman, Levenson, & Woodin, 2001; dalam Cummings, J. A. dan Sanders, L, 2019).
 - c. Ekspresi emosional memberikan stimulus untuk perilaku sosial yang diinginkan. Ekspresi wajah emosi adalah pengatur penting dari interaksi sosial, seperti ketika seorang bayi diberikan ekspresi wajah bahagia dari sang ibu, mereka akan cenderung mendekat kepada ibunya, namun berbeda ketika sang ibu memberikan ekspresi ketakutan, bayi tersebut cenderung tidak mau mendekati ibu mereka (Sorce, Emde, Campos, & Klinnert, 1985; dalam Cummings, J. A. dan Sanders, L, 2019).
3. Fungsi emosi dalam sosial dan budaya. Emosi membantu dalam memberikan makna dan sistem informasi kepada anggotanya yang dibagikan oleh kelompok dan ditransmisikan dalam lintas generasi, yang memungkinkan kelompok memenuhi kebutuhan dasar untuk bertahan hidup, mengejar kebahagiaan dan kesejahteraan, dan memperoleh makna dari kehidupan (Matsumoto & Juang, 2013). Sedangkan budaya juga memberi tahu kita tentang apa yang harus dilakukan dengan emosi yang kita miliki yaitu, bagaimana mengelola atau memodifikasinya saat ketika kita mengalami emosi tertentu. Salah satu cara yang dilakukan adalah melalui pengelolaan ekspresi emosi kita melalui cultural display rules (Friesen, 1972). Aturan-aturan

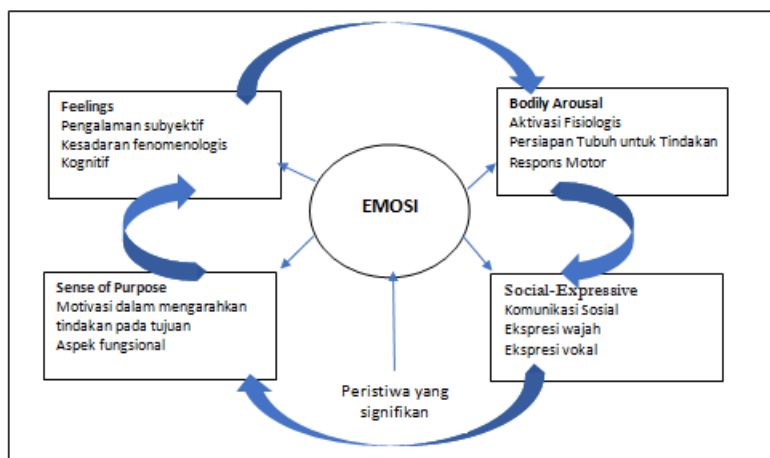
ini sudah dipelajari sejak awal kehidupan, di mana menentukan pengelolaan dan modifikasi ekspresi emosional kita sesuai dengan keadaan sosial, seperti seorang anak laki-laki pantang untuk menangis di depan orang, atau menangis itu hanya diperbolehkan bagi anak perempuan. Salah satu fungsi utama budaya adalah memelihara tatanan sosial untuk memastikan efisiensi kelompok dan dengan demikian kelangsungan hidup, budaya juga menciptakan pandangan dunia, aturan, pedoman, dan norma mengenai emosi karena emosi memiliki fungsi intra dan interpersonal yang penting, seperti dijelaskan di atas, dan adalah motivator penting dari perilaku.

D. KOMPONEN EMOSI

Atwater & Duffy, (2005, dalam Dewi, 2012), membagi komponen emosi dalam empat hal yang saling keterkaitan satu dengan lainnya, yaitu:

1. Bangkitan atau getaran fisiologis. Emosi melibatkan kerja otak, sistem saraf, dan hormon, sehingga ketika individu dibangkitkan emosinya, maka secara fisiologis juga terbangkit. Terbangkitnya emosi membutuhkan energi dalam tubuh dan bahkan menurunkan ketahanan tubuh terhadap penyakit.
2. Perasaan subjektif. Sedangkan emosi melibatkan kewaspadaan subjektif atau perasaan yang memiliki elemen menyenangkan atau tidak menyenangkan, suka atau tidak suka.
3. Proses kognitif. Emosi juga melibatkan proses kognitif, seperti: memori, persepsi, ekspektansi, dan interpretasi. Satu peristiwa memberikan makna yang berbeda-beda bagi individu.
4. Reaksi perilaku. Dalam reaksi perilaku yang terlibat dalam emosi dapat berbentuk ekspresif dan instrumental. Contoh reaksi ekspresif: ekspresi wajah, gesture, nada suara. Sedangkan contoh reaksi instrumental seperti menangis karena distress, melarikan diri dari masalah.

Reeve (2009), juga membagi emosi menjadi 4 komponen, yaitu:



1. Komponen feeling memberikan kepada seseorang emosi pengalaman bersifat subjektif, yang dapat memiliki makna dan signifikansi secara pribadi. Dalam hal ini, intensitas maupun kualitas, emosi yang dirasakan dan dialami oleh seseorang memiliki tingkat kesadaran subyektif (atau bersifat fenomenologis). Aspek perasaan seseorang berakar pada proses kognitif atau mental.
2. Komponen bodily arousal, terdiri atas aktivasi saraf dan fisiologis (biologis) kita, termasuk aktivitas sistem otonom dan hormonal saat mereka mempersiapkan dan mengatur perilaku coping adaptif pada tubuh selama emosi berlangsung. Pada komponen ini, terjadi aktivasi otak, rangsangan tubuh, dan aktivitas fisiologis yang sangat terkait dengan emosi, contohnya saat kita mengalami marah, tubuh kita menjadi lebih siap untuk bertindak, dan itu benar dalam hal otak kita, adanya stimulasi dari fisiologi seperti denyut jantung, epinefrin dalam aliran darah dan perubahan dalam otot atau motorik seperti perubahan postur tubuh menjadi lebih waspada, adanya kepalan tangan.

3. Pada komponen *sense of purpose*, memberikan emosi sebuah dorongan seseorang yang diarahkan pada tujuan untuk mengambil tindakan tertentu untuk mengatasi keadaan yang dihadapinya. Aspek *sense of purpose* menjelaskan mengapa seseorang ingin melakukan tindakan atau tujuan tertentu dan mengapa orang mendapatkan manfaat dari emosi yang mereka miliki.
4. Komponen *social-expressive* adalah aspek komunikatif emosi yang meliputi postur tubuh, gerak tubuh, vokalisasi, dan ekspresi wajah. Selama melakukan ekspresi emosi, individu secara nonverbal mengkomunikasikan perasaan kepada orang lain dan menafsirkan situasi yang terjadi. Misalnya, ketika seseorang membuka pesan tulisan dari seseorang, kita mengamati bagaimana ekspresi wajah mereka dan mendengarkan nada suaranya untuk membaca emosi mereka.

E. TEORI-TEORI EMOSI

Ada lima pendekatan emosi, yang memberikan pengaruh dalam perkembangan teori-teori emosi, yaitu:

1. Pendekatan Evolutionary

Pada pendekatan evolusi ini dipelopori oleh Charles Darwin dalam bukunya *The Expression of the Emotions in Man and Animals* (1872; dalam Strongman, 2003), menyatakan bahwa ekspresi emosi adalah suatu bentuk komunikasi dari keinginan (intensi), ketika menghadapi situasi darurat dan cenderung berfungsi meningkatkan kesempatan hidup. Teori ini berfokus pada emosi sebagai fungsi adaptasi yang bermanfaat bagi keselamatan hidup makhluk yang mengekspresikannya. Ekspresi emosi dianggap memiliki fungsi dalam memberikan sinyal dalam berkomunikasi antar satu makhluk ke makhluk yang lainnya, agar bersiap-siap untuk bertindak dalam menghadapi situasi yang akan membahayakan keselamatannya, seperti respon menangis yang dilakukan anak bayi saat mereka membutuhkan asi.

2. Pendekatan Physiology

Tokoh dari pendekatan ini, ialah William James dan Lange, yang menyatakan bahwa emosi merupakan hasil dari keadaan fisiologis

yang muncul akibat sebuah stimulus di lingkungan. Emosi terjadi sesudah reaksi fisiologis emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respons terhadap berbagai rangsangan yang datang dari luar contohnya seseorang merasa sedih ketika menyadari airmatanya keluar. Selain itu, Schachter-Singer (dalam Sobur, 2011), juga mengemukakan Teori tentang emosi, dimana emosi itu merupakan the interpretation of bodily arousal. Teori ini berpendapat bahwa emosi yang dialami seseorang merupakan hasil interpretasi dari aroused atau stirred up dari keadaan jasmani (bodily states). Teori ini juga seringkali di sebut "Teori Emosi Dua-Faktor", dimana teori ini berorientasi pada rangsangan. Reaksi fisiologik dapat saja sama (hati berdebar, tekanan darah naik, nafas bertambah cepat, adrenalin dialirkan dalam darah, dan sebagainya), namun jika rangsangannya menyenangkan -seperti diterima di perguruan tinggi idaman- emosi yang timbul dinamakan senang. Sebaliknya, jika rangsangannya membahayakan (misalnya, melihat ular berbisa), emosi yang timbul dinamakan takut.

3. Pendekatan Neurology

Pendekatan neurology dipelopori oleh Walter Conon (1929), dimana Cannon menyatakan bahwa karena gejala emosi itu menyiapkan seseorang untuk mengatasi keadaan yang genting. emosi, (sebagai pengalaman subjektif psikologik) timbul bersama-sama dengan reaksi fisiologik (hati berdebar, tekanan darah naik, nafas bertambah cepat, adrenalin dialirkan dalam darah, dan sebagainya). Teori ini sering disebut dengan, teori "emergency". Teori ini mengatakan pula bahwa emosi adalah reaksi yang diberikan oleh organisme dalam situasi emergency (darurat). Teori ini didasarkan pada pendapat bahwa ada antagonisme (fungsi yang bertentangan) antara saraf-saraf simpatis dengan cabang-cabang orania dan sacral daripada susunan saraf otonom. Jadi, kalau saraf-saraf simpatis aktif, saraf otonom nonaktif, dan begitu sebaliknya.

4. Pendekatan Psychodynamic

Pada pendekatan psikodinamik, dipelopori oleh Sigmund Freud pada awal abad 20 (dalam Amir, 2013), mengatakan bahwa emosi sebagai

akibat dari proses dinamika dunia internal individu. Emosi dipandang sebagai sebuah keadaan yang kompleks yang melibatkan konflik-konflik, pengalaman masa kecil dan sifat-sifat dasar serta pertahanan diri individu. Emosi dapat diketahui melalui bukti-bukti atau tanda-tanda yang diekspresikan individu.

5. Pendekatan Cognitive

Fritz Heider (dalam Amir, 2013), mengungkapkan bahwa emosi memiliki kaitan dengan faktor kognitif individu. Keyakinan-keyakinan yang dimiliki individu dapat mencapai tujuan dan memperoleh harapan mempengaruhi emosi yang dirasakan individu tersebut. Lazarus mengatakan bahwa tanpa adanya pemahaman individu terhadap suatu peristiwa kehidupan yang memberikan dampak psikologis tidak dapat membuat individu mampu merespon secara emosional. Stimulus yang dianggap tidak memberikan relevan, cenderung tidak menimbulkan reaksi emosional. Penilaian kognitif individu tentang makna suatu peristiwa dapat menetapkan tahapan dalam reaksi emosional. Hal ini berarti proses kenaikan emosi seseorang terjadi akibat penilaian kognitif dari makna situasi yang dialami individu.

F. MACAM-MACAM EMOSI

Ekman (1993; dalam Dewi, 2012), menjelaskan ada enam emosi primer yang berbeda hanya enam yang bersifat universal tanpa batasan budaya dan usia, yaitu:

1. Marah (*anger*),

Kemarahan muncul dari pengekangan, seperti dalam interpretasi bahwa rencana, tujuan, atau kesejahteraan seseorang telah diganggu oleh beberapa kekuatan luar (misalnya, hambatan, rintangan, interupsi). Kemarahan juga muncul dari pengkhianatan kepercayaan, penolakan, menerima kritik yang tidak beralasan, kurangnya pertimbangan dari orang lain, dan gangguan kumulatif. Inti dari kemarahan adalah keyakinan bahwa situasinya tidak seperti yang seharusnya. Marah adalah emosi yang paling menggairahkan. Orang yang marah menjadi lebih kuat dan lebih berenergi (seperti dalam bagian pertarungan dari respons melawan-atau-lari). Kemarahan juga

meningkatkan rasa kontrol seseorang. Kemarahan membuat orang menjadi lebih sensitif terhadap ketidakadilan yang dilakukan orang lain dan berani melakukan pertarungan serta mampu mengontrol emosi untuk diarahkan dalam usaha dalam mengatasi atau memperbaiki pengekangan yang tidak sah. Namun marah, juga dapat menjadi emosi yang sangat membahayakan, karena beberapa individu juga menunjukkan perilaku berteriak dan menjerit serta berperilaku menyerang orang lain.

2. Takut (*fear*),

Ketakutan adalah reaksi emosional yang muncul dari interpretasi seseorang terhadap situasi yang dapat membahayakan dan mengancam kesejahteraannya. Bahaya dan ancaman yang dirasakan bersifat psikologis atau fisik. Ketakutan memiliki fungsi pertahanan. Oleh karena itu, ketakutan digunakan sebagai sinyal peringatan akan ada bahaya fisik atau psikologis yang mengancam, sehingga mengaktifkan sistem saraf otonom, untuk memilih respon (*fight flight freeze*). Individu gemetar, berkeringat, melihat sekeliling, dan merasakan ketegangan saraf untuk melindungi diri. Melalui pengalaman ketakutan, sistem emosi kita memberi tahu kita tentang kerentanan yang dapat kita alami.

3. Sedih (*sadness*)

Kesedihan adalah emosi yang paling negatif dan tidak menyenangkan. Kesedihan muncul terutama dari pengalaman perpisahan atau kegagalan. Kesedihan memotivasi individu untuk mengambil tindakan apa pun yang diperlukan untuk meringankan keadaan yang memicu kesusahan kembali. Kesedihan juga memotivasi orang untuk mengembalikan lingkungan ke keadaannya sebelum situasi yang menyusahkan. Salah satu aspek yang menguntungkan dan fungsi kesedihan adalah memfasilitasi kekompakan kelompok sosial (Averill, 1968).

4. Jijik (*disgust*)

Jijik melibatkan perilaku untuk menyingkirkan atau menjauh dari benda yang terkontaminasi, rusak, atau kotor. Reaksi jijik meluas menjadi ketidaksukaan dengan memasukkan rasa jijik yang diperoleh secara psikologis dan umumnya dari objek apa pun yang dianggap

ofensif (Rozin & Fallon, 1987). Jijik memiliki fungsi sebagai reaksi penolakan. Melalui perasaan jijik, individu secara aktif menolak dan membuang beberapa aspek fisik atau psikologis dari lingkungan. Perasaan Jijik secara fenomenologis menunjukkan permusuhan dalam kehidupan seseorang, secara paradoks memainkan peran motivasi yang positif dalam hidup. Rasa jijik juga membuat individu ingin menghindari benda-benda yang terkontaminasi dan individu akan mempelajari perilaku koping untuk mencegah, menghadapi (atau menciptakan) kondisi yang menghasilkan rasa jijik.

5. **Kegembiraan (happiness).**

Perasaan gembira, terjadi saat individu mendapatkan hasil yang diinginkan, sukses menyelesaikan tugas, pencapaian pribadi, kemajuan menuju tujuan yang diinginkan, mendapatkan apa yang diinginkan, rasa hormat, menerima cinta atau kasih sayang, menerima kejutan yang menyenangkan, atau mengalami sensasi yang menyenangkan (Ekman & Friesen, 1975; Izard, 1991; Shaver et al., 1987). Selain itu, perasaan gembira menunjukkan bukti emosional dari individu bahwa segala sesuatunya berjalan dengan baik. Perasaan gembira memiliki dua fungsi kegembiraan ada dua. Pertama, kegembiraan memfasilitasi kesediaan kita untuk terlibat dalam kegiatan sosial. Senyum memfasilitasi interaksi sosial (Haviland & Lelwica, 1987), dan membantu seseorang untuk membentuk dan memperkuat hubungan dari waktu ke waktu (Langsdorff, Izard, Rayias, & Hembree, 1983). Kedua, kegembiraan memiliki "fungsi yang menenangkan" (Levenson, 1999). Kegembiraan merupakan perasaan positif membuat hidup menyenangkan dan menyeimbangkan pengalaman hidup dari frustrasi, kekecewaan, dan pengaruh negatif serta menjaga kesejahteraan psikologis. Kegembiraan juga untuk menghilangkan efek menyedihkan dari emosi permusuhan.

6. **Minat (interest)**

Minat menciptakan individu untuk memiliki keinginan mengeksplorasi, menyelidiki, mencari, memanipulasi, dan mengekstrak informasi dari objek-objek yang ada di sekitar kita. Minat juga membuat individu memiliki keinginan untuk menjadi kreatif, belajar, dan

mengembangkan kompetensi dan keterampilan kita (Renninger et al., 1992).

G. EKSPRESI EMOSI

Menurut Wullur (1970; dalam Sobur, 2016) menjelaskan bahwa ekspresi sebagai "Pernyataan batin seseorang dengan cara berkata, bernyanyi, bergerak, dengan catatan bahwa ekspresi itu selalu tumbuh karena dorongan akan menjelmakan perasaan atau buah pikiran". Ekspresi juga dapat bersifat membersihkan dan membereskan (katarsis). Ia juga dapat mencegah timbulnya kejadian-kejadian yang tidak diberi kesempatan untuk menjelmakan perasaannya dan menghadapi perasaan. Atkinson (dalam Sobur, 2016) menjelaskan bahwa ekspresi wajah tertentu tampaknya memiliki makna universal, tanpa memandang kultur tempat individu yang bersangkutan dibesarkan. Sedangkan menurut Bower (2001, dalam Dewi, 2012), mengatakan Wajah merupakan kunci dari ekspresi emosi seseorang. Berbeda dengan Azar (2001, dalam Dewi, 2012), yang mengatakan bahwa ekspresi emosi seseorang dapat dilihat dari tubuh, postur, perubahan suara, dan Gerakan tangan menjadi tanda emosi. Dirgagunasa (1996; dalam Sobur, 2016) membagi ekspresi emosional menjadi tiga macam, yaitu:

1. Startle response atau reaksi terkejut. Reaksi ini merupakan respon ilmiah yang ada pada semua manusia, diperoleh sejak lahir (bawaan), dan tidak dipengaruhi oleh pengalaman masing-masing individu. Oleh karena itu, reaksi ini sama pada semua orang, seperti kepala dan leher bergerak ke depan, mulut melebar, dan mata tertutup
2. Ekspresi wajah dan suara (facial dan vocal expression). Keadaan emosi seseorang yang dapat diekspresikan melalui wajah dan suara seseorang. Perubahan pada wajah dan suara seseorang, membantu kita untuk membedakan emosi yang dimiliki setiap individu, seperti seseorang dapat dikatakan marah, saat menunjukkan nada suara yang keras, ditekan, wajah memerah dan mata melotot.
3. Sikap dan gerak tubuh (posture dan gesture). Postur dan gerak tubuh seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalamannya. Oleh karena itu, postur dan gerak tubuh yang digunakan untuk mengekspresikan emosi dipengaruhi oleh budaya dan pendidikan seseorang, misalnya orang

yang marah cenderung mengepal-ngepal tangan, membenturkan dinding, menarik rambut.

Sedangkan Warastri (2021), membagi ekspresi emosional, menjadi dua bagian, yaitu ekspresi verbal maupun ekspresi nonverbal. Pada ekspresi verbal seseorang dapat berupa kata kata dengan berbicara tentang emosi yang sedang dirasakan. Sedangkan ekspresi nonverbal, dapat berupa, ekspresi wajah, gerakan fisik, pengucapan, isyarat tubuh, dan tindakan emosional.

1. Ekspresi wajah.

Suasana hati yang dimiliki individu, selalu dapat dilihat dari ekspresi wajah individu tersebut. Melalui ekspresi wajah kita dapat menilai perasaan yang sedang dialami individu tersebut, seperti bahagia, sedih, marah, ketakutan, dan sebagainya. Setiap emosi memiliki ekspresi wajah yang berbeda-beda, seperti ekspresi bibir apakah tersenyum, atau cemberut, ekspresi mata apakah sedih atau marah.

2. Ekspresi nada.

Pada ekspresi nada, biasanya cenderung berubah mengikuti kondisi emosi yang dialaminya. Ekspresi nada, seringkali disamakan juga ekspresi hati. Ekspresi nada meninggi dan keras, biasanya menunjukkan emosi marah, sedangkan nada yang girang dan lancar, menunjukkan emosi bahagia, dan nada terbata-bata menunjukkan emosi sedih. Namun, dalam perkembangannya ekspresi nada itu tidak selalu menunjukkan kondisi emosi seseorang.

3. Perubahan fisiologis

Saat mengalami emosi, seseorang akan mengalami perubahan kondisi fisiologis juga akan berubah meskipun tidak dirasakan secara langsung, Salah satu seseorang mengalami takut, maka akan mengalami perubahan pada detak jantung yang cenderung meningkat, kaki serta tangan yang bergetar bahkan sampai bulu kuduk merinding, otot wajah menegang hingga berkeriat

4. Gerak dan Isyarat Tubuh.

Gerak dan isyarat tubuh seseorang juga menunjukkan ekspresi emosi individu. Hal ini dapat terlihat pada saat seseorang tertarik dengan lawan jenis, ia akan sering menatap orang yang disukai, duduk

condong padanya, dan tersenyum lebih lebar. Berbeda dengan orang yang mengalami kebingungan, ia akan cenderung memegang kepalanya, dan melakukan perubahan wajah. Pada orang yang cemas, akan cenderung banyak melakukan gerakan pada tangan dan kaki, tangan berkeringat, badan cenderung menarik dari hal yang membuat tidak nyaman.

5. Tindakan-tindakan emosional

Pada orang yang mengalami emosi, juga menunjukkan tindakan-tindakan emosional, sebagai upaya pelampiasan dalam mengeluarkan emosi. Dengan menyalurkan emosi yang dimilikinya, individu tersebut mampu mengurangi gejala emosi dan lebih mensejahterakan dirinya, seperti ketika seseorang mengalami marah, dia akan cenderung melempar, memaki, memukul, dan sebagainya. Hal ini dilakukan sebagai sarana katarsis dalam upaya melakukan pelampiasan emosi atau membawanya ke luar dari keadaan seseorang, dan dalam banyak hal bermanfaat mengurangi agresi, ketakutan, atau kecemasan.

Menurut Ekman dan Friesen (Waligito, 2010) juga mengemukakan bahwa ada faktor budaya yang mempengaruhi cara individu dalam mengekspresikan emosinya, yang kemudian dikenal sebagai display rules. Ekman dan Friesen (Carlson, 1987) membagi tiga aturan yaitu:

1. Masking adalah kondisi keadaan seseorang dimana ia mampu menyembunyikan emosi yang dialaminya, sehingga tidak terlihat melalui ekspresi fisiknya. Misalnya seorang komedian harus selalu tampil lucu di depan orang lain. Dia bisa menekan emosi sedih dan marahnya didepan banyak orang, dan membuat dirinya terlihat lucu.
2. Modulasi (modulation), adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak dapat sepenuhnya menyerap gejala fisiknya tetapi hanya meredakan saja. Jadi misalnya saat seseorang sedih, dia akan menangis (gejala fisik) tetapi tangisnya tidak terlalu keras.
3. Pada simulasi (simulation), adalah suatu kondisi dimana seseorang tidak merasakan emosi, tetapi ia tampak seolah-olah mengalami emosi dengan menampilkan gejala fisik.

H. PERASAAN DAN EMOSI

Pada beberapa teori, para ahli membedakan antara perasaan dan emosi. Menurut Dirgagunarsa (1996; dalam Sobur, 2016), menyatakan bahwa perasaan memiliki dua arti. Dari sudut pandang tinjauan fisiologis, perasaan berarti penginderaan, sehingga merupakan salah satu fungsi tubuh yang berhubungan kontak dengan dunia luar. Berbeda dengan arti psikologi, dimana perasaan mempunyai fungsi untuk mengevaluasi, yaitu evaluasi terhadap sesuatu hal. Sedangkan dalam emosi, mempunyai arti yang berbeda. Dalam pengertian emosi terkandung unsur perasaan yang mendalam. Bigot, dkk (1950; dalam Walgito, 2010) mengklasifikasikan perasaan sebagai berikut:

1. Perasaan keinderaan, yaitu suatu perasaan yang berhubungan dengan alat indera manusia, misalnya rasa asin, pahit, manis, lapar, haus, lelah, dan sebagainya.
2. Perasaan psikis atau kejiwaan, yang dibedakan menjadi;
 - a. Perasaan Intelektual, yaitu suatu perasaan yang timbul saat seseorang mampu memecahkan masalah, atau mencapai hal-hal baru sebagai hasil kerja dari segi intelektual. Perasaan ini berfungsi sebagai energi atau motivasi individu untuk melakukan tindakan dan memperoleh kesenangan atau kepuasan ketika mencapai sesuatu atau teori baru dalam bidang ilmu pengetahuan, misal seorang anak berhasil memecahkan matematika yang sulit.
 - b. Perasaan Kesusilaan, yaitu perasaan yang muncul ketika seseorang mengalami hal baik atau buruk menurut norma-norma kesusilaan, misal seseorang berbuat baik kepada orang lain, yang menimbulkan kesenangan, seperti melayani bakti sosial, dengan menjadi sukarelawan di lokasi bencana.
 - c. Perasaan keindahan atau perasaan estetika, yaitu perasaan muncul ketika seseorang mengalami sesuatu yang indah atau tidak indah, misalnya seseorang merasa senang ketika melihat rumah yang bersih, atau seseorang yang senang melihat pemandangan alam dan sebagainya.
 - d. Perasaan kemasyarakatan atau perasaan sosial, yaitu perasaan yang timbul dari hubungannya dengan interaksi sosial, khususnya hubungan individu dengan individu lain, misalnya seseorang

merasa senang karena ikut serta dalam kegiatan, di masyarakat seperti bekerja sama di desa, mengikuti perlombaan, dan lain sebagainya.

- e. Perasaan harga-diri, yaitu perasaan yang menyertai harga diri individu, seperti seseorang akan marah, ketika ia dihina atau dipermalukan, atau seseorang akan bangga saat mendapatkan prestasi atau sukses.
- f. Perasaan Ke-Tuhanan, yaitu perasaan yang timbul menyertai kepercayaan kepada Tuhan yang mempunyai sifat-sifat serba sempurna, seperti seseorang akan senang ketika ia dapat berdoa, atau seseorang akan merasa marah, saat melihat seseorang berbuat jahat pada orang lain, atau dirinya.

Menurut E.B. Titchener (dalam Sobur, 2016) mengemukakan bahwa perasaan mempunyai beberapa ciri berikut:

- a. Perasaan didasarkan pada tingkat intensitas, yaitu kuat atau lemahnya perasaan; misalnya perasaan sedih sekali, agak sedih, sangat gembira, sedikit gembira, dan sebagainya.
- b. Perasaan didasarkan pada kualitasnya, sehingga kita dapat membedakan perasaan sedih dan senang, kecewa, takut, dan sebagainya.
- c. Perasaan didasarkan pada jangka waktu tertentu (duration). Ada perasaan yang mudah menghilang, tetapi ada pula perasaan yang sulit hilang atau bertahan lama. Suatu perasaan yang sulit dihilangkan disebut perseverasi, seperti seseorang mengalami perasaan berduka karena kehilangan orang yang disayangi.

Wunt (dalam Sobur, 2016) menjelaskan ada tiga dimensi dalam perasaan, yaitu;

- 1. Dimensi senang dan tidak senang.

Pada dimensi ini, seseorang mengalami perasaan yang menyenangkan atau tidak senang, saat dihadapkan pada situasi tertentu, seperti seseorang akan mengalami ketakutan mendengarkan kabar kematian atau seseorang akan senang mendengarkan kabar yang menggembirakan.

2. Dimensi *excited feeling* atau sebagai *innert feeling*.

Excited feeling adalah perasaan yang dialami individu disertai perilaku yang menampak, misal seperti pemain basket melompat-loncat setelah berhasil mencetak bola. Sedangkan *innert feeling* perasaan yang dialami oleh individu tanpa ada perilaku yang terlihat, seperti seseorang mengalami perasaan sedih, tetapi tidak disertai dengan perilaku sedih (menangis).

3. Dimensi *expectancy feeling* dan *release feeling*.

Expected feeling adalah perasaan dapat dialami oleh individu sebagai sesuatu yang belum nyata, sesuatu yang masih dalam pengharapan. Sedangkan *release feeling*, ialah perasaan dapat dialami oleh individu sebagai sesuatu yang nyata.

I. GANGGUAN EMOSI

Dalam memahami gangguan emosi yang terjadi pada individu, kita akan mencoba memahaminya berdasarkan beberapa pendekatan teori. Hauck (1967; dalam Sobur, 2016), membagi menjadi tiga teori, yaitu;

a. Teori Lingkungan.

Pada teori ini beranggapan bahwa penyakit mental diakibatkan oleh berbagai kejadian yang menyebabkan timbulnya stres. Tekanan emosional baru bisa dihilangkan kalau masalah ketegangan tersebut ditiadakan.

b. Teori Afeksi.

Dalam teori ini beranggapan bahwa gangguan mental terjadi akibat pengalaman emosional bawah sadar yang dialami seorang anak bermasalah dan kemudian membawa ingatan yang dilupakan dan ditakuti ini ke alam sadar, sehingga dapat dilihat dari sudut yang lebih realistis.

c. Teori Kognitif

Sedangkan teori ini berpandangan bahwa penyakit mental tidak disebabkan langsung oleh masalah atau perasaan bawah sadar, melainkan dari pendapat yang salah dan irasional, yang disadari maupun tidak disadari akan masalah yang kita hadapi. Semua kesukaran mengenai hal semacam itu berasal dari pikiran keliru

mengenai hal tersebut. Bila sudah disadari bahwa pikiran-pikiran tersebut salah, gangguan akan lenyap.

J. KECERDASAN EMOSI

Memiliki kecerdasan emosi menjadi hal mutlak yang dibutuhkan untuk seseorang sukses dalam berbagai bidang. Menurut Daniel Goleman (2003), kecerdasan emosi, ialah kemampuan seseorang untuk secara cerdas mengatur kehidupan emosi dengan menjaga keharmonisan dan kemampuan mengekspresikan emosinya, melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Ia juga membagi kecerdasan emosi, menjadi lima kemampuan yang meliputi:

1. Mengenali Emosi Diri.

Kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri. Kesadaran diri membantu kita menjadi lebih sadar akan suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati. Kemampuan ini membantu individu untuk lebih waspada agar tidak mudah terbawa arus emosi dan dikendalikan emosi

2. Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu untuk mengelola emosinya agar dapat diekspresikan secara tepat, guna mencapai keseimbangan emosi. Selain itu, pengendalian emosi adalah kunci untuk kesejahteraan mental, termasuk kemampuan untuk menghibur diri sendiri, menghilangkan kecemasan, perubahan suasana hati atau lekas marah dan konsekuensinya, dan kemampuan untuk ketahanan setelah stres.

3. Motivasi Diri Sendiri

Motivasi Diri Sendiri, ialah ketekunan untuk tetap memuaskan dan mengendalikan impuls, juga memiliki emosi motivasi yang positif, yaitu antusiasme, semangat, optimisme, dan kepercayaan diri

4. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali orang lain atau peduli menunjukkan kemampuan seseorang untuk berempati. Orang dengan empati cenderung dapat memahami apa yang dibutuhkan orang lain untuk dapat menerima pendapat, peka terhadap emosi, dan mendengarkan orang lain.

5. Membina Hubungan

Keterampilan yang mendukung antara lain popularitas, kepemimpinan, dan kesuksesan. Kemampuan ini juga membutuhkan kemampuan untuk berkomunikasi dengan orang lain.

K. RANGKUMAN MATERI

1. Emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan situasi atau interaksi yang dianggap penting sehingga menimbulkan respons terhadap berbagai rangsangan eksternal dan perubahan fisiologis, sebagai bentuk inner *adjustment*, dengan lingkungan di sekitarnya untuk mencapai kebahagiaan. dan keselamatan individu.
2. Emosi memiliki fungsi coping, fungsi sosial, fungsi interpersonal dan intrapersonal, fungsi sosial dan budaya, fungsi mempersiapkan tindakan, membentuk perilaku, mengatur interaksi sosial.
3. Komponen dari emosi, yang meliputi fisiologis, kognitif, perasaan, pengalaman/perasaan subyektif, sense of purpose, ekspresi sosial (ekspresi dan komunikasi sosial)
4. Ada lima pendekatan teori, yang meliputi pendekatan evolusi didasarkan pada teori Charles Darwin, emosi sebagai bentuk komunikasi dalam menghadapi situasi darurat, sebagai fungsi adaptif. Pendekatan Physiology dari teori James dan Lange, yang menyatakan bahwa emosi merupakan hasil keadaan fisiologis akibat stimulus dari lingkungan. Pendekatan neurology dari teori Canon, emosi timbul dari pengalaman subyektif yang menimbulkan reaksi fisiologis serta mampu mengaktifkan system saraf pada manusia. Pendekatan psiko dinamik, dari Sigmund Freud, yang berpendapat bahwa emosi terjadi akibat proses dinamika individu yang melibatkan konflik, pengalaman pribadi, sifat dasar, serta pertahanan diri individu. Sedangkan pada pendekatan cognitive, dari teori Heider menunjukkan bahwa emosi didasarkan pada keyakinan individu untuk mencapai tujuan dan harapan yang mempengaruhi emosi seseorang.

5. Manusia memiliki berbagai macam-macam emosi, terdiri dari marah, takut, sedih, jijik, gembira, minat. Selain itu, ia juga menunjukkan memiliki ekspresi emosi, yang terdiri atas ekspresi verbal maupun ekspresi nonverbal (ekspresi wajah, gerakan fisik, pengucapan, isyarat tubuh, dan tindakan tindakan emosional).
6. Emosi dan perasaan berbeda. Emosi adalah perasaan yang mendalam (intense), sedangkan perasaan memiliki arti penginderaan individu terhadap lingkungannya serta hasil penilaian tersebut.
7. Kajian emosi telah memberikan dampak dan manfaat yang besar dalam semua aspek kehidupan, baik dalam pendidikan, kesehatan, bisnis dan manajemen, marketing, hukum, komunikasi, sosial budaya, serta teknologi.
8. Kecerdasan emosi dibutuhkan untuk kesuksesan seseorang. Oleh karena itu, ia harus memiliki kemampuan yang meliputi, kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi, dan kemampuan dalam membina hubungan.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Warastri (2021) membagi ekspresi emosional, menjadi dua bagian, yaitu ekspresi verbal maupun ekspresi nonverbal. Jelaskan 5 bentuk ekspresi nonverbal?
2. Jelaskan 4 fungsi emosional secara intrapersonal menurut Cumming dan Sanders (2019)?
3. Jelaskan apa yang dimaksud dengan emosi membantu individu dalam mempersiapkan tindakan (*preparing us for action*)?
4. Gambarkan pembagian 4 komponen emosi menurut Reeve (2009) ?
5. Jelaskan mengapa emosi memiliki kaitan dengan faktor kognitif individu?

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (1992). *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ajhuri, K. F. (2019). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Yogyakarta: Penebar Media Pustaka.
- Al Baqi, S. (2015). Ekspresi Emosi Marah. *BULETIN PSIKOLOGI VOLUME 23, NO. 1, JUNI 2015*, 22 – 30.
- Amir, T. Y. (2013). *Dasar-Dasar Psikologi Pendekatan Kontekstual dan Praksis Dari Perspektif Kontemporer Hingga Nuansa Islam, dalam Subhan Elf Hafiz (ed)*. Jakarta: UHAMKA Press.
- Arni, M. (2011). *Komunikasi Organisasi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Atkinson., R. L. (2000). *Pengantar Psikologi Jilid Dua*. Batam: Interaksara.
- Atwater, E. (1984). *Psychology of Adjustment: 2nd edt*. Engelwood Cliff: Prentice-Hall Inc.
- Barrett, L. F. (2005). *Emotion and consciousness*. New York: The Guilford Press.
- Barrett, L. F. (2016). *Handbook of Emotions Fourth Edition*. New York: The Guilford Press.
- Blair, J. a. (2005). *The psychopath : emotion and the brain* . Australia: BLACKWELL PUBLISHING.
- Borod, J. C. (2000). *The neuropsychology of emotion / edited by Joan C. Borod*. New York: Oxford University Press.
- Boulogne, G.-B. D. (1990). *The mechanism of human facial expression*. New York: Cambridge University Press.
- Ching, C. L. (2020). Positive emotions, positive feelings and health: A life philosophy. *Linguistics and Culture Review*, 4(1), 1-14. .
- Crow, L. D. (1958). *Educational Psychology*. New York: American Book Company.
- Cummings, J. A. (2019). *Introduction to Psychology*. Saskatoon, SK: University of Saskatchewan Open Press.
- Dewi, K. S. (2012). *Kesehatan Mental*. Semarang: UPT UNDIP Press.
- Dirgagunarsa, S. (1996). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Mutiara Sumber Widya.

- EICH, E. d. (2000). *Cognition And Emotion*. New York: Oxford University Press.
- EISENBERG, N. (2006). *Handbook of child psychology Sixth Edition Volume Three: Social, Emotional, and Personality Development*, William Damon & Richard M. Lerner (Ed). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Ekman, P. (1992). Facial expression of emotion. *Journal of American Psychologist*, Vol. 48, No.4, 384, 392.
- Ekman, P. (2013). *Membaca Emosi Orang Panduan Lengkap Memahami Karakter, Perasaan dan Emosi Orang*. Yogyakarta: Diva Press.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Fitriyah, L. A. (2019). *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi*. Jombang, Jawa Timur: LPPM UNHAS YTEBUIRENG.
- Goleman, Daniel. (1996). *Kecerdasan Emosi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gulo, D. (1982). *Kamus Psikologi*. Bandung: Tonis.
- Gunarsa, S. D. (1981). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hahn, D. &. (2003). *Focus on Health: 6th edt*. New York: Mc.Graw Hill.
- Hilgert, E. (1957). *Introduction to Psychology*. New York: Harcourt, Brace and Company.
- Indriani, F. (Medan, Sumatera Utara). *Psikologi Umum*. 2022: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islah Negeri.
- Kagan, J. (2007). *What is emotion? : history, measures, and meaning*. New York: Yale University Press.
- Kearns, T. a. (2015). *General Psychology: An Introduction. Psychology, Sociology, Anthropology, and Social Work*. Book 1: <http://oer.galileo.usg.edu/psychology-textbooks/1>.
- Keltner, D. d. (2019). Emotional Expression: Advances in Basic Emotion Th. *Journal of Nonverbal Behavior*, page: 1-49, DOI: 10.1007/s10919-019-00293-3.
- Lerner, J. S. (2014). *Emotion and Decision Making*. New York: Harvard University.
- Lyons, W. (1980). *Emotion*. New York: Cambridge University Tress.
- Mahmud, M. D. (2018). *Psikologi Suatu Pengantar Edisi Terbaru*. Yogyakarta: BPFE dan Penerbit Andi.

- Martin, F. F. (2007). *Emotion and Stress*. New York: Infobase Publishing.
- Matsumoto, D. (1993). Ethnic differences in affect intensity, emotion judgments, display rule attitudes, and in an American sample. *Motivation & Emotion Vol. 17*, hal. 107,123.
- McMillan, D. W. (2006). *Emotion Rituals : A Resource For Therapists And Clients* . New York: Taylor & Francis Group, LLC.
- Morgan, C. K. (1998). *Introduction to Psychology*. Tokyo: Mc. Graw Hill.
- Morgan, C. T. (1961). *Introduction to Psychology, Second Edition*. New York,Toronto, London: McGrawHill Company, Inc.
- Muhid, A. d. (2013). *Psikologi Umum*. Ilyas Rolis (ed). Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press.
- Nyklíček, I. V. (2011). *Emotion Regulation and Well-Being*. New York: Springer.
- Phillips, B. (2004). *Mengendalikan Emosi-Emosi Anda Sebelum Mereka Mengendalikan Anda*. Batam: Interaksara.
- Prabowo, H. &. (1996). *Psikologi Umum 1*. Jakarta: Gunadarma Press.
- Prasetya, A. F. & Gunawan, I Made Sonny. (2018). *Mengelola Emosi*. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Rakhmat, J. (1994). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Reeve, J. (2009). *Understanding Motivation and Emotion Fifth Edition*. River Street, Hoboken: John Wiley & Sons, Inc.
- Robinson, M. D.-J. (2013). *Handbook of cognition and emotion*. New York: The Guilford Press.
- Rosensohn, W. L. (1963). A Logical Method for Making a Classification of Emotions, Using Wilhelm Wundt's Theory of Emotion Formation. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*,, 55:1, 175-182, DOI:.
- Rosenzwieg, M. R. (1971). *Psychology an Introduction*. London: D.C. Health & Company.
- Sabini, J. &. (1998). *Emotion, character, and responsibility*. New York: Oxford University Press.
- Saleh. (2018). *Pengantar Psikologi*. Makassar: Penerbit Aksara Timur.
- Santrock, J. (2002). *Life,Span Development (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarasati, B. &. (2021). Emosi Dalam Tulisan. *Jurnal Psibernetika Vol.14 (No.1)*, 40-48.

- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga.
- Sarwono, S. W. (1984). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Sarwono, S. W. (1997). *Psikologi Sosial, Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sobur, A. (2016). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Solomon, R. C. (1981). *Introducing Philosophy*. New York: Harcourt Brace Javanovich, Inc.
- Strongman, K. (2003). *The Psychology of Emotion*. West Sussex England: John Wiley & Sons, Ltd.
- Strongman, K. (2006). *Applying Psychology to Everyday Life*. West Sussex England: John Wiley & Sons,.
- Strongman, K. (2006). *Applying Psychology to Everyday Life*. West Sussex England: John Wiley & Sons, Ltd.
- Suciati, R. &. (2016). Perbedaan Ekspresi Emosi pada orang Batak, Jawa, Melayu dan Minangkabau. *Jurnal Psikologi, Volume 12 Nomor 2*, 99-108.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Warastri, A. (2021). *Buku Ajar : Mata Kuliah Dinamika Psikologi Umum*. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Warsah, I. &. (2021). *Psikologi: Suatu Pengantar*. Yogyakarta: Tunas Gemilang Press.
- Wastell, C. (2005). *Understanding Trauma And Emotion : Dealing With Trauma Using An Emotion-Focused Approach*. Crows Nest NSW, Australia: Allen & Unwin.
- Zulkarnaen, R. A. (2016). *Ekspresi Emosi Anggota Komunitas One Day One Juz (ODGJ)*. Surabaya: Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 8: GEJALA-GEJALA KONATIF/ KONASI

Tri Windi Oktara, S.pd, M.Psi

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

BAB 8

GEJALA-GEJALA KONATIF/KONASI

Seperti yang sudah dijelaskan pada bab sebelumnya, pada bab ini masih membahas mengenai gejala-gejala jiwa. Dan di bab ini akan dipaparkan pembahasan mengenai gejala-gejala konatif.

A. PENGERTIAN KONATIF/KONASI

Istilah "mental" dapat digunakan untuk merujuk pada penyakit yang berkembang dalam diri seseorang dan merupakan motivasi di balik perilaku. Bab ini akan membahas tentang gejala konatif setelah dijelaskan pada bab sebelumnya.

Kapasitas konasi atau disebut juga dengan conatus adalah kemauan untuk bertindak secara moral agar individu dapat berkembang (Sutirna, 2013).

Konasi, menurut Abu Ahmadi (2003), adalah kehendak, kemauan atau keinginan. Kemauan adalah fungsi jiwa yang memiliki kekuatan dari dalam untuk melakukan sesuatu, berlawanan dengan gerakan atau aktivitas di luar. Selain terkendala oleh kondisi eksternal, melakukan suatu perbuatan atau tindakan juga dapat dipengaruhi oleh variabel internal individu yang bersangkutan. Bersamaan dengan variabel baik dari dalam maupun dari luar dirinya, kekuatan yang berasal dari individu yang bersangkutan juga beroperasi sebagai kekuatan pendorong aktivitas orang tersebut.

B. PEMBAGIAN GEJALA KONASI

Gejala konasi dapat dibedakan antara konasi fisik dan psikologis:

1. Dorongan, keinginan, kemauan, disposisi, nafsu, dan kehendak adalah contoh konasi (keinginan) yang dominan bersifat jasmani.
 - a. Dorongan
Kekuatan dari dalam yang diarahkan ke tujuan dan beroperasi secara tidak sadar. Kebutuhan untuk melindungi diri sendiri, dorongan untuk mempertahankan spesies, dan dorongan untuk memajukan diri sendiri adalah tiga jenis utama dari dorongan asli.
 - b. Keinginan
Keinginan adalah dorongan impulsif untuk materi apa pun atau materialistik. Keinginan yang terpenuhi, yang biasanya terjadi saat Anda melihat sesuatu yang Anda sukai atau langsung tertarik, bisa jadi akan menjadi kebiasaan.
 - c. Hasrat
Keinginan yang mungkin untuk dilakukan lagi dan lagi.
 - d. Nafsu
Motivasi yang menyelubungi semua orang dan memberi mereka kemampuan untuk mengambil tindakan untuk memenuhi tuntutan tertentu dalam kehidupan mereka sendiri. Setiap orang memiliki nafsu pada tingkat yang berbeda dan dengan jenis yang berbeda. Hasrat dan pencarian nafsu seseorang akan dipengaruhi oleh kebiasaan baik dan pengaruh pendidikan yang baik.
 - e. Kecenderungan
Kemauan yang aktif mendorong untuk segera mengambil tindakan. Keinginan yang muncul dan dipecah menjadi empat kategori: kecenderungan vital (kehidupan), individu (pribadi), sosial (kelompok), dan sosial abstrak (antar pribadi).
 - f. Hawa nafsu
Semua kemampuan jiwa yang akan bergerak dan mengendalikan kesadaran didominasi oleh keinginan yang besar dan kuat. Mengenai sifat-sifat yang membentuk nafsu, yaitu: (1) penginderaan yang dipengaruhi oleh perkembangan kemampuan penalaran; dan (2) disertai dengan munculnya kemampuan yang luas.

g. Kemauan

Akan mengembangkan sesuatu berdasarkan perasaan dari pikiran atau merupakan kekuatan hidup yang sadar. Alam bawah sadar menghasilkan kemauan berdasarkan pikiran, emosi, dan kepribadian seseorang, yang membantu mereka mencapai tujuan tertentu tergantung pada kebutuhan mereka sendiri. Prosedur keinginan melibatkan sejumlah tahapan, termasuk:

a) Adanya Tujuan (Alasan)

Individu yang akan melaksanakan sesuatu harus ada tertanam alasan dalam hatinya.

b) Saat Memilih

Ketika memilih itu sulit karena memerlukan keputusan apakah sesuatu itu benar atau buruk. Semakin penting hasil yang diinginkan, semakin lama waktu yang dibutuhkan seseorang untuk mengambil keputusan, ketika memilih sesuatu membutuhkan lebih dari sekadar mengambilnya dari opsi yang tersedia. Selain itu, keputusan dibuat setelah dengan hati-hati menimbang keuntungan dan kerugian dari berbagai tujuan.

c) Keputusan

Aktivitas bertanggung jawab yang tulus akan mengikuti keputusan pribadi. Konsekuensi dalam situasi ini harus diperhitungkan sebagai hasil dari pilihan. Ketika individu memilih dan membuat keputusan, ini mungkin membingungkan. Pilihan akan dibuat berdasarkan pertimbangan terbaik setelah semua pertimbangan telah dibuat. Kemampuan seseorang untuk menyampaikan alasan terbaik, alasan yang diperlukan, dll., diakui dalam pilihan kehendak.

d) Perbuatan Kemauan

Prosedur sebelumnya akan sia-sia jika hanya berhenti pada pilihan kehendak karena tujuan kehendak tidak akan tercapai. Keputusan kehendak tidak diikuti oleh tindakan kehendak. Tindakan kemauan akan berakhir setelah keputusan keinginan telah dilakukan.

Ciri-ciri kemauan diantaranya sebagai berikut:

- 1) Dorongan internal manusia yang dilandasi dan dipertimbangkan.
- 2) Terkait erat dengan tujuan yang mungkin menarik minat atau perhatian untuk mendorong tindakan yang mengarah pada tujuan.
- 3) Pertimbangan perasaan menyenangkan dan negatif yang terkait dengan tindakan kehendak, serta kesediaan yang mempertimbangkan benar dan salah.
- 4) Adanya sikap aktif yang meningkatkan kemauan dan tujuan yang ingin dicapai. Orang yang utuh memeriksa, menggunakan pengaruh, dan memberikan pola aktivitas kehendak.

C. MOTIF

Motif adalah keinginan internal. Menurut Branca, kata Latin "*movere*" yang artinya bergerak atau berpindah merupakan sumber kata motif (1965). Energi internal yang mendorong (*driving force*) atau memotivasi suatu organisme untuk berperilaku dikenal sebagai motif.

R.S Woodworth dalam Alex Sobur (2006), motif adalah sesuatu yang dapat menyebabkan individu melakukan kegiatan tertentu atau melakukan sesuatu dan untuk mencapai tujuan tertentu. Motif sebagai penggerak biasanya tidak beroperasi secara independen; sebaliknya, mereka berinteraksi dengan elemen lain. Hal-hal yang dapat mempengaruhi motivasi disebut sebagai motivator. Kondisi internal yang disebut motivasi mengarahkan tindakan menuju tujuan.

Ciri-ciri motivasi dalam perilaku di antaranya :

- 1) Perubahan tingkah laku berupa berbagai tanggapan
- 2) Hubungan antara kekuasaan dan efisiensi perilaku dalam menentukan kekuasaan sangat bervariasi.
- 3) Motivasi memandu perilaku menuju tujuan tertentu.
- 4) Perilaku tertentu diulangi sebagai hasil penguatan positif..
- 5) Jika akibat perbuatan itu tidak menyenangkan, maka sifat tingkah laku itu akan melemah.

1. Motif Sebagai Penjelasan, Penyimpulan, dan Prediksi

Fakta bahwa niat tidak dapat segera dideteksi adalah kualitas terbaiknya. Adnan Achiruddin (2018) berpendapat bahwa perilaku, terutama apa yang dikatakan dan dilakukan seseorang, dapat mengungkapkan atau menyimpulkan tujuan seseorang. Informasi ini dapat digunakan untuk menyimpulkan motif. Asumsikan bahwa orang tersebut memberikan setiap tugasnya segalanya untuk memberikan hasil terbaik. Menurut teori ini, orang bekerja keras karena didorong oleh prestasi.

Temuan ini memberi individu alat yang berguna untuk menjelaskan perilaku. Beberapa perilaku dipengaruhi oleh insentif tertentu ketika mereka hadir. Misalnya, pertanyaan "Mengapa mereka mengambil les?" dilontarkan kepada siswa SMA kelas 3. Respon tersebut akan didorong oleh motivasi, seperti keinginan belajar, keinginan untuk belajar lebih jauh di luar jam sekolah, keinginan untuk meningkatkan harkat dan martabat orang tua agar mudah mengikuti perkuliahan. PTN terbaik, sehingga mereka dapat dengan mudah mendapatkan pekerjaan nanti, dll. Ini akan menggabungkan semua tema yang berbeda ini.

Motif dapat membantu seseorang dalam merumuskan prediksi perilaku. Seseorang dapat meramalkan apa yang akan dilakukan orang lain di masa depan jika mereka dapat menyimpulkan bahwa motif perilaku mereka akurat. Misalnya, jika seseorang memiliki motivasi sosial yang tinggi, mereka akan mencari teman. Oleh karena itu, motif dapat memberikan petunjuk tentang perilaku seseorang meskipun mereka tidak dapat memprediksi apa yang akan terjadi secara detail. Misalnya, jika seseorang sedang mencari pekerjaan, dia akan bekerja dengan tekun dan konsisten untuk mencapai deadline.

2. Lingkaran Motif

Dalam siklus melingkar, motivasi muncul, mengaktifkan tindakan menuju tujuan (goals), berhenti, dan kemudian kembali ke kondisi awal jika diperlukan lebih banyak rangsangan. 1. Driving state 2. Alat analisis perilaku 3. Objektif. Karena organisme merasakan kurangnya kebutuhan, dorongan terwujud dalam tahap awal penciptaan keadaan dorongan. Misalnya, seseorang yang kurang tidur merasakan dorongan untuk tidur, yang menyebabkan dia tertidur. Kondisi mengemudi dapat disebabkan

oleh rangsangan internal atau eksternal, atau oleh interaksi keduanya. Misalnya, selain kebutuhan internal, dorongan untuk makan dan minum juga dipengaruhi oleh kebutuhan fisiologis.

3. Teori-teori Motif

Berikut ini adalah teori-teori motif:

a. Teori insting

William Jammes menegaskan bahwa perilaku manusia diatur oleh naluri. Naluri adalah praduga (kecenderungan) untuk bertindak dengan cara tertentu dalam menanggapi rangsangan tertentu yang ditentukan secara genetis.

b. Teori Penggerak (Drive Theory)

Berdasarkan alasan biologis, hipotesis ini menurut Clark Leonard Hull dan rekannya, ketika tubuh suatu organisme kekurangan bahan kimia tertentu, seperti lapar atau haus, suatu kondisi ketegangan terjadi, yang menyebabkan organisme tersebut rileks dengan mengonsumsi makanan atau cairan.

Namun, penelitian lain mengungkapkan bahwa organisme bertindak untuk alasan selain mencapai homeostasis, mendorong kritik keras terhadap teori Drive. Teori Arousal mendalilkan bahwa organisme sering mencoba meningkatkan ketegangan internal daripada terus-menerus mencoba mengurangnya. Teori ini mengusulkan bahwa homeostasis adalah ketegangan yang sempurna, tidak terlalu rendah atau terlalu tinggi. Setiap orang memiliki pengertian yang berbeda tentang apa yang mereka anggap sebagai tingkat ketegangan yang optimal.

c. Teori Atribusi

Konsep ini menggunakan variabel lingkungan dan psikologis sebagai landasan argumentasinya daripada yang biologis. Menurut pakar terkenal Fritz Heider, perilaku dipengaruhi oleh pengaruh internal dan eksternal yang kuat. Orang yang merasa faktor di luar dirinya yang menggerakkan perilakunya dikatakan memiliki locus of control eksternal, sedangkan orang yang menganggap kekuatan internal sebagai pendorong perilaku dikatakan memiliki locus of control internal.

d. Teori Harapan

Menurut Victor E. Vroom, penulis teori harapan dan salah satu pendukungnya, motivasi adalah hasil dari tingkat keinginan (valensi) seseorang, tingkat harapan bahwa mereka akan berhasil menyelesaikan tugas yang diperlukan (harapan), dan tingkat keyakinan bahwa kesuksesan mereka akan mengarah pada imbalan yang mereka inginkan (mediasi).

$$(VALENSI \times HARAPAN \times INSTRUMENTALITAS = MOTIVASI)$$

e. Teori Aktualisasi Diri

Karena manusia adalah makhluk yang logis, setiap rangsangan akan diproses secara kognitif sebelum reaksi dihilangkan. Motif tertinggi manusia, menurut psiko analis C. G. Jung, adalah memaksimalkan kapasitas atau potensi seseorang; motivasi ini dikenal sebagai aktualisasi diri. Kemudian, berdasarkan temuan penelitian Rogers dan Maslow, terciptalah ungkapan “aktualisasi diri” (the actualizing tendency). Menurut Rogers, perilaku manusia diatur oleh kecenderungan aktualisasi, atau dorongan intrinsik manusia untuk meningkatkan bakat seseorang guna mempertahankan dan mengembangkan diri sendiri. Aktualisasi diri, menurut Maslow, merupakan bentuk tertinggi dari motivasi manusia. Meningkatkan motivasi dapat meningkatkan kemandirian dan daya cipta.

f. Teori Motif Berprestasi

John Atkinson dan David McClelland melakukan studi tentang motivasi pada tahun 1940 dengan tujuan yang lebih luas karena mereka percaya bahwa mengetahui variabel yang mendorong perilaku manusia memiliki efek yang mendalam. Kesimpulan penelitian mereka memicu terciptanya teori motivasi berprestasi yang berwawasan luas, yang memiliki pengaruh besar dan bertahan lama di bidang ekonomi.

Menurut McClelland, ada tiga persyaratan utama yang memengaruhi cara orang berperilaku.

- a) Hasrat untuk berprestasi, atau n-ach: Kebutuhan ini terwakili dalam tindakan setiap orang dan selalu menghasilkan standar yang sangat baik.

- b) Hasrat akan kekuasaan, juga dikenal sebagai dorongan n-power, dimanifestasikan dalam upaya terus-menerus orang untuk menggunakan pengaruh atas orang lain untuk melindungi reputasi mereka sendiri.
- c) Keinginan untuk berasosiasi atau n-afiliasi: Kebutuhan ini ditunjukkan dalam tingkah laku orang-orang yang suka bersosialisasi, membentuk ikatan yang kuat dengan orang lain, dan membentuk ikatan baru.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motif

- a. Bersumber dari dalam diri orang itu sendiri atau dikenal dengan istilah interest
Minat seseorang dapat dipengaruhi oleh pekerjaan, status sosial, kemampuan, usia, jenis kelamin, pengalaman, kepribadian, dan lingkungan sekitarnya. Elemen kunci dalam mencapai tujuan adalah minat, yang terkait erat dengan dorongan dan emosi.
- b. Berasal dari sumber selain orang, seperti lingkungan atau masyarakat
Lingkungan rumah, ruang kelas, dan masyarakat membentuk unsur-unsur lingkungan atau sosial.

5. Jenis-Jenis Motif

a. Motivasi Intrinsik

Berbeda dengan motivasi yang didasarkan pada 'nilai' tindakan yang diambil terlepas dari imbalan potensial, keinginan internal untuk mencapai tujuan sendiri dikenal sebagai motivasi intrinsik. Sebagai ilustrasi, seorang siswa dapat memilih untuk belajar untuk ujian jika dia menyukai materi pelajaran.

b. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah tindakan melakukan sesuatu untuk mendapatkan sesuatu yang lain (cara untuk mencapai tujuan). Penghargaan dan hukuman eksternal sering berdampak pada motivasi ekstrinsik. Menggunakan insentif dari luar tubuh dapat mempengaruhi perilaku. Ketika tujuannya adalah untuk mengontrol perilaku siswa, fungsi penghargaan berfungsi sebagai pendorong keinginan untuk

menyelesaikan tugas. Misalnya, jika murid memberikan jawaban yang bijaksana atas pertanyaan, guru menghadiahi mereka permen. Tentu saja, kami juga ingin siswa didorong oleh tujuan mereka sendiri (intrinsik). Memberikan penghargaan dengan data tentang bakat siswa dapat membantu dengan meningkatkan dorongan intrinsik siswa. Mengapa? Karena menerima pujian juga bisa membantu orang merasa lebih kompeten. Ada berbagai jenis motif di bidang motif.

c. Motif Fisiologis

Dorongan tubuh ini, termasuk kebutuhan untuk makan, minum, berhubungan seks, atau menghirup udara segar, biasanya memicu respons fisiologis ini. Karena berhubungan dengan dorongan untuk terus eksis sebagai makhluk hidup, dorongan ini dikenal sebagai alasan dasar atau utama. Saat tubuh tidak seimbang, motivasi ini muncul karena ada keinginan atau usaha untuk mengembalikannya ke dalam keselarasan. Proses fisiologis untuk menjaga keseimbangan ini, misalnya, meningkat ketika udara dingin hadir dengan perilaku yang teratur atau termotivasi yang mendorong orang untuk mencari selimut atau barang lain yang mungkin menghangatkan tubuh mereka.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa motif ini terwujud ketika ada persyaratan yang diperlukan. Organisme akan bereaksi atau merespon jika ada kebutuhan dan memenuhi kebutuhan tersebut. Namun, kebutuhan itu sendiri dapat berfungsi sebagai inspirasi. Proses pembelajaran juga sangat penting dalam hal motivasi, tujuan, dan tuntutan.

d. Motif Sosial

Sikap dan aktivitas manusia yang berbeda dipengaruhi oleh motivasi masyarakat yang rumit. Memahami motivasi sosial sangat penting untuk memahami perilaku individu atau kelompok. Ada tiga jenis motivasi sosial, menurut McCelland (Morgan, et al., 1984): 1) Kebutuhan untuk sukses 2) Kebutuhan untuk berafiliasi atau alasan untuk berafiliasi 3) Keinginan atau kebutuhan akan kekuasaan.

- e. Teori Kebutuhan oleh Murray
 - 1) Rendah diri atau sopan
 - 2) Pencapaian (*Achievement*)
 - 3) Keanggotaan (*Affiliation*)
 - 4) Agresi
 - 5) Otonomi
 - 6) Pembalasan atau tindakan yang diambil untuk menghindari kegagalan
 - 7) Keamanan (*Defendance*)
 - 8) Keseganan (*Deference*)
 - 9) Supremasi
 - 10) Pertunjukan atau kompetisi
 - 11) Menghindari kerusakan (*Harmavoidance*)
 - 12) *Infavodiance* atau keinginan untuk menghindari situasi yang tidak nyaman.
 - 13) Menawarkan dukungan (*Nurturance*)
 - 14) Regular
 - 15) Bermain
 - 16) Penolakan (*Rejection*)
 - 17) Perasaan, atau keinginan untuk memperoleh kesenangan dari sensasi inderawi
 - 18) Seks
 - 19) Mendukung atau membantu (*Succorance*)
 - 20) Mengenali (Memahami).

- f. Motif Aktualisasi Diri, Eksplorasi, dan Kompetensi
 - 1) Motif eksplorasi Marquis dan Woodworth

Tema untuk eksplorasi Woodworth dan Marquis dari tujuan ini adalah untuk mempromosikan penyelidikan lingkungan. Menurut mereka, ada beberapa alasan, antara lain sebagai berikut:

 - a) Motif Organik: Motivasi organik adalah persyaratan untuk kelangsungan hidup organisme, seperti keinginan akan makanan, air, seks, udara bersih, aktivitas, dan relaksasi.
 - b) Motif Darurat: Suatu organisme harus mengambil tindakan untuk menghindari bahaya dan melewati hambatan ketika ada

keadaan darurat, yang bergantung pada faktor eksternal atau sekitarnya.

- c) **Motif Objektif:** Selain "motivasi eksplorasi", "motif manipulasi", atau "motif untuk mengelola lingkungan sekitar", dan "motif minat", atau "motif yang muncul karena organisme tertarik pada suatu barang", "motif objektif" didefinisikan sebagai "motif yang bergantung pada lingkungan organisme."

2) **Motif Berbasis Kompetensi (*Competance Motive*)**

Motivasi bawaan, atau kebutuhan seseorang untuk menjadi kompeten dan mandiri dalam hubungannya dengan lingkungannya, terkait dengan motif kompetensi. Motif ini sangat penting karena dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan produktivitas karena merupakan pendorong perilaku manusia yang sangat kuat.

3) **Motif Aktualisasi Diri Maslow**

Motivasi aktualisasi diri berkaitan dengan keinginan atau kebutuhan untuk mencapai potensi penuh seseorang. Kebutuhan yang paling krusial adalah aktualisasi diri, menurut hierarki kebutuhan Maslow, yaitu sebagai berikut:

- a) Aktualisasi diri
- b) Harga diri (kebutuhan akan kekaguman) (kebutuhan akan penghargaan)
- c) Kebutuhan akan rasa memiliki dan cinta (kebutuhan akan kepercayaan dan kasih sayang)
- d) Kebutuhan akan rasa aman
- e) kebutuhan psikiatrik (kebutuhan fisiologis).

6. Frustrasi dan Konflik

Ada kemungkinan bahwa tujuan tidak akan tercapai karena, kadang-kadang atau bahkan sering, rintangan menghalangi orang mencapai tujuan mereka. Jika ini terjadi dan orang bingung mengapa tujuan mereka tidak terwujud, mereka mungkin menjadi kesal atau tidak puas. Orang yang frustrasi mungkin juga merasa tertekan, bersalah, takut, dll. Ketika suatu kebutuhan tidak terpenuhi atau terhalang untuk dipenuhi, timbul lah frustrasi.

Ada beberapa alasan untuk merasa frustrasi:

- 1) Ini adalah penghalang yang mungkin membuat Anda frustrasi karena lingkungan sekitar, seperti konvensi masyarakat saat ini.
- 2) Orang tersebut tidak dapat mencapai tujuan karena keterampilan bawaan mereka tidak mencukupi.
- 3) Konflik antara dua atau lebih motivasi yang ada, dua atau lebih motif yang hidup berdampingan dan perlu dipuaskan atau diselesaikan.

7. Jenis-Jenis Konflik

Meskipun motif-motif ini memiliki nilai dan kekuatan yang sama, orang tersebut harus menghadapinya sekaligus. Namun, alasan ini seringkali memiliki nilai yang berlawanan dan sama kuatnya, yang berarti bahwa orang seringkali merasa perlu untuk mencapai banyak tujuan sekaligus.

Kurt Lewin mengidentifikasi tiga kategori alasan konflik, yaitu:

- 1) Konflik antar pendekatan
Konflik timbul karena harus memilih antara dua alasan atau lebih, yang masing-masing memiliki nilai positif bagi individu yang bersangkutan.
- 2) Kerusuhan bergolak (konflik penghindaran)
Karena mereka harus memilih antara dua alasan atau lebih, yang semuanya memiliki nilai negatif bagi individu yang bersangkutan, maka mereka harus memilih salah satu motif yang ada.

Ada beberapa alternatif jawaban yang mungkin diambil oleh individu ketika menghadapi berbagai motif:

- 1) Penerimaan atau penolakan
Terjadi ketika memiliki nilai baik atau negatif bagi orang yang bersangkutan.
- 2) Kompromi
Terjadi ketika seseorang mampu menerima reaksi kompromi, seperti ingin bekerja sekaligus ingin belajar, yang memungkinkan terlaksananya kedua tujuan tersebut.

3) Bimbang (khawatir)

Terjadi ketika seseorang harus memilih atau menolak di antara dua motivasi, dan terkadang terjadi kesalahpahaman. Untuk membuat keputusan ini, orang tersebut harus mempelajari dan memeriksa semua aspek situasi secara menyeluruh. Keputusan harus logis, subyektif, dan berasal dari orang yang membuatnya dari lubuk hati dan nurani mereka.

D. RANGKUMAN MATERI

Kemauan adalah fungsi jiwa yang memiliki kekuatan dari dalam untuk melakukan sesuatu, berlawanan dengan gerakan atau aktivitas di luar. Selain terkendala oleh kondisi eksternal, melakukan suatu perbuatan atau tindakan juga dapat dipengaruhi oleh variabel internal individu yang bersangkutan. Dorongan, keinginan, kemauan, disposisi, nafsu, dan kehendak adalah contoh konasi (keinginan) yang dominan bersifat jasmani.

Motif adalah keinginan internal. Menurut Branca, kata Latin "*movere*" yang artinya bergerak atau berpindah merupakan sumber kata motif (1965). Energi internal yang mendorong (driving force) atau memotivasi suatu organisme untuk berperilaku dikenal sebagai motif. Motif dapat membantu seseorang dalam merumuskan prediksi perilaku. Seseorang dapat meramalkan apa yang akan dilakukan orang lain di masa depan jika mereka dapat menyimpulkan bahwa motif perilaku mereka akurat. Misalnya, jika seseorang memiliki motivasi sosial yang tinggi, mereka akan mencari teman. Oleh karena itu, motif dapat memberikan petunjuk tentang perilaku seseorang meskipun mereka tidak dapat memprediksi apa yang akan terjadi secara detail. Misalnya, jika seseorang sedang mencari pekerjaan, dia akan bekerja dengan tekun dan konsisten untuk mencapai deadline. Dalam siklus melingkar, motivasi muncul, mengaktifkan tindakan menuju tujuan (goals), berhenti, dan kemudian kembali ke kondisi awal jika diperlukan lebih banyak rangsangan. 1. *Driving state* 2. Alat analisis perilaku 3. Objektif.

Adapun teori-teori motif diantaranya Teori insting, teori penggerak (drive theory), teori atribusi, teori harapan, teori aktualisasi diri, dan teori motif berprestasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi motif. Faktor-faktor yang mempengaruhi motif yaitu bersumber dari dalam diri orang itu

sendiri atau dikenal dengan istilah interest dan berasal dari sumber selain orang, seperti lingkungan atau masyarakat.

Jenis-jenis motif diantaranya adalah motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, motif fisiologis, teori kebutuhan Murray, serta motif aktualisasi diri, eksplorasi dan kompetensi.

Ada kemungkinan bahwa tujuan tidak akan tercapai karena, kadang-kadang atau bahkan sering, rintangan menghalangi orang mencapai tujuan mereka. Jika ini terjadi dan orang bingung mengapa tujuan mereka tidak terwujud, mereka mungkin menjadi kesal atau tidak puas. Orang yang frustrasi mungkin juga merasa tertekan, bersalah, takut, dll. Ketika suatu kebutuhan tidak terpenuhi atau terhalang untuk dipenuhi, timbul lah frustrasi. Kurt Lewin mengidentifikasi tiga kategori alasan konflik, yaitu: (1) Konflik antar pendekatan, (2) Kerusakan bergolak (konflik penghindaran)

TUGAS DAN EVALUASI

1. Menurut anda bagaimana keinginan seseorang dapat tercapai dengan baik?
2. Carilah kasus mengenai frustasi individu karena merasa tertekan, takut dll. Jelaskan dengan menghubungkan salah satu beberapa alternatif jawaban yang mungkin diambil oleh individu ketika menghadapi berbagai motif!

DAFTAR PUSTAKA

- Achiruddin Saleh, Adnan. 2018. *Pengantar Psikologi*. Penerbit Aksara timur: Makassar
- Ahmadi, A., 2003. *Psikologi Umum*. PT Rineka Cipta: Jakarta
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J dan Nolen Hoeksema, 1996. *Hilgard's Introduction to Psychology*. Harcourt Brace College Publisher: New York
- Branca, A. A., 1965. *Psychology: The Science of Behavior*. Allyn and Bacon Inc.: Boston.
- Maslow, Abraham. 1970. *Motivation and Personality*. Harper & Row, Publishers, Inc: English
- Sarlito W. S., 2014. *Pengantar Psikologi Umum*. Cet. 6. PT Rajagrafindo Persada: Jakarta
- Sartain, A.Q., North, A.J., Strang, J.R., dan Chapman, H.M., 1967. *Psychology Understanding Human Behavior*. McGraw-Hill Book Company, Kogakusha Company: Tokyo
- Sutirna. 2013. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: Andi Offset
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2009). *Theories of Personality*. USA: Wadsworth, Cengage Learning
- Walgito, B., 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Andi: Yogyakarta
- Woodworth, R.S., 1951. *Experimental Psychology*. Methuen & Co. Ltd.: London.
- Woodworth, R.S., dan Marquis, D., 1957. *Psychology*. Henry Holt and Company: New York
- Woodworth, R.S., dan Scholosberg, H., 1971. *Experimental Psychology*. Oxford & IBH Publishing Co: New Delhi.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 9: GEJALA-GEJALA CAMPURAN: PERHATIAN, KELELAHAN DAN SUGESTI

Fitriatul Masruroh, M.Psi, Psikolog

Institut Agama Islam (IAI) Ibrahimy Genteng Banyuwangi

BAB 9

GEJALA-GEJALA CAMPURAN: PERHATIAN, KELELAHAN DAN SUGESTI

Dalam kehidupan manusia terdapat beberapa gejala psikologis, membahas tentang jiwa manusia terlebih dahulu kita harus dapat membedakan antara nyawa dan jiwa. Dimana nyawa adalah daya jasmaniah sedangkan jiwa merupakan pusat kepribadian dari manusia. Di dalam psikologi ada gejala-gejala yang perlu diketahui selain gejala kognitif, gejala afektif, dan gejala konotatif, adalah gejala campuran. Namun yang akan kami bahas disini dari gejala-gejala campuran terdiri dari perhatian, kelelahan, dan sugesti. Bab ini akan memaparkan mulai dari pengertian, maksud, dan hal-hal lain yang berhubungan dengan gejala-gejala campuran.

A. PERHATIAN

Perhatian merupakan pemusatan kegiatan jiwa terhadap sesuatu sehingga perhatian merupakan keaktifan jiwa yang tinggi, artinya jiwa itu semata-mata tertuju kepada suatu objek atau sekumpulan objek-objek. Perhatian dan pengamatan sukar untuk dipisahkan, sebab perhatian adalah merupakan syarat psikologis di dalam individu mengadakan pengamatan dan juga merupakan langkah persiapan di dalam proses pengamatan, yaitu adanya kesediaan dari individu untuk mengadakan pengamatan. Perhatian adalah reaksi umum yang menyebabkan bertambahnya aktifitas daya konsentrasi dan fokus terhadap satu objek, baik di dalam maupun di luar diri individu. Perhatian merupakan

konsentrasi atau aktifitas jiwa terhadap pengamatan, pengertian, dan sebagainya dengan mengenyampingkan atau mengabaikan yang lain.

Perhatian Berhubungan erat dengan kesadaran jiwa terhadap sesuatu objek yang direaksi suatu waktu. Taraf kesadaran kita meningkat kalau jiwa kita dalam mereaksi sesuatu meningkat. Apabila taraf kekuatan kesadaran kita naik atau menjadi giat karena suatu sebab, maka kita berada pada permulaan perhatian. Perhatian timbul dengan adanya pemusatan kesadaran kita terhadap sesuatu. Terang tidaknya kesadaran kita terhadap sesuatu objek tertentu tidak tetap, ada kalanya kesadaran kita meningkat, ada kalanya menurun. Objek yang menjadi sasaran mungkin hal-hal yang ada dalam dirinya sendiri, misalnya tanggapan, pengertian, perasaan. Hal-hal yang berada di luar dirinya, misalnya keadaan alam, keadaan masyarakat, sosial ekonomi dan sebagainya.

Perhatian sangat dipengaruhi oleh taraf kesadaran individu, apabila taraf kekuatan kesadaran optimal maka individu berada pada pemusatan perhatian. Pemusatan kesadaran jiwa terhadap objek berarti tidak semua objek yang bersamaan timbul menjadi sasaran kesadaran, namun Sebagian unsur yang dikesampingkan. semakin kuat konsentrasi jiwa, maka semakin cepat berbagai unsur yang tidak menjadi sasaran dari lingkungan kesadaran seseorang.

Perhatian itu sangat dipengaruhi oleh suasana hati dan didukung oleh kemauan seseorang. Sesuatu yang memiliki nilai yang berbeda akan memiliki daya Tarik perhatian. Adapun perhatian yang spontanitas ialah perhatian tidak sengaja dan tertarik secara langsung. Selain perhatian secara langsung ada juga perhatian tidak langsung atau perhatian yang sengaja diarahkan pada suatu objek. Perhatian macam ini juga disebut sebagai perhatian bersyarat.

Dalam pengertian yang sempit, perhatian dianggap sebagai akibat dari kemampuan psikis yang disebut sebagai minat. Minat merupakan kejadian atau peristiwa dari kecenderungan yang terarah secara intensif kepada satu obyek yang dianggap penting. Minat ini sangat erat kaitannya dengan kepribadian, dan selalu mengandung unsur afektif/perasaan, kognitif dan kemauan. Apabila minat dan perhatian memiliki koneksi kuat kepada suatu obyek sampai pengalaman psikis lainnya terabaikan maka keadaan ini disebut *verstrooid*, atau minat yang tercecceer. Perhatian dan minat ini

ada kalanya tetap konstan ada kalanya tidak konstan, sebab selalu mengalami ayunan yang disebut sebagai osilasi minat atau perhatian.

Untuk meraih keberhasilan dari suatu tujuan, sangat perlu untuk memiliki kemampuan diri menjaga konsentrasi terhadap suatu pekerjaan. Sehubungan dengan ini sangat dibutuhkan adanya minat dan perhatian, beberapa syarat-syarat agar perhatian mendapat manfaat yang perlu diperhatikan antara lain ialah:

1. Inhibisi (Pembatasan Lapangan Kesadaran)

Merupakan pelarangan atau penyingkiran isi kesadaran yang tidak diperlukan, atau menghalang-halangi masuk ke dalam lingkungan kesadaran. Misalnya: kita sedang bergiat bersiap diri untuk menempuh lomba catur. Supaya perhatian tetap terarah pada lomba catur, maka hendaknya ada inhibisi, artinya segala apa yang mungkin mengganggu harus dicegah jangan sampai masuk ke dalam pikiran anda. Ajakan yang tidak berguna perlu dikesampingkan.

2. Apersepsi

Merupakan pengerahan dengan sengaja semua isi kesadaran, termasuk tanggapan, pengertian dan yang telah dimiliki dan bersesuaian/berhubungan objek pengertian. Tujuannya supaya jiwa kita lebih memahami objek yang menjadi sasaran. Misalnya: kita mempelajari Teknik bermain catur. Maka kita perlu apersepsi, misalnya fungsi dari setiap catur dan bagaimana pola atau alur permainan.

3. Adaptasi (Penyesuaian diri)

Peristiwa penyesuaian diri disebut adaptasi. Misalnya: dalam gejala perhatian, organ-organ kita baik jasmani maupun rohani yang diperlukan untuk menerima objek harus bekerja dengan sungguh-sungguh. Dalam memperhatikan sesuatu, organ-organ kita menjadi giat menyesuaikan diri antara subjek dan objek.

Apabila ketiga syarat tersebut (inhibisi, apersepsi, dan adaptasi) dapat dipenuhi, maka cukuplah perhatian seseorang terhadap sesuatu, akibatnya pekerjaan yang dilakukan dapat berjalan tanpa gangguan. Namun ketiga syarat tersebut tidak cukup untuk mencegah perhatian agar

tidak teralihkan. Ada beberapa hal yang dapat membantu individu agar perhatian tidak mudah teralihkan antara lain sebagai berikut:

- Adanya perasaan penasaran terhadap objek. Apapun yang diperhatikan merupakan sesuatu yang memiliki nilai keindahan, keunikan, atau khas. Hal ini merupakan unsur perasaan yang membantu stabilitas perhatian.
- Adanya kemauan yang kuat, jika sebenarnya tidak ada perhatian terhadap sesuatu objek, namun objek tersebut berkaitan dengan kebutuhan individu maka dapat diharapkan untuk memiliki kemauan yang kuat dan perhatian tidak mudah teralihkan.
- Singkirkan segala kejadian atau hambatan emosional yang mengakibatkan terpecahnya perhatian dan minat
- Kerjakan satu tugas saja sehingga konsentrasikan segenap minat dan perhatian pada penunaian tugas
- Bersikap tenang, dan hati-hati

Penyimpangan perhatian (*in attention*) merupakan suatu keadaan yang dialami seseorang pada suatu saat tertentu, terbentuknya penyimpangan perhatian di dorong baik oleh faktor internal, dimana hal ini terjadi saat kondisi seseorang mengalami kelelahan, lapar, dan lain sebagainya. Faktor eksternal sesaat misalnya, objek yang monoton dan tetap.

Selain beberapa cara agar perhatian tidak mudah teralihkan, ada beberapa ragam jenis perhatian yang di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Perhatian spontan dan disengaja.

Perhatian spontan, disebut juga pula perhatian asli atau perhatian langsung, ialah perhatian yang timbul dengan sendirinya oleh karena tertarik pada sesuatu dan tidak didorong oleh kemauan. Perhatian disengaja yakni perhatian yang timbulnya didorong oleh kemauan karena adanya tujuan tertentu.

2. Perhatian statis dan dinamis, atau perhatian yang tetap terhadap sesuatu, atau perhatian yang mudah berubah-ubah.

Perhatian statis ialah perhatian yang tetap terhadap sesuatu. Ada orang yang dapat mencurahkan perhatiannya kepada sesuatu seolah-olah tidak berkurang kekuatannya. Dengan perhatian yang tetap itu

maka dalam waktu yang agak lama orang dapat melakukan sesuatu dengan perhatian yang kuat. Perhatian dinamis ialah perhatian yang mudah berubah-ubah, mudah bergerak, mudah berpindah dari objek yang satu ke objek yang lain. Supaya perhatian kita terhadap sesuatu tetap kuat, maka tiap-tiap kali perlu diberi perangsang baru.

3. Perhatian konsentratif dan distributif, atau perhatian yang hanya ditujukan kepada suatu objek (masalah) tertentu, dan perhatian yang dibagi-bagi pada beberapa arah sekaligus.

Perhatian konsentratif (perhatian memusat), yakni perhatian yang hanya ditujukan kepada suatu objek (masalah) tertentu. Perhatian distributif (perhatian terbagi-bagi). Dengan sifat distributif ini orang dapat membagi-bagi perhatiannya kepada beberapa arah dengan sekali jalan/ dalam waktu yang bersamaan.

4. Perhatian sempit dan luas, yang artinya seseorang dengan perhatian sempit mudah memusatkan perhatiannya pada suatu objek spesifik, sebaliknya individu dengan perhatian luas kesulitan mengarah pada suatu spesifik.

Perhatian sempit: Orang yang mempunyai perhatian sempit dengan mudah dapat memusatkan perhatiannya kepada suatu objek yang terbatas, sekalipun ia berada dalam lingkungan ramai. Dan lagi orang semacam itu juga tidak mudah memindahkan perhatiannya ke objek lain, jiwanya tidak mudah tergoda oleh keadaan sekelilingnya.

Perhatian luas: Orang yang mempunyai perhatian luas mudah sekali tertarik oleh kejadian-kejadian sekelilingnya, perhatiannya tidak dapat mengarah hal-hal tertentu, mudah terangsang dan mudah mencurahkan jiwanya kepada hal yang baru.

5. Perhatian fiktif (melekat) dan fluktuatif, atau perhatian yang dapat melekat lama dan perhatian yang berubah-ubah lekatannya atau hanya melekat pada yang dirasa penting saja.

Perhatian fiktif (perhatian melekat), yakni perhatian yang mudah dipusatkan suatu hal dan boleh dikatakan bahwa perhatiannya dapat melekat lama pada objeknya. Biasanya teliti sekali dalam mengamati sesuatu.

Perhatian fluktuatif (bergelombang). Pada umumnya dapat memperhatikan bermacam-macam hal sekaligus, tetapi tidak seksama. Yang melekat hanya hal yang dirasa penting.

Adapun Faktor-Faktor yang mempengaruhi perhatian meliputi pembawaan, Latihan dan kebiasaan, kebutuhan, kewajiban, keadaan jasmani, suasana jiwa, suasana di sekitar, serta kuat tidaknya perangsang dari objek itu sendiri.

1. Pembawaan

Adanya pembawaan tertentu yang berhubungan dengan objek yang direaksi, maka sedikit atau banyak akan timbul perhatian terhadap objek tertentu.

2. Latihan dan kebiasaan

Meskipun dirasa tidak ada bakat pembawaan tentang sesuatu bidang, tetapi karena hasil dari pada latihan/kebiasaan, dapat menyebabkan mudah timbulnya perhatian terhadap bidang tersebut.

3. Kebutuhan

Adanya kebutuhan tentang sesuatu memungkinkan timbulnya perhatian terhadap objek tersebut. Kebutuhan merupakan dorongan, sedangkan dorongan itu mempunyai tujuan yang harus dicurahkan kepadanya. Demi tercapainya sesuatu tujuan, disamping perhatian juga perasaan dan kemauan memberi dorongan yang tidak sedikit pengaruhnya.

4. Kewajiban

Di dalam kewajiban terkandung tanggung jawab yang harus dipenuhi, entah kewajiban itu cocok atau tidak, menyenangkan atau tidak. Maka demi terlaksananya suatu tugas, apa yang menjadi kewajibannya akan dijalankan dengan penuh perhatian.

5. Keadaan jasmani

Sehat tidaknya jasmani, segar tidaknya badan sangat mempengaruhi perhatian kita terhadap sesuatu objek.

6. Suasana jiwa

Keadaan batin, perasaan, fantasi, pikiran dan sebagainya sangat mempengaruhi perhatian kita, mungkin dapat membantu juga dapat menghambat

7. Suasana di sekitar

Adanya bermacam perangsang di sekitar kita, seperti kegaduhan, keributan, kekacauan, temperatur, sosial ekonomi, keindahan dan sebagainya dapat mempengaruhi perhatian kita.

8. Kuat tidaknya perangsang dari objek itu sendiri

Berapa kuatnya perangsang yang bersangkutan dengan objek perhatian sangat mempengaruhi perhatian kita.

Minat dan perhatian pada umumnya dianggap sama/tidak ada perbedaan. Minat (*interesse*) adalah sikap jiwa seorang termasuk ketiga fungsi jiwanya (kognisi, konasi, emosi), yang tertuju pada sesuatu, dan dalam hubungan itu unsur perasaan yang terkuat.

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang diarahkan kepada sesuatu objek tertentu. Di dalam gejala perhatian, ketiga fungsi jiwa tersebut di atas pun juga ada, tetapi unsur pikiranlah yang terkuat pengaruhnya. Sedangkan Minat ialah sesuatu pemusatan perhatian yang tidak disengaja yang terlahir dengan penuh kemauannya dan yang tergantung dari bakat dan lingkungannya.

Beberapa Peristiwa dalam Gejala Perhatian, diantara ada Perseverasi (menahan), Adaptasi, Osilasi dan Perhatian bergerak

1. Perseverasi (menahan)

Peristiwa ini terjadi kalau seseorang sangat terikat perhatiannya ada sesuatu objek tertentu, sehingga sukar melepaskan perhatiannya dari objek tersebut.

2. Adaptasi

Peristiwa yang selalu berpindah-pindah, mudah menyesuaikan diri dengan keadaan baru. Peristiwa ini bertentangan dengan perseverasi. Perhatian tidak terikat pada satu objek saja. Peristiwa ini disebut adaptasi, yang umumnya dimiliki oleh individu yang mempunyai perhatian lunak.

3. Osilasi

Keadaan perhatian yang tidak tetap, timbul tenggelam, kuat kendur, sering terputus-putus. Hilangnya bagian yang tidak tertangkap itu berbarengan dengan terputusnya peristiwa. Misalnya seseorang yang sedang menonton film, semula perhatiannya sangat besar, namun

setelah film usai ternyata ada bagian yang tidak tertangkap. Hilangnya perhatian tersebut berbarengan dengan terputusnya perhatian seseorang terhadap film yang dilihat.

4. Perhatian bergerak

Peristiwa ini perhatiannya berserakan, seakan-akan tidak mempunyai perhatian sama sekali terhadap apa saja, peristiwa ini sebagai akibat dari adanya perseverasi.

B. KELELAHAN

Manusia selalu terlibat dalam berbagai gerak dan kesibukan berarti dalam hidupnya. Akan tetapi lama-kelamaan kekuatan untuk berbuat itu akan semakin berkurang. Berkurangnya kekuatan bergerak (baik jasmani maupun rohani), akan berpengaruh pada kinerja aktivitas yang diperbuat. Gejala berkurangnya manusia untuk melakukan sesuatu disebut kelelahan, keletihan, kelesuan, atau kepenataan (Warsah & Daheri, 2021).

Menurut Suma'mur (2014) Keadaan dan perasaan lelah atau kelelahan adalah reaksi fungsional pusat kesadaran yaitu otak (*cortex celebri*), yang dipengaruhi oleh dua sistem antagonis yaitu sistem penghambat (inhibisi) dan sistem penggerak (aktivasi).

1. Sistem penghambat (inhibisi) bekerja terhadap talamus (thalamus) yang mampu menurunkan kemampuan manusia bereaksi dan menyebabkan kecenderungan untuk tidur.
2. Sementara itu sistem penggerak (aktivasi) terdapat dalam formasio retikularis (*formation reticularis*) yang dapat merangsang pusat vegetatif untuk konversi ergotropis dari organ dalam tubuh ke arah kegiatan bekerja, berkelahi, melarikan diri, dan lain-lain.

Maka berdasarkan konsep tersebut keadaan Lelah seseorang pada suatu saat sangat tergantung kepada hasil kerja antara dua sistem antagonis yang dimaksud. Apabila sistem penghambat berada pada posisi lebih kuat daripada sistem penggerak, seseorang berada dalam kondisi kelelahan. Sebaliknya, apabila sistem penggerak lebih kuat dari sistem penghambat, maka seseorang berada dalam keadaan segar atau tidak lelah.

Kelelahan disebabkan karena berlangsungnya suatu aktivitas atau pekerjaan, baik aktivitas jasmani maupun rohani yang dikerjakan dalam waktu cukup lama terus menerus. Namun demikian penyebab kelelahan juga beragam, amat tergantung dari jenis atau macam kelelahannya sendiri. Beberapa macam atau jenis kelelahan itu adalah sebagai berikut.

1. Kelelahan jasmani

yaitu kelelahan yang disebabkan oleh kekuatan jasmani atau tubuh yang berkurang, sehingga tidak dapat melakukan sesuatu dengan semestinya. Faktor kelelahan jasmani seperti dapat disebabkan oleh penggunaan daya fisik besar hingga mencapai batasnya, atau faktor kesehatan dan cacat tubuh. Kelelahan jasmani: kekuatan jasmani berkurang, sehingga tidak dapat melakukan sesuatu dengan semestinya, maka itu mengalami kelelahan jasmani.

2. Kelelahan rohani

Kekuatan jiwa disebabkan oleh pikiran, perasaan dan kemauan yang berkurang, sehingga tidak dapat melakukan pekerjaan psikis dengan semestinya. Kelelahan rohani: kekuatan jiwa berkurang, sehingga tidak dapat melakukan pekerjaan psikis dengan semestinya, maka itu dikatakan mengalami kelelahan rohani atau kelelahan jiwa.

3. Kelelahan jasmani dan rohani

kelelahan jasmani tidak dapat dipisahkan dengan kelelahan rohani, dan sebaliknya. Singkatnya, dapat dikatakan bahwa antara kelelahan jasmani dan kelelahan rohani mempunyai hubungan timbal balik dan saling mempengaruhi (Warsah & Daheri, 2018). Misalnya, kelelahan dan stres karena kondisi yang berkaitan dengan pekerjaan berisiko akan mengganggu efektivitas dan produktivitas pekerja karena memang pekerjaan semacam ini mengurus banyak tenaga jasmani dan rohani.

Sejak lahir sampai akhir usia manusia mempunyai dorongan untuk bergerak dan melakukan bermacam-macam kesibukan. Semua gerak dan kesibukan itu mempunyai arti bagi manusia. Tetapi pada suatu saat kekuatan untuk berbuat itu makin lama makin berkurang. Berkurangnya kekuatan bergerak (baik jasmani maupun rohani), akan memberi pengaruh mengurangi prestasi-prestasi yang akan dicapai. Gejala

berkurangnya manusia untuk melakukan sesuatu disebut kelelahan, keletihan, kelesuan dan kepenatan. Bahwa tenaga manusia ada batasnya, batas itulah yang menunjukkan datangnya kelelahan.

Sebenarnya kelelahan itu adalah sesuatu keadaan atau kondisi, baik jasmani dan rohani atau psikis. Namun demikian kelelahan mempunyai pengaruh yang besar terhadap kehidupan manusia. Karena alasan itulah kelelahan dimasukkan di dalam gejala campuran.

Gejala Kelelahan pada Manusia, ada beberapa sebab-sebab dalam kelelahan. Kelelahan disebabkan karena berlangsungnya suatu aktifitas atau pekerjaan, baik aktifitas jasmani maupun rohani. Kelelahan yang disebabkan oleh pekerjaan jasmani meliputi olahraga, memikul berat, mencangkul dan sebagainya. Kelelahan yang disebabkan oleh pekerjaan jiwa, misalnya memikirkan masalah-masalah yang rumit, terlalu lama konsentrasi, dan sebagainya.

kelelahan jasmani tidak dapat dipisahkan pula dengan kelelahan rohani, dan sebaliknya. Dengan singkat dapat dikatakan bahwa antara jasmani dan rohani mempunyai hubungan timbal balik dan saling mempengaruhi. Manusia selamanya tidak dapat diadakan pemisahan antara jiwa dan raganya.

Ada beberapa pendapat tentang kelesuhan dimana diantaranya teori inteksiasi, dan teori biologis. Teori inteksiasi (into = intra = dalam, toxicum = racun) Intksinasi berarti di dalam badan kita terdapat atau terjadi racun yang dapat menimbulkan kelesuhan. Ini terjadi pertukaran zat, peredaran darah dan pembakaran. Secara teori biologis, apabila seseorang melakukan pekerjaan terlalu lama maka akan menyebabkan timbulnya gejala kelelahan dan apabila melakukan Pekerjaan dalam waktu lama, akan menimbulkan perasaan bosan sehingga berkuranglah perasaan puas pada pekerjaan. Hal ini juga sebagai kelelahan.

Ada beberapa yang dapat dilakukan oleh individu dalam upaya menghilangkan rasa lesu atau lelah pada umumnya dengan cara:

- a. Untuk menghilangkan kelelahan jasmani, seseorang dapat menghentikan pekerjaan yang dilakukan dengan duduk-duduk, tidur dan sebagainya.
- b. Untuk menghilangkan kelelahan rohani kadang-kadang orang tidak cukup menghentikan pekerjaan yang dilakukan, namun terkadang

seseorang butuh untuk relaksasi sejenak yang dapat menghindari terjadinya stres. Misalnya: menonton film, berjalan-jalan, membaca novel, bersenda gurau dan sebagainya. Dengan cara demikian biasanya kelelahan secara rohani dapat hilang dan kembali kuat dan segar.

- c. Banyak Mengonsumsi air putih. Mengonsumsi air putih dengan teratur selain dapat membantu terhindar dari dehidrasi dan akan membuat tubuh jauh lebih segar dan juga sehat. Dehidrasi terkadang menjadi salah satu pemicu utama ketika tubuh merasa lelah, untuk itu Mengonsumsi air putih yang cukup tentu saja dapat membuat seseorang lebih segar dalam melakukan aktivitas dan tentunya tubuh menjadi lebih sehat.

C. SUGESTI

Sugesti adalah pengaruh terhadap jiwa atau laku seseorang dengan maksud tertentu, sehingga pikiran dan kemauan terpengaruh olehnya (Warsah & Daheri, 2021). Misalnya, hal ini dapat ditimbulkan kepada siswa yang akan mengikuti apa yang dikehendaki oleh gurunya (supaya mau belajar). Hal tersebut dapat terjadi karena siswa yang sedang belajar memang sedang dalam keadaan, situasi, dan kondisi untuk belajar di lingkungan yang mendukungnya pula (sekolah), dan guru memiliki kewajiban dan wewenang untuk mengajar.

Lebih lanjut mengenai sugesti, adalah pengaruh atas jiwa atau perbuatan seseorang sehingga pikiran, perasaan dan kemauannya terpengaruh dan dengan begitu orang mengakui atau meyakini apa yang dikehendaki dari padanya". Artinya, sugesti adalah pengaruh atas jiwa atau perbuatan seseorang, sehingga pikiran, perasaan dan kemauannya terpengaruh, dan dengan begitu orang mengakui apa yang dikehendaki dari padanya.

Selain untuk meyakinkan diri sendiri dan orang lain, sugesti juga dapat dijadikan fasilitas bagi pengobatan gangguan psikologi. Contohnya adalah pengobatan gangguan psikologi di klinik hipnoterapi menggunakan komunikasi terapeutik (Candi dan Putra, 2015). Sugesti adalah pengaruh atas jiwa atau perbuatan seseorang, sehingga pikiran, perasaan dan

kemauannya terpengaruh, dan dengan begitu orang mengakui atau meyakini apa yang di kehendaki dari padanya.

Inti dari pada sugesti ialah didesakkan suatu keyakinan kepada seseorang, yang olehnya diterima mentah-mentah, tanpa pertimbangan yang dalam. Hal tersebut dapat dilakukan apabila syaratnya terpenuhi, yakni:

1. Pihak yang mempengaruhi, mendesakkan suatu keyakinan, pendapat atau anggapan kepada orang lain.
2. Pihak yang dipengaruhi, didesak untuk menurut dan menerima pendapat atau tanggapan yang dikenakan kepadanya.

Tanpa adanya kedua hal tersebut, maka sugesti tidak akan terjadi (hanya satu pihak). Menyugesti orang berarti mempengaruhi proses kejiwaan (pikiran, perasaan, dan kemauan) orang lain, sehingga orang yang disugesti mengikuti dan berbuat apa seperti yang disugestikan kepadanya.

Tampak bahwa sugesti merupakan salah satu gejala yang sangat bisa dimanfaatkan untuk berbagai hal untuk memersuasi atau mendorong orang lain agar melakukan sesuatu. Caranya sendiri dapat berupa:

- a. Membujuk,
seperti bagaimana guru selalu berusaha agar didiknya maju, yaitu dengan jalan membujuk agar ia lebih rajin agar hidupnya dapat sukses atau bisa membantu orangtua;
- b. Memuji,
merupakan suatu pernyataan yang positif tentang seseorang, dengan tulus dan sejujurnya. Pujian itu adalah sesuatu ucapan yang membuat orang yang mendengarnya merasa tersanjung, sehingga dapat juga memberikan motivasi;
- c. Menakut-nakuti,
Misalnya dengan memperingatkan anak yang suka makan cokelat berlebih, awas jangan terlalu banyak makan cokelat, nanti gigi mu bolong dan perut mu juga bisa sakit.
- d. Dengan menunjukkan kekurangan atau kelebihan, contohnya adalah bagaimana seorang pendidik akan memperingatkan bahwa jika siswanya tidak rajin, maka kemungkinan proses pendidikan akan gagal,

dan tidak bisa sukses. Sebaliknya, apabila ia rajin dan pendidikan berhasil, maka ia juga akan berhasil dalam kehidupan dan dapat mencapai cita-citanya.

Sugestif dan Sugestibel

a. Sugestif

Sesuatu yang mempunyai pengaruh sugesti yang besar. Hal yang mempengaruhi sugesti ini tidak dapat ditentukan, kadang-kadang karena kecakapan, kedudukan, kekayaan, kejujuran dan sebagainya.

b. Sugestibel

ialah sifat-sifat yang mudah kena saran atau sugesti. Orang yang mudah terkena pengaruh sugesti disebut sugestibel.

Terdapat beberapa keadaan yang memudahkan sugesti terjadi, yakni sebagai berikut. Sugesti karena hambatan berpikir, Sugesti karena keadaan pikiran terpecah, Sugesti karena otoritas, Sugesti karena mayoritas dan Sugesti karena “will to believe”.

1. Sugesti karena hambatan berpikir

Sugesti lebih mudah terjadi apabila seseorang berada dalam keadaan ketika cara-cara berpikir kritisnya sedang terkendala. Hal ini juga dapat terjadi misalnya apabila orang itu sudah lelah berpikir, tetapi juga apabila proses berpikir itu dikurangi dayanya karena sedang mengalami rangsangan-rangsangan emosional. Misalnya, seorang detektif kriminal dengan sengaja membuat tersangkanya kelelahan berpikir dan kesal dengan ditanyai pertanyaan sama berulang-ulang hingga secara tidak sengaja, akhirnya sang tersangka mengeluarkan hal yang sebenarnya (apabila dia memang berbohong).

2. Sugesti karena keadaan pikiran terpecah-pecah (disosiasi)

Manusia banyak memiliki persoalan. Karena banyaknya persoalan dan permasalahan yang dihadapinya, maka manusia sering kali dihindangi oleh kelelahan dan keletihan. Ketika pikiran manusia dihambat oleh adanya faktor kelelahan, yang amat sangat atau karena rangsangan emosional, sugesti itu pun mudah terjadi pada diri orang apabila ia mengalami diasosiasi dalam pikirannya, yaitu apabila pemikiran orang itu mengalami keadaan terpecah-belah. Kondisi ini juga dapat terjadi

ketika seseorang menjadi bingung karena ia dihadapkan pada kesulitan-kesulitan hidup yang terlalu kompleks bagi kapasitas mentalnya. Dalam keadaan bingung seperti ini, maka seseorang lebih mudah terkena sugesti dari orang lain yang dianggap mengetahui jalan keluar dari kesulitan-kesulitan yang di hadapinya itu. Dalam kondisi yang seperti ini, sugesti orang lain akan sangat mudah ia terima, dan bahkan akan menuruti apa saja yang diberikan oleh si pemberi sugesti.

3. Sugesti karena otoritas atau prestise

Seseorang yang menjadi bawahan akan lebih mudah menerima sugesti dari atasannya. Hal ini juga berlaku seperti pada keadaan seseorang cenderung lebih menerima pandangan-pandangan atau sikap-sikap yang diutarakan oleh para ahli dalam bidangnya. Hal tersebut karena seseorang dianggap memiliki otoritas pada bidang tersebut atau memiliki prestise sosial yang tinggi. Realitas sebagaimana digambarkan di atas banyak ditemui dalam kehidupan sehari-hari, bahwa otoritas dan prestise sangat berpengaruh dalam hal pemberian sugesti. otoritas dan prestise merupakan salah satu faktor yang mempermudah proses pemberian sugesti, baik pada seseorang yang sedang mengalami kebingungan atau disosiasi ataupun seseorang yang sedang dalam keadaan mental yang stabil.

4. Sugesti karena mayoritas

Dalam kehidupan sosial masyarakat, dikenal adanya komunitas atau kelompok. Dalam kelompok ada yang anggotanya banyak dan ada pula yang anggotanya sedikit. Dalam hal ini, orang lebih cenderung akan menerima suatu pandangan atau ucapan apabila ucapan itu didukung oleh mayoritas, oleh sebagian besar dari golongannya, kelompoknya, atau masyarakatnya. Mereka cenderung untuk menerima pandangan itu tanpa pertimbangan lebih lanjut karena jika sebagian besar berpendapat demikian, ia pun dengan suka rela ikut berpendapat demikian. Kenyataan yang demikian menunjukkan bahwa sugesti mayoritas akan mudah diikuti oleh minoritas atau seseorang.

5. Sugesti karena *"will to believe"*

Terdapat pula pendapat bahwa sugesti justru membuat seseorang sadar akan adanya sikap-sikap dan pandangan-pandangan tertentu pada orang-orang. Dengan demikian, yang terjadi dalam sugesti itu

adalah diterimanya suatu sikap atau pandangan tertentu karena sikap atau pandangan itu sebenarnya sudah terdapat padanya tetapi dalam keadaan terpendam. Dalam hal ini, isi dari sugesti akan diterima tanpa pertimbangan lebih lanjut karena ada pribadi orang yang bersangkutan sudah terdapat suatu kesediaan untuk lebih sadar dan yakin akan hal-hal disugesti itu yang sebenarnya sudah terdapat padanya. Jenis sugesti semacam ini dapat pula disebut sugesti karena *will to believe* atau sugesti karena keinginan untuk meyakini dirinya.

Terdapat alat-alat untuk menanamkan pengaruh sugesti kepada pihak lain. Beberapa dari alat sugesti yang dapat digunakan antara lain sebagai berikut:

- a. Mata (pandangan tajam, lemah lembut, dan sebagainya)
- b. Roman muka (manis, kasih sayang, dan sebagainya)
- c. Teladan (tingkah laku yang baik, sopan santun, kejujuran dan sebagainya)
- d. Gambar (gambar majalah-majalah, mingguan, buku-buku, dan sebagainya)
- e. Suara (merdu, sinis, perintah, dan sebagainya).
- f. Warna (dalam reklame, sandiwara)
- g. Slogan atau semboyan (dalam pertempuran, pembangunan, rapat-rapat, dan demonstrasi).

Sugesti mempunyai peran penting, baik dalam kehidupan sehari-hari, Sugesti sangat sering terjadi dan hampir di setiap kesempatan komunikasi yang terjadi selalu ada sugesti yang disampaikan baik itu secara sadar ataupun tidak sadar, sugesti juga banyak memiliki manfaat dalam kehidupan Pendidikan dan organisasi,

Dalam lingkungan sekolah, sugesti akan memberi kemungkinan kepada setiap elemen perilaku dalam interaksi edukatif antara siswa dan pihak sekolah seperti:

- Membuat peserta didik mempunyai rasa hormat kepada guru sehingga karakter baik tersebut akan tertanam kepada diri anak;
- Membuat peserta didik memperhatikan pelajaran yang diberikan;

- Membuat peserta didik sungguh-sungguh melaksanakan perintah-perintah, suruhan-suruhan yang diberikan oleh guru;
- Nasihat-nasihat dan petunjuk-petunjuk guru akan diturut peserta didik.

Sedangkan dalam suatu organisasi, dengan adanya sifat-sifat sugesti dalam kepemimpinan, maka akan terjadi:

- Pimpinan banyak disenangi anak buahnya. pimpinan mampu membuat kesan yang baik dan memberi dorongan supaya adanya perbuatan seseorang, sehingga pikiran, perasaan dan kemauannya terpengaruh, dan dengan begitu orang mengakui apa yang dikehendaki dari padanya yang menjadikan ai sebagai pimpinan yang banyak disenangi
- Adanya kepercayaan yang besar kepada pimpinannya.
- Pimpinan akan dihormati, diturut dan diperhatikan segala perintahnya.

Karena besarnya peranan sugesti di dalam pergaulan, maka pelaksanaan sugesti ini dijalankan di berbagai lapangan, misalnya: di rumah sakit, dalam organisasi, dunia perdagangan dan sebagainya. Sugesti dalam ilmu jiwa sosial dapat kita rumuskan sebagai suatu proses di mana seorang individu menerima suatu cara penglihatan atau pedoman-pedoman tingkah laku dari orang lain tanpa kritik terlebih dahulu.

D. RANGKUMAN MATERI

Di dalam psikologi ada gejala-gejala yang perlu diketahui selain gejala kognitif, gejala afektif, dan gejala konotatif, adalah gejala campuran yang terdiri dari perhatian, kelelahan, dan sugesti. Perhatian merupakan pemusatan kegiatan jiwa terhadap sesuatu objek, sangat dipengaruhi oleh taraf kesadaran individu dan suasana hati.

Kelelahan adalah sesuatu keadaan atau kondisi, baik jasmani dan rohani atau psikis. kelelahan mempunyai pengaruh yang besar terhadap kehidupan manusia. Karena alasan itulah kelelahan dimasukkan di dalam gejala campuran. Gejala Kelelahan pada Manusia, ada beberapa sebab-sebab dalam kelelahan. Kelelahan disebabkan karena berlangsungnya suatu aktifitas atau pekerjaan, baik aktifitas jasmani maupun rohani.

sugesti, adalah pengaruh atas jiwa atau perbuatan seseorang sehingga pikiran, perasaan dan kemauannya terpengaruh dan dengan begitu orang mengakui atau meyakini apa yang dikehendaki. Terdapat beberapa keadaan yang memudahkan sugesti terjadi, yakni sebagai berikut. Sugesti karena hambatan berpikir, Sugesti karena keadaan pikiran terpecah, Sugesti karena otoritas, Sugesti karena mayoritas dan Sugesti karena will to believe

TUGAS DAN EVALUASI

1. Apa yang dimaksud dengan perhatian!
2. Sebutkan beberapa cara agar perhatian tidak mudah teralihkan!
3. Ada beberapa Peristiwa dalam Gejala Perhatian, sebutkan!
4. Beberapa dari alat sugesti yang dapat digunakan untuk menanamkan pengaruh sugesti kepada pihak lain adalah?
5. Apa yang dimaksud dengan lelah, dan yang dapat dilakukan oleh individu dalam upaya menghilangkan rasa lesu atau Lelah!

DAFTAR PUSTAKA

- Annur, Saipul. 2019. Psikologi pendidikan. Palembang: Noerfikri.
- Gerungan, 2004. Diploma Psychilogy. Bandung: PT Refika, Aditama.
- Sujanto, Agus. 2001. Psikologi Umum. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Suma'mur, P.K. (2014). Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja. Jakarta : Gunung Agung.
- Walgito, Bimo. 2010. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET
- Warsah, I., Daheri, M. (2021). Psikologi: suatu pengantar. Yogyakarta: Tunas Gemilang Press.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 10: TIPE-TIPE KEPERIBADIAN INDIVIDU

Maria Jane Tienoviani Simanjuntak, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Universitas Pembangunan Jaya

BAB 10

TIPE-TIPE KEPRIBADIAN INDIVIDU

Style is a reflection of your attitude and your personality
-Shawn Ashmore

Mengapa seseorang menunjukkan perilaku tertentu? Apakah seseorang memiliki beberapa pilihan dalam membentuk diri mereka sendiri? Apa yang menyebabkan persamaan dan perbedaan pada tiap individu? Hal apa saja yang membuat seseorang bertindak dengan cara yang dapat diprediksi? Mengapa mereka tidak dapat diprediksi? Apakah kekuatan tersembunyi dan tidak sadar mengendalikan perilaku orang? Apakah perilaku manusia lebih banyak dibentuk oleh keturunan atau oleh lingkungan? Manusia diciptakan unik dan memiliki ragam variasi perilaku yang berbeda-beda satu sama lain. Pada bab ini, akan dipaparkan beberapa topik seperti pengertian kepribadian serta tipe-tipe kepribadian individu berdasarkan pendekatan trait.

A. PENDAHULUAN

Ciri khusus dan variasi seseorang disebut sebagai kepribadian. Kepribadian adalah pola sifat-sifat yang relatif permanen dan unik karakteristik yang memberikan konsistensi dan individualitas pada perilaku seseorang (Roberts & Mroczek, 2008). “Kepribadian” sendiri merupakan sebuah istilah dengan cakupan makna yang luas. Kepribadian merupakan produk dari interaksi sosial dalam kehidupan kelompok (Weiten et al., 2018). Dalam masyarakat, setiap orang memiliki ciri-ciri fisik yang berbeda seperti warna kulit, tinggi badan, dan berat badan. Mereka

memiliki tipe kepribadian yang berbeda karena individu tidak sama. Kebiasaan, sikap serta ciri fisik seseorang yang tidak sama tetapi berbeda dari kelompok ke kelompok dan masyarakat ke masyarakat, setiap orang memiliki kepribadian, yang mungkin baik atau buruk, mengesankan atau tidak mengesankan. Hal ini kemudian berkembang selama proses sosialisasi dalam budaya kelompok atau masyarakat tertentu (Funder, 2019). Seseorang tidak dapat menentukannya secara tepat karena bervariasi dari budaya ke budaya dan dari waktu ke waktu. Misalnya, seorang pembunuh dianggap sebagai penjahat di masa damai dan pahlawan dalam perang. Perasaan dan tindakan individu selama interaksi membentuk kepribadian. Hal ini merupakan kumpulan manifestasi perilaku individu, mencakup minat, mentalitas, dan kecerdasan (Farooq, 2017). Ada individu yang digambarkan sebagai "kepribadian" - aktor, atlet, pembawa acara televisi, terkadang politisi atau businessman/woman - orang yang terlihat di depan umum dengan berbagai cara (Garner, 2012). Perilaku ekstrim atau patologis juga diidentifikasi; individu yang berperilaku ekstrim ini membutuhkan bantuan untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial yang berlaku, biasanya melalui proses pelatihan, konseling, maupun rangkaian psiko farmakologi.

Berbagai pendekatan muncul untuk menjelaskan struktur kepribadian sejak ilmu psikologi berkembang, salah satunya adalah trait approach. Trait approach dalam psikologi kepribadian dibangun berdasarkan situasi alami individu dan informal ke dalam psikologi formal yang mengukur sifat dan menggunakannya untuk memprediksi dan menjelaskan perilaku manusia. Trait approach merupakan konsep dasar yang diperlukan untuk mengukur dan memahami perbedaan individu. Seperti yang sudah diketahui sebelumnya bahwa semua psikolog kepribadian memusatkan perhatian pada bagaimana individu berbeda satu sama lain, apakah perbedaan ini diwujudkan dalam gen mereka, kondisi biologis dan sistem saraf mereka, proses mental bawah sadar mereka, atau gaya berpikir mereka. Semua pendekatan kepribadian adalah cara menjelaskan pola kognisi dan perilaku stabil yang membuat satu orang berbeda dari yang lain (Funder, 2019). Oleh karena itu, perlu pemahaman menyeluruh untuk membuat konsep dan mengukur pola-pola ini dan di situ lah ciri-ciri (*trait*) kepribadian muncul.

B. MODEL KEPERIBADIAN LIMA FAKTOR

Pada akhir 1970-an dan awal 1980-an, McCrae dan Costa seperti kebanyakan peneliti lainnya, membangun taksonomi yang rumit dari ciri-ciri kepribadian. Mereka tidak menggunakan klasifikasi ini untuk menghasilkan hipotesis yang dapat diuji. Sebaliknya, mereka hanya menggunakan analisis faktor untuk memeriksa stabilitas dan struktur kepribadian. Selama waktu ini McCrae dan Costa awalnya berfokus pada dua dimensi utama neurotisisme dan ekstrasversi. Setelah mereka menemukan N dan E, McCrae dan Costa menemukan faktor ketiga, yang mereka sebut keterbukaan terhadap pengalaman. Pada akhirnya McCrae dan Costa menemukan dua faktor tambahan yang kemudian membentuk model kepribadian lima faktor (five factor model).

Model kepribadian lima faktor yang dikembangkan oleh McCrae dan Costa (sebagaimana dikutip dalam Feist & Feist, 2021) menegaskan bahwa sebagian besar sifat kepribadian berasal dari hanya lima sifat yang kemudian dikenal sebagai "Lima Besar": Keterbukaan terhadap pengalaman (*Openness to Experience*), kesadaran (*conscientiousness*), ekstrasversi (*extraversion*), keramahan (*agreeableness*), dan neurotisisme (*neuroticism*).



Gambar 1. Model Kepribadian Lima Faktor

Berikut ini adalah penjelasan masing-masing faktor:

1. Keterbukaan terhadap pengalaman (*Openness to Experience*)

Keterbukaan terhadap pengalaman (*Openness to Experience*) membedakan individu yang menyukai variasi dalam pergaulan sosial mereka dengan individu yang membutuhkan privasi tertutup. Individu yang secara konsisten mencari pengalaman yang berbeda dan beragam akan mendapat skor tinggi pada keterbukaan terhadap pengalaman. Misalnya, mereka senang mencoba aitem menu baru di restoran atau mereka suka menelusuri tempat baru yang menarik. Sebaliknya, orang yang tidak terbuka terhadap pengalaman akan bertahan dengan barang yang familiar, barang yang mereka tahu akan mereka nikmati. Orang yang keterbukaannya tinggi juga cenderung mempertanyakan nilai-nilai tradisional, sedangkan orang yang keterbukaannya rendah cenderung mendukung nilai-nilai tradisional dan mempertahankan gaya hidup yang tetap. Singkatnya, orang-orang yang memiliki keterbukaan tinggi umumnya kreatif, imajinatif, ingin tahu, dan liberal serta menyukai keragaman. Sebaliknya, individu yang mendapat skor rendah pada keterbukaan terhadap pengalaman biasanya konvensional, rendah hati, konservatif, dan kurang rasa ingin tahu. Beberapa facet yang terdapat pada openness to experience (McCrae & Costa, 1992), yaitu:

- a. *Fantasy*, menggambarkan pribadi yang imajinatif, rumit, dan idealis
- b. *Aesthetics*, menggambarkan pribadi yang orisinal, antusias, dan memiliki beragam kemampuan
- c. *Feelings*, menggambarkan pribadi yang spontan, berwawasan luas, dan penuh kasih sayang
- d. *Actions*, menggambarkan pribadi yang memiliki minat beragam, suka melakukan pertualangan, dan optimistik
- e. *Ideas*, menggambarkan pribadi yang idealis, memiliki keingintahuan yang tinggi, dan inventif
- f. *Values*, menggambarkan pribadi yang berperilaku berbeda dari norma atau kebanyakan orang

2. Kesadaran (*conscientiousness*)

Individu yang memiliki kesadaran (*conscientiousness*) cenderung rajin, disiplin, terorganisir dengan baik, tepat waktu, terkontrol, ambisius, fokus

pada pencapaian dan dapat diandalkan. Kesadaran dikaitkan dengan disiplin diri yang kuat dan kemampuan untuk mengatur diri sendiri secara efektif. Secara umum, individu yang mendapat nilai C tinggi adalah pekerja keras, teliti, dan gigih. Sebaliknya, individu yang skor rendah pada kesadaran cenderung tidak teratur, lalai, malas, dan tanpa tujuan dan cenderung menyerah ketika menghadapi hal-hal sulit. Beberapa facet yang terdapat pada conscientiousness (McCrae & Costa, 1992), yaitu:

- a. *Competence*, menggambarkan pribadi yang efisien, teliti, dan percaya diri
- b. *Order*, menggambarkan pribadi yang teratur, teliti, efisien, dan metodis
- c. *Dutifulness*, menggambarkan pribadi yang patuh dan teliti
- d. *Achievement*, menggambarkan pribadi yang ambisius, rajin, dan giat
- e. *Striving*, menggambarkan pribadi yang gigih dan pantang menyerah
- f. *Self-discipline*, menggambarkan pribadi yang efisien dan mampu mengontrol dirinya sendiri
- g. *Deliberation*, menggambarkan pribadi yang berpikir sebelum bertindak

3. Ekstraversi (*extraversion*)

Individu yang mendapat skor tinggi dalam extraversion dicirikan sebagai individu yang ramah, mudah bergaul, penuh kasih sayang, periang, ceria, asertif, suka bersenang-senang, dan suka berteman. Mereka juga memiliki pandangan hidup yang lebih positif dan termotivasi untuk mengejar kontak sosial, keintiman, dan hubungan dua arah yang saling menguntungkan dengan orang lain. Sebaliknya, individu dengan skor E rendah cenderung pendiam, suka menyendiri, pasif, dan kurang memiliki kemampuan untuk mengekspresikan emosi yang kuat. Beberapa facet yang terdapat pada extraversion (McCrae & Costa, 1992), yaitu:

- a. *Warmth*, menggambarkan pribadi yang ramah, hangat, mudah bergaul, dan penyayang
- b. *Gregariousness*, menggambarkan pribadi yang mudah bergaul, bersosialisasi, banyak bicara, dan spontan
- c. *Assertiveness*, menggambarkan pribadi yang percaya diri dan tegas

- d. *Activity*, menggambarkan pribadi yang energik, bertekad, antusias, dan aktif
- e. *Excitement seeking*, menggambarkan pribadi yang berani, suka berpetualang, mencari kesenangan, dan pintar
- f. *Positive emotion*, menggambarkan pribadi yang humoris, antusias, optimis, dan periang

4. Keramahan (*agreeableness*)

Skala Agreeableness membedakan orang yang berhati lembut dari orang yang kejam. Mereka yang memperoleh skor tinggi dalam keramahan cenderung simpatik, percaya, kooperatif, sederhana, percaya, murah hati, mengalah, menerima, baik hati, dan lugas. Orang yang mendapat skor di ujung dimensi kepribadian ini dicirikan sebagai orang yang curiga, antagonis, pelit, tidak ramah, mudah tersinggung, kritis terhadap orang lain, dan agresif. Agreeableness juga terkait dengan empati dan perilaku membantu. Beberapa facet yang terdapat pada agreeableness (McCrae & Costa, 1992), yaitu:

- a. *Trust*, menggambarkan individu yang pemaaf, percaya, dan dama
- b. *Straightforwardness*, menggambarkan perilaku apa adanya
- c. *Altruism*, menggambarkan pribadi yang hangat, berhati lembut, murah hati dan baik hati
- d. *Compliance*, menggambarkan pribadi yang penurut, sabar, dan toleran
- e. *Modesty*, menggambarkan pribadi yang tegas
- f. *Tender-mindedness*, menggambarkan pribadi yang ramah, hangat, simpatik, dan berhati lembut

5. Neurotisme (*neuroticism*)

Individu yang mendapat skor tinggi dalam neurotisme cenderung emosional, sensitif, cemas, temperamental, mengasihani diri sendiri, bermusuhan, tidak aman, dan rentan mengalami stres berlebihan maupun gangguan terkait stres. Mereka juga cenderung lebih impulsif dan menunjukkan kondisi emosi yang tidak stabil. Sebaliknya, individu yang mendapat skor rendah pada *neuroticism* biasanya tenang, puas diri, percaya diri, kuat, dan tidak emosional. Beberapa facet yang terdapat pada neuroticism (McCrae & Costa, 1992), yaitu:

- a. *Anxiety*, menggambarkan rasa cemas, takut, khawatir, tegang, gugup
- b. *Angry hostility*, menggambarkan perasaan cemas, mudah tersinggung, tidak sabar, murung, dan tegang
- c. *Depression*, menggambarkan rasa khawatir, pesimis dan cemas
- d. *Self-consciousness*, menggambarkan pribadi yang pemalu, defensif, terhambat dan cemas
- e. *Impulsiveness*, menggambarkan individu yang murung, sarkastik, dan egois
- f. *Vulnerability*, individu dengan skor tinggi memiliki kepercayaan diri, efisien, mampu berpikir jernih. Sedangkan dengan skor rendah putus asa, ceroboh, dan cemas.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan beberapa ciri-ciri khusus dari kelima kepribadian tersebut:

Tabel 1. Model Kepribadian Lima Faktor Costa dan McCrae

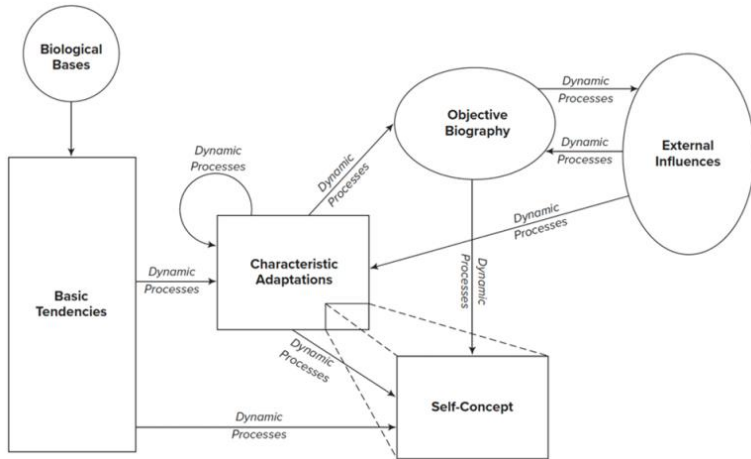
<i>Big five trait</i>	Skor tinggi	Skor Rendah
Keterbukaan terhadap pengalaman (<i>Openness to Experience</i>)	Imaginatif, kreatif, original, menyukai variasi, rasa ingin tahu besar, bebas, inovatif.	Rendah hati, tidak kreatif, konvensional, lebih menyukai rutinitas, waspada, konservatif, konsisten.
Kesadaran (<i>conscientiousness</i>)	Teliti, pekerja keras, terorganisir dengan baik, tepat waktu, ambisius, gigih, efisien.	Lalai, malas, tidak teratur. Sering terlambat, tanpa tujuan Mudah menyerah, berhenti mudah bergaul.
Ekstraversi (<i>extraversion</i>)	Ramah, mudah bergaul, penuh kasih sayang, periang, ceria, asertif, banyak bicara, aktif, suka bersenang-senang, suka	pendiam, suka menyendiri, pasif, tidak emosional, tenang, suka menyimpan perasaan

Big five trait	Skor tinggi	Skor Rendah
	berteman	
Keramahan (agreeableness)	Berhati mudah dermawan, sepakat, baik hati, ramah, penuh kasih	curiga, antagonis, pelit, tidak ramah, mudah tersinggung, kritis terhadap orang lain, agresif.
Neurotisisme (neuroticism)	Emosional, cemas, mengasihani diri sendiri, rentan stres, sensitif, <i>nerveous</i>	tenang, puas diri, percaya diri, kuat, merasa aman, nyaman, tidak emosional.

Model kepribadian lima faktor ini kemudian dikenal dengan sebutan “Big Five Personality”. Dalam perjalanannya, McCrae dan Costa terus melakukan penelitian terkait model kepribadian lima faktor tersebut. Salah satu kritik yang muncul dalam penggunaannya adalah tipe kepribadian tersebut dianggap terlalu mendasarkan hanya pada pengalaman klinis saja. Kepribadian tidak dapat dipahami hanya sebagai bentuk taksonomi saja, karena dalam pembentukannya muncul berbagai bentuk interaksi dari variasi komponen tertentu. Seiring dengan kritik dan perkembangan ilmu serta sudut pandang, McCrae dan Costa (McCrae & Sutin, 2018) kemudian mengubah Model Lima Faktor (taksonomi) menjadi Teori Lima Faktor (Five Factor Theory).

C. UNIT TEORI LIMA FAKTOR

Dalam teori kepribadian McCrae dan Costa, perilaku individu diprediksi dengan pemahaman tentang dua komponen inti dan tiga komponen perifer. Dua komponen inti (*rectangles*) adalah kecenderungan dasar dan adaptasi karakteristik (termasuk self-concept). Tiga unit model perifer (*elipses*) berdasarkan pada kondisi biologis, biografi objektif, dan pengaruh eksternal.



Gambar 2. Pengoperasian Sistem Kepribadian Menurut Five Factor Theory. (Panah Menunjukkan Arah Pengaruh Kausal, yang Beroperasi Melalui Proses Dinamis) Sumber: McCrae dan Costa (1996)

a. Komponen Inti Kepribadian

Komponen inti diwakili oleh persegi panjang, sedangkan komponen perifer diwakili oleh elips. Panah mewakili proses dinamis dan menunjukkan arah pengaruh kausal. Misalnya, biografi objektif (pengalaman hidup) adalah hasil dari adaptasi karakteristik serta pengaruh eksternal. Juga, kondisi biologis adalah satu-satunya penyebab kecenderungan dasar (sifat kepribadian). Sistem kepribadian dapat diinterpretasikan baik secara cross-sectional (bagaimana sistem beroperasi pada titik waktu tertentu) atau secara longitudinal (bagaimana kita berkembang sepanjang hidup). Selain itu, setiap pengaruh kausal bersifat dinamis, artinya berubah dari waktu ke waktu. Berikut adalah penjelasan untuk komponen inti kepribadian:

1. **Basic tendencies**, sebagai bahan mentah universal dari kapasitas dan disposisi kepribadian yang umumnya disimpulkan daripada diamati. Basic tendencies dapat diwariskan, dicetak oleh pengalaman awal atau dimodifikasi oleh penyakit atau intervensi psikologis, tetapi pada periode tertentu dalam kehidupan individu, kecenderungan tersebut menentukan potensi dan arah individu. Selain lima ciri kepribadian

yang stabil, *basic tendencies* ini mencakup kemampuan kognitif, bakat seni, orientasi seksual, dan proses psikologis yang mendasari pemerolehan bahasa. Inti dari *basic tendencies* adalah kondisi biologis dasar dan stabilitas terhadap waktu dan situasi McCrae dan Costa (2003).

2. ***Characteristic Adaptations***, merupakan struktur kepribadian yang berkembang saat individu beradaptasi dengan lingkungannya; biasanya meliputi kebiasaan, keterampilan, dan kepercayaan (McCrae & Sutin, 2018). Fleksibilitas merupakan perbedaan mendasar antara *basic tendencies* dan *characteristic adaptations*. Kondisi *characteristic adaptations* cenderung lebih dipengaruhi oleh pengaruh eksternal, seperti keterampilan yang diperoleh, kebiasaan, sikap, dan hubungan yang dihasilkan dari interaksi individu dengan lingkungannya. Semua keterampilan khusus yang diperoleh, seperti kemampuan berbahasa Inggris atau menggunakan statistik, merupakan *characteristic adaptations*. Seberapa cepat kita belajar (bakat, kecerdasan, bakat) merupakan *basic tendencies*. *Respon characteristic adaptations* dibentuk oleh *basic tendencies*.

Pemahaman menyeluruh mengenai interaksi yang terjadi antara *basic tendencies* dan *characteristic adaptations* merupakan inti dari *five factor theory*. Dapat disimpulkan bahwa *basic tendencies* stabil dan bertahan lama, sedangkan *characteristic adaptations* berubah-ubah sepanjang kehidupan individu dan dapat juga dipengaruhi oleh kondisi sosial, ekonomi, dan budaya. Misalnya saja, ungkapan kemarahan di hadapan atasan seringkali lebih tabu di Jepang daripada di Amerika Serikat. Berkaitan dengan hal ini, McCrae dan Costa menjelaskan tentang *self-concept*.

Self-concept dijelaskan oleh McCrae dan Costa (2003) sebagai sebuah *characteristic adaptations* (lihat Gambar 2), tetapi memiliki kotak tersendiri karena merupakan adaptasi yang begitu penting. Keyakinan, sikap, dan perasaan yang dimiliki seseorang terhadap diri sendiri adalah adaptasi karakteristik yang mempengaruhi bagaimana seseorang berperilaku dalam keadaan tertentu. Misalnya, individu yang yakin dirinya adalah pribadi yang cerdas akan membuatnya untuk berani berhadapan

dengan hal-hal atau persoalan yang sulit karena dianggap sebagai tantangan intelektual yang menarik. Berkaitan dengan hal ini, maka self-concept merupakan salah satu ciri-ciri kepribadian yang akan dimiliki oleh individu dalam proses perkembangan character adaptations.

b. Komponen Periferal Kepribadian

Berikut ini adalah penjelasan terkait tiga komponen periferal adalah (1) kondisi biologis dasar, (2) biografi objektif, dan (3) pengaruh eksternal.

1. **Kondisi Biologis Dasar.** Mekanisme biologis utama yang memengaruhi kecenderungan dasar adalah gen, hormon, dan struktur otak. Kemajuan dalam genetika perilaku dan pencitraan otak telah dimulai dan akan terus melengkapi detailnya. Penempatan kondisi biologis dasar ini meniadakan peran apapun yang mungkin dimainkan oleh lingkungan dalam pembentukan basic tendencies. Lingkungan tidak memiliki pengaruh langsung pada basic tendencies (lihat Gambar 2).
2. **Biografi objektif**, didefinisikan sebagai segala sesuatu yang dilakukan, dipikirkan, atau dirasakan individu sepanjang kehidupannya (McCrae & Costa, 2003) Biografi objektif menekankan pada peristiwa yang terjadi di dalam kehidupan individu (objektif) bukan pada persepsi atau sudut pandang individu tentang pengalaman mereka (subjektif). Setiap perilaku atau respon menjadi bagian dari catatan kumulatif. McCrae dan Costa berfokus pada pengalaman objektif, peristiwa, dan pengalaman yang dialami seseorang selama hidupnya.
3. **Pengaruh Eksternal.** Individu terus-menerus menemukan diri mereka dalam situasi fisik atau sosial tertentu yang memiliki pengaruh pada sistem kepribadian mereka. Pertanyaan tentang bagaimana individu menanggapi peluang dan tuntutan sesuai konteks yang ada disebut sebagai pengaruh eksternal. Menurut McCrae dan Costa (2003), tanggapan ini adalah fungsi dari dua hal: (1) *characteristics adaptations* dan (2) interaksi dengan pengaruh eksternal (perhatikan dua panah masuk ke elips biografi objektif pada Gambar 2). McCrae dan Costa mengasumsikan bahwa perilaku merupakan interaksi antara character adaptations dan pengaruh eksternal. Sebagai contoh, Amanda ditawarkan tiket untuk menonton sebuah konser musik rock (pengaruh eksternal), namun Amanda memiliki sejarah pribadi yang

panjang dan membenci konser music rock (*characteristics adaptations*), sehingga ia pun menolak tawaran itu (biografi objektif). Singkatnya, Amanda mungkin memiliki basic tendencies untuk tertutup (daripada terbuka) terhadap pengalaman baru, dan dia mungkin tidak pernah berada di sekitar konser music rock atau mungkin hanya membentuk opini negatif tentang hal tersebut. Apapun masalahnya, dia lebih nyaman untuk mengikuti acara-acara sederhana dan menenangkan. Latar belakang ini memperkirakan bahwa Amanda kemungkinan besar akan menanggapi seperti yang dia lakukan terhadap tawaran untuk menghadiri sebuah konser music rock. Keputusan untuk menjauh dari pengalaman seperti itu memperkuat diri Amanda sendiri saat ketidaksukaannya pada konser music rock tumbuh. Hal ini tercermin dalam panah yang berputar kembali menuju dirinya sendiri pada Gambar 2.

D. PENELITIAN TERKAIT *BIG FIVE PERSONALITY*

Ciri-ciri Kepribadian telah dikaitkan dengan hasil vital seperti kesehatan fisik (Martin, et al., 2007), kesejahteraan psikologis (Costa & McCrae, 1980), dan kesuksesan akademik (Nofle & Robins, 2007; Zyphur, et al., 2007); tetapi ciri-ciri kepribadian juga dikaitkan dengan kondisi sehari-hari yang lebih umum seperti suasana hati (McNiel & Fleeson, 2006). *Big Five Traits* telah ditunjukkan untuk memprediksi kematian, perceraian, dan kesuksesan karir setidaknya serta kecerdasan dan status sosial ekonomi (pendapatan dan pendidikan) (Roberts, et al., 2007). Dua pertanyaan yang mendapat banyak perhatian empiris adalah: (a) apakah kepribadian berubah atau tetap sama sepanjang hidup kita? dan (b) apakah kepribadian kita mencerminkan cara kita menggunakan media sosial?

1. Konsistensi Kepribadian

Pada dasarnya, individu lebih sulit untuk mengubah kepribadian daripada yang dipikirkan. Sebagian besar individu tetap cukup stabil dan konsisten selama hidup. Akan tetapi, ketika membahas tentang konsistensi kepribadian, yang dimaksud adalah konsistensi relatif. Konsistensi relative maksudnya adalah kondisi dimana stabilisasi suatu hal tidak terjadi sepanjang waktu atau dalam semua situasi.

Beberapa studi longitudinal, yang meneliti orang yang sama selama periode waktu tertentu, mengungkapkan stabilitas tingkat tinggi dari ciri-ciri kepribadian. Studi longitudinal, yang meneliti orang yang sama selama periode waktu tertentu, mengungkapkan stabilitas tingkat tinggi dari ciri-ciri kepribadian. Di awal kolaborasi mereka, Costa dan McCrae melakukan studi longitudinal tentang kepribadian, berharap menemukan bahwa ciri-ciri kepribadian berubah dari waktu ke waktu. Yang mengejutkan mereka, mereka menemukan tingkat stabilitas yang tinggi selama periode 10 tahun. Satu set studi longitudinal mengungkapkan perubahan yang sangat kecil dalam neurotisme, extraversion, dan keterbukaan selama 6-9 tahun (McCrae & Costa, 2003).

Penelitian dari perilaku genetik telah menunjukkan bahwa stabilitas kepribadian antara remaja dan dewasa sebagian besar disebabkan oleh faktor genetik (Blonigen et al.; Gillespie et al.; Krueger & Johnson; Takahashi et al., sebagaimana dikutip dalam Feist & Feist, 2021). Lebih khusus lagi, genetika berkontribusi pada konsistensi kepribadian yang kita lihat pada masa remaja hingga dewasa, sedangkan faktor lingkungan berkontribusi pada stabilitas dan perubahan sifat kepribadian

2. Perubahan Kepribadian

Sebagian besar perubahan kepribadian terjadi karena perubahan keadaan hidup atau fungsi otak. Peristiwa besar dalam hidup seperti tinggal di luar negeri, menjadi orang tua, dan demensia tampaknya membawa beberapa perubahan mendasar dan konsisten dalam kepribadian (Zimmerman & Neyer sebagaimana dikutip dalam Feist & Feist, 2021). Tinggal di luar negeri juga cenderung membawa penurunan kecemasan secara keseluruhan dan peningkatan keramahan. Perubahan fungsi otak, misalnya, akibat demensia atau cedera otak pada akhirnya membawa perubahan kepribadian yang nyata, dengan peningkatan Neurotisme yang signifikan dan penurunan Ekstraversi dan Kesadaran.

E. RANGKUMAN MATERI

- Kepribadian adalah pola sifat-sifat yang relatif permanen dan unik karakteristik yang memberikan konsistensi dan individualitas pada perilaku seseorang. Berdasarkan pendekatan trait terdapat lima

model kepribadian yaitu O-C-E-A-N, yang dijelaskan sebagai berikut

1. Openness to Experience membedakan individu yang menyukai variasi dalam pergaulan sosial mereka dengan individu yang membutuhkan privasi tertutup.
 2. Conscientiousness dikaitkan dengan disiplin diri yang kuat dan kemampuan untuk mengatur diri sendiri secara efektif.
 3. Extraversion dicirikan dengan karakteristik ramah, mudah bergaul, penuh kasih sayang, periang, ceria, asertif, suka bersenang-senang, dan suka berteman.
 4. Agreeableness membedakan individu yang berhati lembut dari orang yang kejam.
 5. Neuroticism membedakan individu dengan kondisi emosional yang stabil dan impulsif
- Big Five Personality selanjutnya dipengaruhi oleh beberapa komponen yaitu komponen inti dan komponen peripheral.
 - Ciri kepribadian memiliki konsistensi relatif sesuai dengan konteks sosial yang terjadi.

TUGAS DAN EVALUASI

Berdasarkan paparan yang sudah dijelaskan pada bab ini, maka jawab pertanyaan di bawah ini:

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan kepribadian dan ciri kepribadian!
2. Jelaskan perbedaan antara model kepribadian lima faktor dan teori lima faktor!
3. Jelaskan hal apa saja yang Anda ketahui tentang mekanisme teori lima faktor!
4. Jelaskan apa perbedaan *basic tendencies* dan *characteristic adaptation*!
5. Jelaskan apa saja yang termasuk dalam komponen peripheral kepribadian!

DAFTAR PUSTAKA

- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective wellbeing: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668–678.
- Farooq, U. (2017). *What is Personality: Definition, Meaning and Types of Personality*. <http://www.studylecturenotes.com/social-sciences/sociology/119>
- Feist, J., & Feist, G. (2021). *Theories of Personality* (10th ed.). McGraw-Hill.
- Funder, D. C. (2019). *The Personality Puzzle* (K. Barton, Ed.; 8th ed.). WW Norton & Company Inc. .
- Garner, E. (2012). *Understanding personality types: managing people through their personality traits*. bookboon.com.
- Martin, L. R., Friedman, H. S., & Schwartz, J. E. (2007). Personality and mortality risk across the life span: The importance of conscientiousness as a bio psychosocial attribute. *Health Psychology*, 26, 428–436.
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the Five-Factor Model and its applications. *Public Health Resources*.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1996). *Toward a new generation of personality theories: Theoretical contexts for the Five-Factor model*. In J. S. Wiggins (Ed.), *The Five-Factor model of personality: Theoretical perspectives* (pp. 51–87). New York: Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). Personality in adulthood. In *The Guilford Press* (Second). The Guilford Press. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- McCrae, R. R., & Sutin, A. R. (2018). A five-factor theory perspective on causal analysis. *European Journal of Personality*, 32, 151–166. doi:10.1002/per.2134
- McNiel, J. M., & Fleeson, W. (2006). The causal effects of extraversion on positive affect and neuroticism on negative affect: Manipulating

- state extraversion and state neuroticism in an experimental approach. *Journal of Research in Personality*, 40, 529–550.
- Noftle, E. E., & Robins, R. W. (2007). Personality predictors of academic outcomes: Big Five correlates of GPA and SAT scores. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 116–130.
- Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological Science*, 2, 313–345.
- Roberts, B. W., & Mroczek, D. (2008). Personality trait change in adulthood. *Current Directions in Psychological Science*, 17(1), 31–35. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00543.x>
- Weiten, W., Dunn, Dana., & Hammer, E. Y. (2018). *Psychology applied to modern life: adjustment in the 21st century* (12E ed.). Cengage Learning.
- Zyphur, M. J., Islam, G., & Landis, R. (2007). Testing 1, 2, 3 . . . 4? The personality of repeat SAT test takers and their testing outcomes. *Journal of Research in Personality*, 41, 715–722.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 11: MANUSIA DAN PERKEMBANGANNYA

Niam Rohmatullah, M.Pd.

Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor

BAB 11

MANUSIA DAN PERKEMBANGANNYA

A. PENDAHULUAN

Dalam kehidupannya yang panjang, manusia mengalami beberapa fase perkembangan yang berkesinambungan dan bertahap. Pada setiap fase yang dilaluinya, manusia mengalami banyak perubahan dan pertumbuhan baik secara fisik maupun mental. Dua aspek ini saling mempengaruhi satu sama lain sehingga tidak bisa dipisahkan di antara keduanya.

Dimulai sejak lahir, selanjutnya manusia mengalami perubahan dan perkembangan tahap demi tahap menuju apa yang disebut dengan kematangan. Kematangan sering diidentikkan dengan aspek kejiwaan berupa emosi yang stabil, psikis yang tenang, serta pandangan hidup yang substansial. Maka dari itu, penting sekali untuk mengetahui proses perkembangan manusia berikut tahapan-tahapannya dalam rangka memahami serta menggapai kematangan yang optimal.

Melalui materi ini, mahasiswa diharapkan mampu untuk mengetahui dan memahami konsep dasar perkembangan, fase dan tahapan perkembangan, serta faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan manusia, serta dapat menambah wawasan serta rujukan dalam memahami aspek perkembangan manusia pada umumnya.

B. KONSEP DASAR PERKEMBANGAN MANUSIA

Istilah perkembangan di dunia psikologi sangat kompleks. Hal ini disebabkan karena terdapat banyak aspek yang terkandung di dalamnya, yaitu kematangan, pertumbuhan, serta perubahan. Ketiga hal tersebut

mempunyai pengertian yang berbeda namun saling berkaitan satu sama lain, terutama dalam hal perkembangan manusia.

Perkembangan memiliki arti perubahan yang berlangsung secara berkesinambungan menuju proses penguatan fisik dan kematangan mental mulai dari masa pembuahan hingga kematian. Perkembangan menghasilkan bentuk dan ciri-ciri kemampuan baru yang berlangsung dari tahap aktivitas yang sederhana ke tahap yang lebih tinggi.

Perkembangan mencerminkan sifat-sifat yang khas mengenai gejala-gejala psikologis yang tampak. Sementara pertumbuhan lebih kepada ukuran badan dan fungsi fisik yang murni. Dalam hal ini, pertumbuhan mengandung arti perubahan dan pertambahan ukuran badan, volume otot, dan hal-hal lain yang sifatnya jasmaniah. Pertumbuhan manusia terjadi sejak dalam masa kandungan hingga dewasa. pertumbuhan manusia akan berhenti saat dia sudah mencapai usia dewasa. Pertumbuhan manusia dipengaruhi oleh banyak faktor, mulai dari makanan, kebiasaan berolahraga, serta gen dari orang tua.

Perkembangan juga menghasilkan kematangan, yaitu kemampuan individu untuk mengaktualisasikan dirinya. Aktualisasi diri menurut Abraham Maslow adalah kemampuan individu untuk memanfaatkan dan menggunakan segenap potensi yang dimilikinya berupa kemampuan (skill), kapasitas, serta bakat (Goble: 1987). yang ditandai dengan pribadi yang selalu berjuang demi mencapai masa depan, berani, tekun, mandiri dan berkomitmen terhadap apa yang menjadi tanggung jawabnya.

Wasty Soemanto (2018) menyatakan bahwa kematangan manusia (*self-maturity*) berkembang meliputi 3 aspek di bawah ini:

1. Perkembangan Fisiologi

Individu mengalami perkembangan secara fisiologis dari usia 17 hingga 20 tahun. Pada fase ini fisik tumbuh berkembang ke arah kematangan fisiologis. Fungsi tubuh fisiknya berkembang secara seimbang. Keseimbangan ini selanjutnya memungkinkan dirinya melalui tahap perkembangan secara positif yang membuatnya dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan intelektual, moral, serta sosial.

2. Perkembangan Psikologis

Saat individu menginjak usia 20 tahun, masa kematangan mulai nampak. Pada fase ini, dominasi kehendak di dalam diri individu mulai

terasa. Dia juga mulai belajar mengendalikan diri serta kehendak dirinya. Dia pun mulai bisa membedakan hal yang menjadi prioritas dalam hidupnya. Dia mulai bisa membedakan hal yang harus dia utamakan dalam hal pemuasan keinginan dari dirinya, kelompok, atau masyarakat. Jika dapat mengendalikan dirinya dengan baik, maka individu tersebut akan tumbuh menuju kematangan untuk hidup mandiri dan bertanggung jawab.

3. Perkembangan Pedagogis

Dimensi intelektual dalam diri individu merupakan hal yang esensial dalam kehidupannya. Dalam hal kematangan pribadi, intelektualitas akan memimpin dan membimbing perkembangan semua aspek menuju tahap tersebut. hal inilah yang akan membuat individu tersebut mempunyai sifat mengasihi sesama manusia.

Individu dikatakan matang apabila dalam perkembangannya individu tersebut mencapai suatu pertumbuhan dan perkembangan yang menunjukkan pribadi yang matang. Menurut Allport (Alwisol: 2007) ada enam karakteristik kematangan diri individu, yaitu.

1. Perluasan perasaan diri

Perluasan diri adalah kemampuan untuk berpartisipasi dan menyenangi rentang aktivitas yang luas, kemampuan mengidentifikasi diri dan interesnya terhadap orang lain dan begitu juga sebaliknya, kemampuan masuk ke masa depan, berharap dan merencanakan.

2. Hubungan diri yang hangat dengan orang lain

Merupakan kemampuan bersahabat dan kasih sayang, keintiman yang melibatkan hubungan cinta dengan keluarga dan teman, kasih sayang yang diekspresikan dalam menghormati dan menghargai hubungannya dengan orang lain.

3. Keamanan emosional dan penerimaan diri

Kemampuan menghindari aksi yang berlebihan terhadap masalah yang menyinggung dorongan spesifik dan mentoleransi frustrasi sehingga perasaan menjadi seimbang. Diri yang matang adalah diri yang menerima segala segi yang ada pada dirinya, tidak terkecuali kelemahan-kelemahan, mempunyai kecerdasan emosional yang membuat individu mengontrol emosi dan tidak menyembunyikan,

terbebas dari perasaan tidak aman dan ketakutan. Diri yang matang juga tidak mudah menyerah dan akan terus mencari cara-cara untuk mencapai tujuannya sehingga ia dapat menanggulangi kecemasan yang muncul tanpa terduga.

4. Persepsi, keterampilan, dan tugas yang realistis

Kemampuan memandang orang, objek, dan situasi seperti apa adanya. Individu yang matang juga akan memiliki kemampuan dan minat dalam memecahkan masalah, keterampilan yang cukup dalam menyelesaikan tugas, dan dapat memenuhi kebutuhan ekonomi kehidupan tanpa ada panik, takut, rendah diri atau tingkah laku destruktif lainnya. Diri yang matang dan sehat dapat memandang dunia secara objektif, menunjukkan keberhasilan pekerjaan, perkembangan keterampilan dan bakat tertentu sesuai kemampuannya, mampu menggabungkan keterampilan dan komitmen, menghubungkan tanggung jawab dengan kelangsungan hidup yang positif. Orang yang mempunyai diri matang dan sehat akan melakukan pekerjaan dan tanggung jawab dengan penuh dedikasi, komitmen, dan keterampilan-keterampilan yang dimilikinya

5. Objektifikasi diri

Objektifikasi diri adalah kemampuan untuk memandang objektif diri sendiri dan orang lain. Orang yang mempunyai pribadi yang matang dan sehat akan memiliki pemahaman diri yang tinggi hal ini berarti akan bersikap bijaksana terhadap orang lain. Hal ini akan membuat dirinya diterima baik oleh orang lain. Individu ini mencerminkan diri yang cerdas dan humoris.

6. Falsafah hidup yang mempersatukan

Pribadi yang matang dan sehat akan selalu melihat ke depan. Hal ini didorong oleh tujuan-tujuan dan rencana-rencana yang telah disusun dalam jangka panjang. Orang seperti ini yang mempunyai perasaan akan tujuan, mengerjakan suatu tugas sampai selesai, dan sebagai batu sendi kehidupan mereka sendiri sehingga kehidupan terarah.

Keenam karakteristik tersebut dapat disimpulkan bahwa diri yang sehat dan matang akan selalu memandang positif baik terhadap kehidupan masa depan, tanggung jawab terhadap pekerjaan, dan tentu

saja mempunyai emosi yang matang yang dapat memahami orang lain yang berbeda dengan dirinya.

C. TAHAPAN DAN ASPEK-ASPEK PERKEMBANGAN MANUSIA

Ada beberapa psikolog yang memaparkan tahapan perkembangan manusia, namun yang akan dibahas di dalam tulisan ini adalah konsep empat tahapan perkembangan menurut Elisabeth Hurlock.

Menurut Hurlock (Sobur,2003), tahapan perkembangan yang dilalui oleh manusia ada empat, yaitu:

1. Masa Pranatal (dalam kandungan)

Masa ini merupakan fase yang dimulai dengan pembuahan yang terjadi setelah bertemunya sperma dengan sel indung telur di dalam rahim. Proses perkembangan pada masa ini berkisar pada sisi biologis di mana organ tubuh janin terus tumbuh dan berkembang selama kurang lebih sembilan bulan.

2. Masa Natal (setelah kelahiran)

Tahapan selanjutnya setelah masa pranatal adalah masa natal. tahap ini selanjutnya terbagi kepada beberapa sub tahapan lagi, yaitu:

- a. Masa setelah lahir sampai 14 hari (*Infancy/neonatus*). Tahap ini merupakan fase penyesuaian dalam lingkungan. Pada masa ini, bayi mengalami masa tenang dan tidak banyak perubahan. Bayi juga cenderung merespon secara alamiah hal-hal di sekitarnya.
- b. Masa bayi, dari usia 2 minggu sampai 2 tahun. Bayi di sini tidak berdaya dan sangat bergantung pada lingkungan. dengan adanya perkembangan, lama-lama bayi mulai belajar mandiri dengan berusaha melepaskan diri dan belajar berdiri sendiri. Ini dapat dilakukan karena saat itu tubuhnya telah menjadi lebih kuat sehingga memungkinkan dirinya untuk melakukan aktifitas fisik sendiri, seperti makan, minum, berjalan, dll.
- c. Masa Kanak-Kanak, yaitu dari usia 2 sampai 10/11 tahun. Pada fase ini, anak masih immature. Tanda-tanda khas yang timbul pada fase ini di antaranya adalah usaha menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga ia merasa bahwa dirinya adalah bagian dari lingkungan yang ada. Penyesuaian sosial dilakukan dengan pergaulan dan berbagai

pertanyaan. Segal hal mulai ditanyakan, dan tak jarang juga diragukan. Ketika usia individu mencapai 3 tahun, masa ini dikenal sebagai masa Sturm und drang dan periode haus nama. Usia 6 tahun merupakan masa penting untuk proses sosialisasi.

3. Masa Remaja

Menurut Kemenkes RI (2015), masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikis, dan intelektual yang pesat. Remaja memiliki rasa ingin tahu, suka berpetualang dan tertantang, serta cenderung mengambil risiko tanpa berpikir matang.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja termasuk dalam kelompok usia 10-19 tahun; Menurut Badan Koordinasi Penanaman Modal (BKKBN), kelompok usia tersebut adalah remaja yang belum menikah antara usia 10 hingga 24 tahun.

Remaja adalah seseorang yang mencapai usia dewasa, meliputi kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Tempat anak muda penuh rasa ingin tahu dan bisa merasakan proses perkembangan menjadi dewasa.

Masa remaja terbagi ke dalam beberapa fase, yaitu:

- a. Fase Praremaja, yaitu berkisar dari umur 11/12-13/14 tahun. fase ini adalah fase yang sangat pendek, yaitu kurang lebih hanya satu tahun. Untuk perempuan, 11/12-12/13 tahun. Dan untuk laki-laki, 12/13=13/14 tahun. Dikatakan juga sebagai fase negatif, terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk anak dan orang tua. Perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga mengganggu.
- b. Fase remaja awal, yaitu dari umur 13/14-17 tahun. Pada fase ini, perubahan-perubahan fisik terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada masa ini. Ia mencari identitas diri karena pada masa ini, statusnya tidak jelas. Di samping itu, pola-pola sosial pun mulai berubah.
- c. Fase remaja lanjut, yaitu dari umur 17-20/21 tahun. Merupakan fase terakhir pada tahap remaja, individu ingin selalu menjadi pusat perhatian. Ia ingin menonjolkan diri, caranya berbeda dengan pada saat remaja awal. Ia idealis, punya cita-cita yang tinggi, bersemangat

dan mempunyai energi yang besar. ia berusaha memantapkan identitas diri dan ingin mencapai ketidakbergantungan emosional.

Ciri remaja menurut Putro (2017), yaitu:

- a. Masa remaja merupakan masa kritis yang menentukan kelangsungan hidup seseorang. Selama pubertas, seseorang berkembang pesat, baik secara emosional maupun fisik. Penyesuaian mental pada masa ini membentuk nilai, sikap, dan minat baru bagi individu.
- b. Pemuda sebagai masa transisi. Masa remaja merupakan masa transisi atau transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada saat itu, individu bukan lagi anak-anak. Namun, ketika dia bertindak seperti orang dewasa, dia dianggap tidak dewasa oleh banyak orang. Semakin sedikit terlihat, semakin rentan mereka meledak saat bereaksi terhadap sesuatu yang dianggap tidak pantas.
- c. Masa remaja sebagai masa perubahan. Laju perubahan sikap dan perilaku remaja sejajar dengan laju perubahan tubuh. Selama awal pubertas, perubahan fisik terjadi dengan cepat, begitu pula perubahan perilaku dan sikap. Ketika perubahan fisik menurun, begitu pula perubahan sikap dan perilaku.
- d. Masa muda sebagai usia bermasalah. Setiap tahap perkembangan memiliki tantangannya masing-masing, tetapi masalah masa remaja seringkali sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Banyak remaja akhirnya menemukan bahwa solusi tidak selalu memenuhi harapan mereka.
- e. Masa remaja adalah masa pencarian jati diri. Beradaptasi dengan kelompok masih penting bagi anak laki-laki dan perempuan di awal masa remaja mereka. Situasi remaja yang ambigu ini menimbulkan dilema yang menyebabkan mereka mengalami “krisis identitas” atau isu identitas ego remaja.
- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Anggapan stereotip budaya bahwa remaja suka berbuat semaunya sendiri, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja yang takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis Masa remaja cenderung memandang kehidupan melalui kacamata berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal harapan dan cita-cita. Harapan dan cita-cita yang tidak realistis ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningkatnya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkannya sendiri.
- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa Semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belum lah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks bebas yang cukup meresahkan. Mereka menganggap bahwa perilaku yang seperti ini akan memberikan citra yang sesuai dengan yang diharapkan mereka.

4. Masa Dewasa

Tahap terakhir dalam proses perkembangan individu adalah masa dewasa. Fase ini berbagi lagi menjadi dua, yaitu:

- a. Fase Dewasa Awal, yaitu pada rentang umur 17-40 tahun. Fase ini adalah masa penyesuaian terhadap pola hidup yang baru, serta harapan-harapan mengembangkan nilai dan sifat yang serba baru. Pada masa ini, individu mempunyai harapan-harapan yang muncul dari dirinya maupun berupa tuntutan dari orang-orang di sekitarnya untuk menikah, membangun rumah tangga, membangun karier, dan menggapai prestasi.
- b. Fase Dewasa Menengah, yaitu masa yang dimulai dari umur 40-60 tahun. Tahapan dewasa menengah adalah masa transisi, masa menyesuaikan kembali, masa equilibrium-disequilibrium. Masa ini

merupakan masa yang ditakuti karena mendekati masa tua. Wanita di sini kehilangan kemampuan reproduksinya. Ada yang berpendapat bahwa masa ini adalah masa yang berbahaya bagi pria maupun wanita.

Pada setiap fase di atas, individu mengalami pertumbuhan dan perubahan dalam beberapa aspek dalam dirinya. Yang pertama adalah aspek fisik. Perkembangan fisik mencakup empat aspek yaitu, sistem syaraf, otot, kelenjar endoktrin, dan struktur fisik.

Selain itu, ada aspek fisiologis lain yang sangat penting bagi kehidupan manusia, yaitu otak. Kemampuan untuk mengontrol gerakan manusia dan bagian tubuh merupakan fungsi penting dari perkembangan otak. Perlu ditekankan bahwa kemampuan ini harus dipandang sebagai satu kesatuan yang utuh antara otak sebagai pengendali segala gerak dan aspek lainnya. Ini berarti ada koordinasi antara otak dan bagian otak lainnya. Begitu juga orang lain.

Kedua, aspek emosional. Emosi adalah warna afektif yang menyertai setiap situasi atau tingkah laku individu yang berbeda-beda pada setiap periode perkembangannya. Yang dimaksud dengan warna afektif adalah keadaan perasaan yang dialami saat seseorang menghadapi situasi tertentu. Seperti marah, benci, putus asa, bahagia, dll. Emosi punya banyak pengaruh pada setiap perilaku individu, seperti meningkatnya semangat, melemahkan semangat, menghambat atau mengganggu konsentrasi belajar, serta ada gangguan dalam penyesuaian emosi.

Ketiga, aspek bahasa. Bahasa memiliki hubungan yang sangat erat dengan aktivitas berpikir, bahasa adalah salah satu yang membedakan manusia dari binatang. Perkembangan bahasa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kesehatan, kecerdasan, status sosial ekonomi keluarga, jenis kelamin, dan hubungan keluarga. Fungsi utama bahasa yaitu sebagai sarana komunikasi atau sarana pergaulan dengan orang lain.

Pengertian bahasa itu sendiri adalah suatu bentuk komunikasi, baik itu yang diucapkan, dalam bentuk tulisan, atau bahkan isyarat berdasarkan sistem simbol. Dalam bahasa itu sendiri ada aturan tata bahasa organisasi bahasa yang melibatkan lima sistem aturan yaitu fonologi atau tata bunyi, morfologi atau pembentukan kata, sintaksis atau gabungan kata, semantik atau makna kata, dan pragmatik atau penggunaan bahasa. Perkembangan

bahasa terus mengalami perkembangan pesat, mulai dari masa bayi, anak usia dini, masa akhir masa kanak-kanak, dan remaja.

Keempat, aspek sosial. Perkembangan sosial merupakan pencapaian kematangan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap sebuah norma, aturan, serta hukum yang berlaku di masyarakat. Dalam rangka memperkenalkan tentang berbagai aspek kehidupan sosial haruslah melalui proses yang dikenal dengan istilah sosialisasi. Hurlock (1978) menyebut perkembangan sosial dengan istilah “penyesuaian sosial”. Penyesuaian sosial diartikan sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya.

Kelima, aspek kepribadian. Kepribadian diartikan sebagai kualitas perilaku individu yang tampak dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan secara unik. Keunikan penyesuaian tersebut berkaitan dengan aspek-aspek kepribadian itu sendiri seperti karakter, temperamen, sikap, stabilitas emosional, tanggung jawab, dan sosiabilitas.

Alport dalam Hurlock (1978) mendefinisikan kepribadian sebagai susunan sistem-sistem psiko fisik yang dinamai dalam diri suatu individu yang menentukan penyesuaian individu yang unik terhadap lingkungannya. Maksudnya bahwa kepribadian merupakan perilaku yang muncul dari seseorang berdasarkan pengalaman dan hasil belajar yang saling berkaitan, dan tidak berdiri sendiri. Terdapat beberapa pola yang saling berkaitan dalam membentuk suatu kepribadian, yakni konsep diri yang berkaitan dengan penampilannya (aspek fisik) serta yang berkaitan dengan kemampuan dan kelemahannya (aspek psikologis).

Pola selanjutnya yang membentuk suatu kepribadian ialah sifat. Sifat ini merupakan kualitas perilaku atau disebut juga dengan pola penyesuaian spesifik. Terdapat dua ciri yang menonjol terkait dengan sifat tersebut, yakni individualitas atau tampilan secara kuantitas, dan konsistensi atau kesamaan sikap terhadap situasi yang serupa. Keenam, aspek moral. Moralitas merupakan kemauan untuk menerima dan melakukan peraturan, nilai-nilai atau prinsip-prinsip moral.

Perkembangan moral banyak dipengaruhi oleh lingkungan terutama lingkungan keluarga. Dia belajar mengenai setiap perilaku sesuai dengan nilai yang berlaku di sekitarnya. Mengenai perkembangan moral yang

paling terkenal ialah penalaran moral yang dikemukakan oleh Kohlberg, kemungkinan besarnya terkenal penalaran moral ini ialah tingkat akurasi yang tinggi. Tidak tanggung-tanggung Kohlberg melakukan penelitian terhadap penalaran moral anak selama 20 tahun. Walaupun terdapat kritik yang dilayangkan kepada Kohlberg terkait dengan konsep penalaran moral yang dia kemukakan.

Dari hasil penelitiannya, Kohlberg kemudian memberikan gambaran tingkatan penalaran moral yang terjadi pada seseorang yang terbagi menjadi tiga tingkatan dengan lima tahapan di dalamnya, yakni penalaran pra konvensional, penalaran konvensional, dan penalaran pasca konvensional.

Penalaran pra konvensional adalah penalaran yang berada pada tingkatan paling rendah. Pada tingkatan penalaran ini memandang bahwa ukuran kebaikan atau keburukan sesuatu diukur dengan reward (imbalan) dan *punishment* (hukuman). Terdapat dua tahapan penalaran pada tingkatan ini yakni:

1. Tahap satu biasa disebut dengan moralitas heteronom, penalaran moral pada tahapan ini berkaitan dengan *punishment*, seperti kepatuhan anak dikarenakan ketakutannya akan diberi hukuman jika membangkang.
2. Tahap kedua disebut dengan Individualisme, tujuan instrumental, dan pertukaran. Pada tahapan ini merupakan tahapan dimana seseorang akan memikirkan hal yang sama akan terjadi seperti yang telah dilakukannya pada orang lain. Misalnya jika mereka berlaku baik terhadap orang lain, maka orang lain akan berlaku baik juga sama mereka. Sementara itu penalaran konvensional adalah tingkatan kedua dari penalaran moral yang dikemukakan oleh Kohlberg. Pada tahapan ini seseorang sudah menerapkan suatu standar tertentu akan tetapi standar tersebut ditetapkan oleh orang lain, seperti orang tua, atau peraturan pemerintah. Tahapan penalaran konvensional ini meliputi:
3. Tahap tiga, biasa disebut dengan Ekspektasi interpersonal mutual, hubungan dengan orang lain, dan konformitas interpersonal. Pada tahap ini, individu sudah menjunjung tinggi kepercayaan, perhatian, dan kesetiaan pada orang lain sebagai dasar mereka melakukan

penilaian terhadap orang lain. Biasanya pada anak-anak dan remaja akan mengadopsi standar moral orang tua agar mereka bisa dikatakan sebagai orang baik.

4. Tahap keempat disebut dengan moralitas sistem sosial. Pada tahapan ini, seseorang akan memberikan penilaian moral berdasarkan pada sistem keteraturan yang berlangsung di masyarakat, hukum, keadilan, serta hak dan kewajiban. Penalaran terakhir yang dikemukakan oleh Kohlberg ialah penalaran pasca konvensional. Ini merupakan tahapan tertinggi menurut Kohlberg, pada tahapan ini penilaian terhadap moral murni berasal dari diri sendiri dan bukan dipengaruhi oleh orang lain.
5. Tahap kelima disebut dengan kontrak atau utilitas anak dan hak individu. Pada tahapan ini, seseorang beranggapan bahwa nilai, hak, dan prinsip lebih utama daripada hukum. Kevalidan hukum yang ada diukur dengan sejauh mana hukum tersebut diberlakukan sesuai dengan hak serta keadaan dasarnya manusia.
6. Tahap keenam disebut dengan prinsip etis universal. Inilah tahapan tertinggi menurut Kohlberg, karena pada tahapan ini seseorang sudah menentukan standar moral berdasarkan hak asasi manusia secara universal. Artinya, pada tahapan ini penilaian moral berdasarkan hati nurani mereka dimana penilaian moral mereka tidak terbatas oleh suku, agama, dan ras tertentu. Ketujuh, aspek minat beragama. Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong seseorang untuk melakukan apa yang mereka inginkan.²² Minat ini memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia dikarenakan dampaknya yang begitu besar dalam menentukan

D. FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP PERKEMBANGAN INDIVIDU

Tidak dapat dipungkiri bahwa perkembangan seseorang sangat dipengaruhi oleh hal-hal yang melingkupinya. Hal-hal tersebut dapat berupa faktor internal maupun eksternal. Faktor internal berasal dari dalam individu itu sendiri, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu tersebut. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan seseorang adalah sebagai berikut :

1. Faktor keturunan atau bawaan (hereditas)

Aspek bawaan lahir atau keturunan mempunyai pengaruh yang kuat dalam proses perkembangan seseorang. Aspek yang dominan disini adalah pada tataran biologisnya. seorang anak mewarisi warna kulit, rambut, bentuk mata, hidung, serta bentuk fisik lainnya dari kedua orang tuanya.

Disini, faktor yang mendominasi adalah dari segi biologisnya, seperti warna rambut, warna kulit dll, tetapi tingkah laku pun juga mempengaruhi sikap individu. Minat tumbuh dan berkembang bersamaan dengan perkembangan fisik dan mental, artinya minat ini sudah tumbuh mulai masa kanak-kanak. Banyak sekali bentuk minat yang umum terjadi pada individu, salah satunya ialah minat beragama.

Minat beragama merupakan fitrah yang dimiliki oleh setiap manusia, akan tetapi walaupun hal tersebut sudah menjadi fitrah dan bersifat mendasar tidak menutup kemungkinan untuk berkembang. Namun hal tersebut bergantung kepada seberapa besar anak memperoleh pendidikan tentang keagamaan. Fitrah ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti faktor internal, faktor eksternal atau lingkungan (lingkungan keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat).

2. Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan di tempat individu berada menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangannya. Lingkungan merupakan tempat dimana individu berinteraksi, bersosialisasi, serta menerima pengaruh-pengaruh yang dapat mempengaruhi sikap, mental, serta pandangannya terhadap kehidupan. Lingkungan yang paling erat adalah keluarga, maka dalam hal ini kedua orang tua lah yang sangat membentuk sikap dan karakter individu tersebut.

Kondisi lingkungan adalah salah satu faktor yang terpenting dalam perkembangan manusia, sebab lingkungan merupakan alam pertama yang ia jamah, terutama lingkungan keluarga. Namun yang dimaksud disini bukanlah itu, tetapi masa-masa yang perlu diperhatikan oleh orang tua, meliputi:

- a. Prenatal: kesehatan ibu, gizi ibu, pemakaian bahan kimia (dalam pemakaian obat), dan keadaan emosi ibu.

- b. Natal: jenis kelahiran (normal, sungsang, operasi caesar), pengobatan ibu. Dalam hal ini biasanya IQ anak yang lahir normal lebih tinggi dari pada anak yang lahir sungsang dan operasi.
- c. Post natal: jenis kelamin, umur gizi, perawatan, kepekaan terhadap penyakit, penyakit kronis, hormon-hormon, sikap orang tua dan stimulasi.

3. Kematangan Pribadi

Kematangan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan individu. kematangan psikologis tidak selalu berbanding lurus dengan pertambahan usia. Banyak orang yang mencapai kematangan di usia yang masih terhitung relatif muda, namun tidak sedikit juga orang yang berusia tua tapi tidak mencapai kematangan tersebut. Kematangan biasanya dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal berupa tingkat pendidikan, kondisi lingkungan, serta didikan kedua orang tua.

4. Status sosial

Status sosial di tengah-tengah masyarakat juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan individu. Status sosial merupakan salah satu faktor yang membentuk sikap dan tingkah laku anak, biasanya anak yang dari kecil orang tuanya berstatus sosial tinggi, biasanya dia lebih cepat berfikir dewasa dari pada anak yang hidup dengan orang tua yang hanya masyarakat biasa.

5. Budaya, ras dan etnis

Budaya, ras, dan etnis juga merupakan salah satu faktor yang membentuk sikap dan tingkah laku anak. Hal ini karena anak banyak mendapatkan pengaruh dari lingkungan tempat dia berada. Sebuah lingkungan mempunyai nilai-nilai (values) yang dianut dan dipatuhi. Hal tersebut kemudian menjadi sebuah budaya yang mengikat anggota tersebut, tak terkecuali kepada si anak tersebut.

6. Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup adalah kejadian atau peristiwa yang dialami oleh individu dalam masa perkembangannya. Pengalaman hidup mampu

memberikan pengaruh positif atau pun negatif sehingga dapat menggugah atau merubah sikap individu di masa yang akan datang.

E. RANGKUMAN MATERI

1. Perkembangan memiliki arti perubahan yang berlangsung secara berkesinambungan menuju proses penguatan fisik dan kematangan mental mulai dari masa pembuahan hingga kematian. Perkembangan menghasilkan bentuk dan ciri-ciri kemampuan baru yang berlangsung dari tahap aktivitas yang sederhana ke tahap yang lebih tinggi. Perkembangan juga menghasilkan kematangan yang meliputi 3 aspek, yaitu fisiologis, psikologis, dan pedagogis
2. Tahapan-tahapan perkembangan individu terdiri dari 4 tahap, yaitu:
 - a. Masa prenatal (sebelum lahir)
 - b. Masa Natal
 - c. Masa Remaja
 - d. Masa Dewasa
3. Aspek-aspek perkembangan pada individu yaitu:
 - a. Aspek fisik, mencakup empat aspek yaitu, sistem syaraf, otot, kelenjar endoktrin, dan struktur fisik.
 - b. Aspek emosional, yaitu warna afektif yang menyertai setiap situasi atau tingkah laku individu yang berbeda-beda pada setiap periode perkembangannya.
 - c. Aspek pedagogis, yaitu dimana intelektualitas individu memimpin dan membimbing perkembangan semua aspek pada dirinya menuju tahap kematangan pribadi. Hal inilah yang akan membuat individu tersebut mempunyai sifat mengasihi sesama manusia.
4. Kematangan pribadi adalah kemampuan individu untuk mengaktualisasikan dirinya. Aktualisasi diri itu sendiri adalah kemampuan individu untuk memanfaatkan dan menggunakan segenap potensi yang dimilikinya berupa kemampuan (skill), kapasitas, serta bakat yang ditandai dengan pribadi yang selalu

berjuang demi mencapai masa depan, berani, tekun, mandiri dan berkomitmen terhadap apa yang menjadi tanggung jawabnya.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan individu adalah sebagai berikut:
 - a. Faktor hereditas (keturunan)
 - b. Kondisi lingkungan
 - c. kematangan pribadi
 - d. Status sosial
 - e. Budaya, ras, dan etnis
 - f. Pengalaman hidup

TUGAS DAN EVALUASI

1. Apa yang dimaksud dengan perkembangan dalam Psikologi?
2. Jelaskan tahapan-tahapan perkembangan individu!
3. Sebutkan aspek-aspek yang berkembang pada individu pada masa perkembangannya!
4. Apa yang dimaksud dengan kematangan pribadi?
5. Sebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan individu!

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol (2007) *Psikologi Kepribadian*, UMM Press, Malang
- Desmita (2016), *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, PT Remaja Rosda Karya, Bandung
- Goble, F.G, (1987) *Madzhab Ketiga: Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, Kanisius, Yogyakarta
- Hanafi, Imam (2018) *Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Alquran* IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam Volume 1 No. 01 2018, p. 84-99
- Hurlock, Elizabeth P, (1978) *Child Development*, Mc Graw Hill, New York
- Sobur, Alex (2003) *Psikologi Umum*, Pustaka Setia, Bandung
- Soemanto, Westy (2006) *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*, PT Rinneka Cipta, Jakarta



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 12: MEMBANGUN GOOD RELATIONSHIP DENGAN MEMAHAMI KARAKTERISTIK MANUSIA KOMUNIKAN

Dianingtyas Murtanti Putri S.Sos., M.Si & Dr. Dessy Kania, B.A., M.A.

Universitas Bakrie

BAB 12

MEMBANGUN GOOD RELATIONSHIP DENGAN MEMAHAMI KARAKTERISTIK MANUSIA KOMUNIKAN

A. PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan aktifitas manusia yang sangat penting dalam kehidupan manusia pada berbagai hubungan yang dijalani. Alfred Adler yang mencetuskan psikologi individu menyatakan bahwa manusia menjalani beberapa hubungan yakni hubungan pertemanan, hubungan percintaan, hubungan keluarga, dan hubungan pekerja. Dalam interaksi yang terjalin antar sesama pasti akan mengalami perbedaan pandangan atau perspektif, sehingga dapat menimbulkan konflik. Salah satu faktornya adalah beda budaya yang dimiliki, Sudarmika (2020:217) dalam artikel nya menyampaikan budaya yang dimiliki oleh seseorang sangat menentukan bagaimana cara kita berkomunikasi dengan orang lain apakah dengan orang sama budayanya maupun dengan orang yang berbeda budaya, di mana karakter budaya yang ditanamkan oleh keluarga mereka sejak dini dan diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Inilah yang menjadi landasan mengapa perbedaan pandangan ini dapat menimbulkan suatu konflik, artinya untuk menghindari kesalahpahaman yang terjadi maka pelaku komunikasi dituntut untuk seobjektif mungkin untuk selalu sadar diri (mindfulness) terhadap perbedaan serta keunikan budaya orang lain. Selain itu, Mulyana (2003, p. 34) menyebutkan juga bahwa untuk menghindari salah paham maka komunikator harus memiliki kemampuan berkomunikasi yang efektif. Larry A. Samovar (2013) dalam bukunya

Intercultural Communication bahwa seorang komunikator memerlukan kompetensi dalam wawasan ilmu pengetahuannya, hal ini dibutuhkan karena prinsip dalam komunikasi verbal memiliki aturan, norma yang harus dipahami oleh pelaku komunikasi. Terdapat dua tipe panduan dalam aturan komunikasi yakni regulative rules dan constitutive rules.

Esensi pemahaman mengenai komunikasi ialah meaning, di mana memiliki makna yang signifikan pada fenomena atau terhadap apa yang diberikan tanda kepada kita, untuk memahaminya maka menggunakan simbol untuk menciptakannya. Komunikasi memiliki dua tingkatan makna (Pinker, 2018; Watzlawick, Beavin, & Jackson, 1967). Tingkat isi (content level of meaning) makna mengandung pesan literal, sedangkan tingkat hubungan (relationship level of meaning) makna mengungkapkan hubungan antara komunikator. Ketika berkomunikasi tentunya ada aturannya, yakni berupa beberapa prinsip komunikasi yang dapat membantu memahami bagaimana kita menciptakan makna bagi interaksi kita. Salah satunya adalah communication is guided by rules, yaitu aturan dalam berkomunikasi memahami pesan yang dimaksud dan perilaku apa yang bisa disesuaikan dalam berbagai situasi. Oleh karenanya, terdapat dua aturan yaitu regulative rules mengatur bagaimana interaksi yang dilakukan dengan menentukan kapan, di mana, dan dengan siapa berkomunikasi. Sedangkan, constitutive rules menentukan apa arti atau singkatan dari komunikasi tertentu. Kembali lagi yang disampaikan oleh Larry yakni komunikator harus memiliki self-awareness ketika interaksi sedang berlangsung, terhadap ungkapan yang disampaikan kepada penerima pesan, karena seorang komunikator seharusnya menyadari dengan siapa yang diajak berkomunikasi, di mana komunikasi bisa dilakukan secara efektif agar pesan yang ingin disampaikan dapat dipahami dengan baik oleh komunikannya. Dikatakan komunikasi tidak efektif jika pesan yang disampaikan oleh komunikator tidak dapat dipahami dengan baik oleh komunikannya. Selain itu, dikatakan komunikasi efektif bila pesan yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikannya memiliki satu persepsi yang sama.

Seringkali ketika komunikasi berlangsung mis interpretasi terjadi, hal ini dilatarbelakangi adanya beberapa hal. Pada paragraf sebelumnya disebutkan bahwa setiap individu memiliki budaya sendiri yang

menentukan bagaimana cara kita berkomunikasi. Lalu, dilansir dari artikel lainnya yang berjudul “Hambatan Komunikasi dalam Perkuliahan Daring pada Masa Pandemi Covid-19” dinyatakan penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran mengenai hambatan komunikasi yang dialami oleh setiap dosen dengan para mahasiswanya selama perkuliahan daring pada masa pandemi berlangsung. Hambatan komunikasi sebagai suatu yang dapat mendistorsi pesan, hal apapun yang menghalangi receiver message, dan hambatan-hambatan tersebut dapat berlangsung dalam semua konteks komunikasi. Devito (2016) membagi hambatannya menjadi tiga hal yakni hambatan secara fisik, hambatan secara psikologis, dan hambatan secara semantik. Hambatan psikologis, berkaitan dengan persoalan secara psikologi. Kemudian, hambatan fisik terkait dengan fisiologinya sedangkan hambatan bahasa atau tematik umumnya terjadi ketika apa yang disampaikan oleh komunikator dipahami berbeda oleh komunikan akibat bahasa yang tidak dimengerti atau bisa juga karena komunikator salah ucap, serta hal-hal yang berkaitan dengan bahasa lainnya. Apabila, hambatan ini tidak dipahami di pahami oleh pelaku komunikasi akan mengakibatkan hubungan interpersonal yang terjalin dapat berdampak negative (Malik, 2021:80). Artinya, selama interaksi berlangsung seorang komunikator tidak selamanya berperan sebagai komunikator, ia juga memainkan perannya sebagai komunikan yang menerima pesan. Begitu juga sebaliknya dengan komunikannya, oleh karenanya sebagai seorang komunikator mengasah kemampuan dalam berkomunikasi dengan meningkatkan kepekaan terhadap simbol-simbol yang diberikan dari komunikan. Sebab, pesan yang dihasilkan dari interaksi komunikasi tersebut dapat juga berdampak pada psikologi komunikasi diantara pelakunya.

Jalaludin Rakhmat dalam bukunya “Psikologi Komunikasi Edisi Revisi” menyampaikan pemeran utama dalam komunikasi adalah manusia. Peran psikologi yang dimaksud disini bagaimana mulai masuk saat membicarakan bagaimana manusia memproses pesan yang diterimanya, bagaimana cara berpikir dan cara melihat manusia dipengaruhi oleh lambang-lambang yang dimiliki. Disampaikan juga bagaimana konsepsi psikologi tentang manusia, yakni konsepsi behaviorisme yang memandang manusia sebagai makhluk yang dapat digerakkan semauanya oleh

lingkungan. Lalu, teori pengolahan informasi yang dibentuk oleh konsepsi psikologi kognitif di mana sebagai makhluk yang aktif mengorganisasikan dan mengolah stimulus yang diterimanya. Lanjut, dalam teori-teori komunikasi interpersonal banyak dipengaruhi konsepsi psikologi humanistik yang menggambarkan manusia sebagai pelaku aktif dalam merumuskan strategi transaksional dengan lingkungannya (Rakhmat, 2018:22). Dengan maksud, manusia merupakan individu dalam memproses informasi berasal dari lingkungannya yang dipengaruhi oleh beberapa psikologi behaviorime, kognitif serta humanis.

Dilihat dari sejarah perkembangannya, komunikasi memang dibesarkan oleh para peneliti psikologi. Pada komunikasi dipengaruhi juga oleh sosiologi, filsafat, psikologi, antropologi namun dari sudut pandang Aristoteles menyampaikan filsafat tidak melihat komunikasi sebagai alat untuk memperkuat tujuan kelompok seperti pandangan sosiologi. Filsafat mempersoalkan apakah hakikat manusia komunikasi, dan bagaimana menggunakan komunikasi untuk berhubungan dengan realitas lain di alam semesta. Serta bagaimana proses komunikasi berlangsung ketika kognisi, afeksi, sampai perilaku. Artinya, saat interaksi komunikasi antara komunikator dengan komunikannya terdapat pertukaran informasi yang bersifat verbal maupun nonverbal yang dapat mempengaruhi kognisi, afeksi dan konatif nya. Selain itu, menciptakan iklim komunikasi yang kondusif juga merupakan faktor pendukung agar komunikasi yang berjalan bersifat efektif. Oleh karenanya, memahami karakteristik manusia komunikasi pada diri komunikator perlu dimengerti.

B. KOMUNIKASI DALAM SUDUT PANDANG PSIKOLOGI

Jalaluddin Rakhmat dalam bukunya Psikologi Komunikasi (Edisi Revisi) (2019) menyampaikan komunikasi amat esensial bagi pertumbuhan kepribadian manusia, karena jika kurangnya komunikasi dapat menghambat perkembangan kepribadian. Dalam sudut pandang psikologi, komunikasi sebagai "proses interaksi di antara orang untuk tujuan interaksi intrapersonal dan interpersonal, selain itu juga didefinisikan sebagai proses untuk mengubah kelompok manusia menjadi kelompok yang berfungsi. Psikologi juga meneliti kesadaran dan pengalaman manusia. Psikologi terutama mengarahkan perhatiannya pada perilaku

manusia dan mencoba menyimpulkan proses kesadaran yang menyebabkan terjadinya perilaku itu. Bila sosiologi melihat komunikasi pada interaksi sosial, filsafat pada hubungan manusia dengan realitas lainnya, psikologi pada perilaku individu komunikasi. Komunikasi adalah peristiwa sosial-peristiwa yang terjadi ketika manusia berinteraksi dengan manusia yang lain. Mencoba menganalisis peristiwa sosial secara psikologis membawa kita pada psikologi sosial. Lalu, komunikasi sangat erat kaitannya dengan perilaku dan pengalaman kesadaran manusia. Sedangkan dalam perseptif psikologi, komunikasi adalah “the process by which an individual (communicator) transmits stimuli (usually verbal) to modify the behaviour of other individuals (the audience)” yakni respon melalui lambang-lambang verbal akan menimbulkan reaksi, proses ini dinamakan stimuli (Rakhmat, 2019:6–7).

Dalam dunia psikologi, komunikasi memiliki makna yang luas, meliputi segala penyampaian energi, gelombang suara, tanda di antara tempat, sistem, atau organisme. Komunikasi sendiri digunakan sebagai proses, pesan, pengaruh atau secara khusus sebagai pesan dalam psikoterapi. Peserta didik merupakan manusia yang memiliki akal, pikiran, dan rasa dimana kegiatan komunikasi berlangsung akan menggunakan ketiga unsur utamanya. Hasil interaksi komunikasi akan menimbulkan reaksi dari informasi yang diperolehnya, seperti yang disampaikan dalam teorinya Mead. Disini, psikologi juga tertarik pada komunikasi di antara individu yaitu bagaimana pesan dari seorang individu menjadi stimulus yang menimbulkan respons pada individu yang lain, serta mengungkapkan pikiran menjadi lambang, bentuk-bentuk lambang, dan pengaruh lambang terhadap perilaku. Sehingga peran psikologi dalam komunikasi yakni ketika pesan sampai pada diri komunikator, psikologi melihat ke dalam proses penerimaan pesan, menganalisis faktor-faktor personal dan situasional yang mempengaruhinya, dan menjelaskan berbagai corak komunikasi saat sendiri atau dalam kelompok (Rakhmat, 2019:8).

Pendekatan psikologi sosial merupakan pendekatan psikologi komunikasi. Fisher menyebut empat ciri pendekatan psikologi pada komunikasi penerimaan stimuli secara indrawi (*sensory reception of stimuli*), proses yang mengantari stimulus dan respons (*internal mediation stimuli*), prediksi respons (*prediction of response*), dan

peneguhan respons (*reinforcement of responses*). Psikologi melihat komunikasi dimulai dengan dikenainya masukan kepada organ-organ penginderaan kita yang berupa data. Stimuli dapat berasal dari objek berupa orang, pesan, suara, warna yang intinya berbagai hal bisa mempengaruhi kita pada ucapan sederhana “Hai, apa kabar”, merupakan satuan stimulasi terdiri dari berbagai stimulasi berupa pemandangan, suara, penciuman, dan sebagainya.

C. KARAKTERISTIK MANUSIA KOMUNIKAN

Karakteristik manusia komunikasi adalah ciri-ciri atau sifat manusia sebagai makhluk yang mempunyai kemampuan untuk berkomunikasi, baik secara verbal maupun nonverbal. Dengan mengacu pada pola pikir atau bagan atau mind mapping ruang lingkup materi psikologi komunikasi, terlihat bahwa manusia menempati posisi penting atau strategis dalam pembahasan tentang psikologi komunikasi. Artinya manusia selain berfungsi sebagai subjek kajian dalam psikologi komunikasi sekaligus ia juga sebagai objek kajian. Oleh karena itu, perlu diketahui dan dipahami terdahulu secara mendalam bagaimana pandangan (ilmu) psikologi tentang makhluk yang dinamakan manusia itu. Jika politik memandang hakikat manusia sebagai makhluk yang cenderung berkuasa, ilmu ekonomi memandang hakikat manusia sebagai makhluk yang memproduksi dan mengonsumsi, maka perlu dipahami bagaimana pandangan psikologi tentang hakikat manusia. Teori-teori psikologi juga banyak dipengaruhi oleh konsepsi psikologi humanistik yang menggambarkan manusia sebagai pelaku aktif dalam merumuskan strategi transaksional dengan lingkungannya (*Homo Ludens*) (Rakhmat, 2019:18). Sigmund Freud, seorang tokoh dari teori Psikoanalisis menyampaikan perilaku manusia merupakan hasil interaksi dari tiga subsistem dalam kepribadian manusia, yakni: *Id*, *Ego* dan *Superego*. Berdasarkan teori psikoanalisis (*Homo Valens*), manusia merupakan makhluk yang perilakunya digerakkan oleh keinginan-keinginan yang terpendam. Dimana ada subsistem *Id*, bagian kepribadian yang menyimpan dorongan-dorongan biologis manusia. *Id* merupakan pusat instink atau pusat hawa nafsu. *Ego* adalah subsistem yang berfungsi menjembatani tuntutan *Id* dengan realitas dunia luar. *Ego* menjadi penengah antara dorongan-dorongan hewani manusia dengan

pertimbangan rasional dan realistik. Superego menyerap norma-norma sosial dan kultural masyarakat. Superego dapat disebut sebagai hati nurani dan sebagai pengawas kepribadian. Jadi, menurut teori psikoanalisa, tingkah laku manusia itu sebenarnya merupakan interaksi antara tiga subsistem, yaitu komponen biologis (hawa nafsu, Id), komponen psikologis (Ego), dan komponen sosial (Superego), antara unsur hewani, akal dan nilai atau moral.

Lalu terdapat teori behaviourism, teori ini memfokuskan perhatiannya pada perilaku yang terlihat yaitu perilaku yang dapat diukur, diramal dan dilukiskan. Teori ini merupakan reaksi terhadap teori psikoanalisis. Disampaikan bahwa dalam teori behaviourism, manusia disebut sebagai Homo Mechanicus yang berarti manusia mesin. Mesin adalah suatu benda yang bekerja tanpa adanya motif dibelakangnya. Mesin berjalan bukan karena adanya dorongan alam bawah sadar tertentu, ia berjalan karena lingkungan sistemnya. Manusia, menurut teori ini juga demikian, selain instink, seluruh tingkah lakunya merupakan hasil belajar. Belajar adalah perubahan perilaku organisme sebagai pengaruh lingkungan. Dalam teori ini manusia dipandang sangat rapuh tak berdaya menghadapi lingkungan. Ia dibentuk begitu saja oleh lingkungan tanpa mampu melakukan perlawanan. Aristoteles, mengenalkan teori tabularasa yakni manusia itu ibarat meja lilin yang siap dilukis dengan tulisan apa saja (Marhaban, 2006). Psikologi kognitif menempatkan manusia sebagai makhluk yang bereaksi secara aktif terhadap lingkungan, yakni dengan cara berfikir. Manusia berusaha memahami lingkungan yang di hadapinya dan meresponnya dengan pikiran yang dimilikinya. Oleh karena itu, manusia menurut teori kognitif ini disebut sebagai Homo Sapiens, yakni manusia yang berfikir. Jadi dalam mereaksi terhadap stimuli, manusia berfikir dan berusaha menemukan jati dirinya. Teori kognitif memang telah menempatkan kembali manusia sebagai makhluk yang berjiwa, yang bukan hanya berfikir, tetapi juga berusaha menemukan identitas dirinya. Maksudnya, pada konsepsi psikologi behaviour manusia dianggap dimanapun mereka berada, maka perilaku nya akan demikian. Akan tetapi, manusia dapat berpikir sehingga bisa menentukan pilihannya untuk adaptasi dengan lingkungannya melalui pengamatan, pemikirannya sehingga menentukan perilakunya. Kemudian, konsepsi psikologi humanistik memandang

manusia sebagai eksistensi yang positif dan menentukan. Manusia dipandang sebagai makhluk yang unik yang memiliki cinta, kreativitas, nilai dan makna serta pertumbuhan pribadi. Pusat perhatian teori humanistik, adalah pada makna kehidupan, dan masalah ini dalam psikologi humanistik disebut sebagai *Homo Ludens*, yaitu manusia yang mengerti makna kehidupan. Menurut teori psikologi humanistik ini, setiap manusia hidup dalam dunia pengalaman yang bersifat pribadi (unik), dan kehidupannya berpusat pada dirinya itu. Perilaku manusia berpusat pada konsep diri, yaitu pandangan atau persepsi orang terhadap dirinya yang bisa berubah-ubah dan fleksibel sesuai dengan pengalamannya dengan orang lain (Mubarok, 2008).

D. KETERKAITAN ANTARA PSIKOLOGI KOMUNIKASI DENGAN KARAKTERISTIK MANUSIA KOMUNIKAN

Psikologi mencoba menganalisa seluruh komponen yang terlibat dalam proses komunikasi. Pada diri komunikan, psikologi menganalisa karakteristik manusia komunikan serta faktor-faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi perilaku komunikasinya. Pada diri komunikator, psikologi melacak sifat-sifatnya dan bertanya “apa yang menyebabkan satu sumber komunikasi berhasil dalam mempengaruhi orang lain” sementara sumber komunikasi yang lain tidak. Makna komunikasi sebagaimana yang digunakan dalam dunia psikologi. Bila diperhatikan, dalam dunia psikologi, komunikasi mempunyai makna yang luas, meliputi segala penyampaian energi, gelombang suara, tanda di antara tempat, sistem atau organisme. Psikologi mencoba menganalisis seluruh komponen yang terlibat dalam proses komunikasi. Pada diri komunikan, psikologi menganalisa karakteristik manusia komunikan serta faktor-faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi perilaku komunikasinya. Pada komunikator, psikologi melacak sifat-sifatnya dan bertanya “Apa yang menyebabkan satu sumber komunikasi berhasil dalam mempengaruhi orang lain, sementara sumber komunikasi yang lain tidak”. Ketika pesan sampai pada diri komunikator, psikologi melihat ke dalam proses penerimaan pesan, menganalisa faktor-faktor personal dan situasional yang mempengaruhinya, dan menjelaskan berbagai corak komunikan ketika sendirian atau dalam kelompok. Dengan kata lain,

dalam psikologi komunikasi seorang komunikator adalah manusia komunikasi juga. Di mana ketika ia sebagai pengirim pesan pun ia juga akan menggunakan pengalaman atau *experiences* yang dimilikinya menjadi referensi utama dalam mengemas pesannya yang akan dikomunikasikan kepada penerima pesan.

Fisher menyebut empat ciri pendekatan psikologi pada komunikasi, penerimaan stimuli secara inderawi (*sensory reception of stimuli*), proses yang mengantari stimuli dan respons (*internal mediation of stimuli*), prediksi respons (*prediction of responses*), dan penguatan respons (*reinforcement of responses*). Psikologi melihat komunikasi dimulai dengan dikenainya masukan kepada organ-organ penginderaan kita yang berupa data. Stimuli berbentuk orang, pesan suara, warna—pokoknya segala hal yang mempengaruhi kita. Ucapan “Hai, apa kabar”, merupakan satuan stimuli yang terdiri dari berbagai stimuli: pemandangan, suara, penciuman dan sebagainya. Dengan mengacu pada pola pikir atau bagan atau mind mapping ruang lingkup materi psikologi komunikasi, terlihat bahwa manusia menempati posisi penting atau strategis dalam pembahasan tentang psikologi komunikasi. Artinya manusia selain berfungsi sebagai subjek kajian dalam psikologi komunikasi sekaligus ia juga sebagai objek kajian. Oleh karena itu, perlu diketahui dan dipahami terdahulu secara mendalam bagaimana pandangan (ilmu) psikologi tentang makhluk yang dinamakan manusia itu. Jika politik memandang hakikat manusia sebagai makhluk yang cenderung berkuasa, ilmu ekonomi memandang hakikat manusia sebagai makhluk yang memproduksi dan mengonsumsi, maka perlu dipahami bagaimana pandangan psikologi tentang hakikat manusia.

E. MEMBANGUN GOOD RELATIONSHIP DALAM KOMUNIKASI

Dalam dunia PR (*Public Relations*) membangun hubungan baik dengan para stake holder sangat diperlukan baik eksternal maupun internal, hal ini bertujuan untuk mendukung kegiatan yang dilakukan oleh suatu perusahaan. Oleh karenanya, beberapa dari pemangku kepentingan atau stake holder dapat dikategorikan sebagai institusi yang memiliki organisasi cukup baik dan tujuan yang jelas, seperti pemerintah, asosiasi perusahaan, serikat pekerja, media massa dan supplier dapat dikatakan termasuk ke dalam kategori ini (Chandra, 2019). Menjalin hubungan dalam kehidupan

manusia merupakan syarat mutlak untuk mempertahankan eksistensinya dalam bermasyarakat, terutama dalam interaksi antar manusia, sebab hubungan antar manusia memainkan peran penting dalam membentuk kehidupan masyarakat, terutama ketika hubungan antar pribadi itu mampu memberi dorongan kepada orang tertentu berkaitan dengan perasaan, pemahaman informasi, dukungan, yang mempengaruhi citra diri orang serta membantu orang untuk memahami orang lain (Rustan,2015).

Proses komunikasi yang terjadi antara komunikator dengan komunikan merupakan suatu upaya yang dilakukan seseorang dalam rangka mengubah perilaku orang lain. Namun demikian, di dalam kegiatan komunikasi persuasif, perubahan perilaku bukanlah merupakan satu-satunya tujuan yang ingin dicapai. Sebab komunikasi persuasif tidak terbatas pada pemberian informasi saja, tetapi diharapkan dapat mengubah perilaku komunikan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh komunikator dan terjalinnya hubungan (relation) yang baik atau harmonis di antara peserta komunikasi. Hubungan yang baik diantara peserta komunikasi dapat meminimalisir rintangan komunikasi, sebaliknya, pesan yang jelas, tegas, dan cermat, dapat menimbulkan kegagalan dalam berkomunikasi, karena hubungan diantara peserta komunikasi yang kurang baik. Oleh sebab itu setiap orang yang melakukan komunikasi, bukan hanya sekedar menyampaikan isi pesan, akan tetapi ia juga menentukan kadar hubungan interpersonal atau dengan kata lain, aktivitas komunikasi antar pribadi bukan hanya menentukan "content" tetapi juga harus menjalin "relationship". Dengan demikian seorang komunikator ketika membuat pesan, maka kalimat-kalimat yang digunakan bukan hanya menyampaikan isi, tetapi juga mendefinisikan hubungan interpersonal. Faktor ini oleh banyak komunikator menjadi bagian yang terabaikan, akibatnya komunikasi yang mereka lakukan mengalami kegagalan, bahkan justru menciptakan konflik diantara mereka.

Hubungan baik antara organisasi dengan stakeholders sangat diperlukan untuk mendukung kesuksesan sebuah organisasi. Hal ini dikarenakan publik mempunyai peranan penting dalam menunjang kesuksesan setiap organisasi. Selain itu tujuan organisasi juga hanya akan tercapai apabila terdapat dukungan dari masing-masing publik. Oleh karena itu menjaga hubungan baik dengan setiap publik adalah menjadi

sebuah kebutuhan yang tidak dapat ditawarkan lagi. Hubungan pada dasarnya menggambarkan sebuah koneksi (*connection*). Jika diterapkan di dalam interaksi sosial maka hal tersebut dapat berarti rangkaian atau situasi saling berkesinambungan antar-manusia. Contohnya, koneksi persahabatan, hubungan antar lawan jenis, kekerabatan, dan koneksi di dalam lingkungan sosial. Itulah sebabnya dimengerti bahwa konsep kunci dari sebuah hubungan adalah interaksi interpersonal (Zaluchu & Waruwu, 2020). Maksudnya adalah membangun hubungan baik tidak hanya dalam dunia korporat perusahaan, namun ketika interaksi komunikasi yang dilakukan antar sesama manusia juga diperlukan. Dilansir dari artikel jurnal “Bagaimana Menciptakan Hubungan Yang Baik Dengan Orang Lain” menyampaikan jika jalinan hubungan dengan orang lain semakin baik, maka kesuksesan akan diraih. Kesuksesan tidak hanya diperoleh dengan pendidikan akademis saja, akan tetapi juga diperoleh dengan kemampuan dalam berkomunikasi dan kemampuan dalam menciptakan hubungan yang baik antara sesama (Rumayar, 2011:79-80). Selain itu, manfaat yang bisa dirasakan apabila menjalin hubungan baik yakni meraih kerja sama, terbantu jika menemukan kendala dalam persoalan, serta berumur panjang.

F. RANGKUMAN MATERI

Psikologi meneliti kesadaran dan pengalaman manusia. Hal tersebut diarahkan pada pusat perhatian perilaku manusia dan mencoba menyimpulkan proses kesadaran yang menyebabkan terjadinya perilaku manusia itu. Psikologi pada perilaku individu berkomunikasi. Ketika akan melakukan komunikasi, tak bisa dipungkiri membutuhkan pihak lain sebagai pendengar atau berkomunikasi untuk merespon pesan yang disampaikan. Psikologi komunikasi juga melihat bagaimana respon yang terjadi pada masa lalu dapat meramalkan respon yang terjadi pada masa yang akan datang. George A. Miller membuat definisi psikologi yang mencakup semuanya: *psychology is the science that attempts to describe, predict, and control mental and behavioral event*. Dengan demikian, psikologi komunikasi adalah ilmu yang berusaha menguraikan, meramalkan, dan mengendalikan peristiwa mental dan behavioral dalam komunikasi. Peristiwa mental adalah *“internal meditation of stimuli”*,

sebagai akibat berlangsungnya komunikasi. Komunikasi adalah peristiwa sosial, peristiwa yang terjadi ketika manusia berinteraksi dengan manusia yang lain. Peristiwa sosial secara psikologis membawa kita pada psikologi sosial. Pendekatan psikologi sosial adalah juga pendekatan psikologi komunikasi.

Sudarmika (2020:217) dalam artikel nya menyampaikan budaya yang dimiliki oleh seseorang sangat menentukan bagaimana cara kita berkomunikasi dengan orang lain apakah dengan orang sama budayanya maupun dengan orang yang berbeda budaya, di mana karakter budaya yang ditanamkan oleh keluarga mereka sejak dini dan diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Jalaludin Rakhmat dalam bukunya “Psikologi Komunikasi Edisi Revisi” menyampaikan pemeran utama dalam komunikasi adalah manusia. Peran psikologi yang dimaksud disini bagaimana mulai masuk saat membicarakan bagaimana manusia memproses pesan yang diterimanya, bagaimana cara berpikir dan cara melihat manusia dipengaruhi oleh lambang-lambang yang dimiliki. Dimana juga terdapat empat ciri pendekatan psikologi menurut Fisher pada komunikasi penerimaan stimuli secara indrawi (*sensory reception of stimuli*), proses yang mengantari stimulus dan respons (*internal mediation stimuli*), prediksi respons (*prediction of response*), dan peneguhan respons (*reinforcement of responses*).

Konsepsi manusia dalam psikoanalisis yakni psikoanalisis secara tegas memperhatikan struktur jiwa manusia. Freud memfokuskan perhatiannya kepada totalitas kepribadian manusia bukan pada bagian-bagian yang terpisah. Menurutnya perilaku manusia merupakan hasil interaksi tiga sub sistem dalam kepribadian manusia id, ego, dan superego. Id adalah bagian kepribadian yang menyimpan dorongan-dorongan biologis manusia-pusat instink. Ego berfungsi menjembatani tuntutan id dengan realitas di dunia luar. Ego adalah mediator antara hasrat-hasrat hewani dengan tuntutan rasional dan realistik. Ego lah manusia dapat menundukkan hasrat hewannya dan hidup sebagai wujud yang rasional. Superego adalah polisi kepribadian, mewakili yang ideal, ia adalah hati nurani yang merupakan internalisasi dari norma-norma sosial dan kulturasi masyarakatnya. Lalu konsepsi manusia dalam behaviorisme, di mana perubahan perilaku organisme sebagai pengaruh lingkungan. Behaviorisme tidak mau

mempersoalkan apakah manusia baik atau jelek, rasional atau emosional; behaviorisme hanya ingin mengetahui bagaimana timbul konsep “manusia mesin”. Selanjutnya pada teori psikologi kognitif menempatkan manusia sebagai makhluk yang bereaksi secara aktif terhadap lingkungan, yakni dengan cara berfikir. Manusia berusaha memahami lingkungan yang dihadapinya dan meresponnya dengan pikiran yang dimilikinya. Oleh sebab itu, maka manusia menurut teori kognitif ini disebut sebagai Homo Sapiens, yakni manusia yang berfikir. Menurut teori psikologi humanistik ini, setiap manusia hidup dalam dunia pengalaman yang bersifat pribadi (unik), dan kehidupannya berpusat pada dirinya itu. Perilaku manusia berpusat pada konsep diri, yaitu pandangan atau persepsi orang terhadap dirinya yang bisa berubah-ubah dan fleksibel sesuai dengan pengalamannya dengan orang lain (Mubarok,2008:56). Sebab, sebagai makhluk sosial manusia memang tidak bisa terlepas dari keberadaan orang lain. Entah dalam lingkup keluarga, lingkungan bermasyarakat, di sekolah, atau bahkan di tempat kerja. Dengan membangun hubungan yang baik dengan banyak orang, Melalui komunikasi yang efektif. Terdengar mudah, tapi sulit dilakukan. Meski begitu, komunikasi adalah sesuatu yang penting dalam kehidupan sehari-hari.

Membangun hubungan baik merupakan syarat mutlak dalam hubungan social bermasyarakat. Oleh sebab itu setiap orang yang melakukan komunikasi, bukan hanya sekedar menyampaikan isi pesan, akan tetapi ia juga menentukan kadar hubungan interpersonal atau dengan kata lain, aktivitas komunikasi antar pribadi bukan hanya menentukan "content" tetapi juga harus menjalin "*relationship*". Sebab dalam dunia Public Relations menjaga hubungan baik dengan para pemangku kepentingan, baik dalam segi internal dan eksternal sangat diperlukan untuk mendukung kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan oleh perusahaan nantinya. Sama halnya dalam menjalin hubungan baik organisasi dengan stakeholdernya akan mendulang kesuksesan dari sebuah organisasi. Hal ini dikarenakan publik mempunyai peranan penting dalam menunjang kesuksesan setiap organisasi. Selain itu tujuan organisasi juga hanya akan tercapai apabila terdapat dukungan dari masing-masing publik.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Uraikanlah definisi Psikologi Komunikasi!
2. Jelaskan karakteristik manusia komunikasi!
3. Jelaskan bagaimana masing-masing pandangan empat konsepsi psikologi!
4. Mengapa konsepsi psikologi terkait dengan karakteristik manusia komunikasi?
5. Mengapa membangun good relationship perlu mengasah kemampuan dalam berkomunikasi?
6. Berikanlah contoh kasus lalu analisis lah dengan mengaitkan pentingnya membangun good relationship dengan memahami karakteristik manusia komunikasi!

DAFTAR PUSTAKA

- Devito, J. A. (2016). *The Interpersonal Communication Book*.
- Marhaban, N. (2006). KARAKTERISTIK MANUSIA KOMUNIKA. 13(ii), 166–173.
- Mubarok, A. (2008). *Psikologi dakwah*. Pustaka Firdaus.
- Mulyana, D. (2003). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Pinker, S. (2018). The Moral Instinct. *Understanding Moral Sentiments*, May, 59–80. <https://doi.org/10.4324/9781351296281-5>
- Rakhmat, J. (2019). *Psikologi Komunikasi*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Samovar, L. A., Porter, R. E., & McDaniel, E. R. (2013). *Communication Between Cultures*.
- Sudarmika, D. (2020). Memahami Perbedaan Komunikasi Antarbudaya Di Lingkungan Tempat Kerja. *Journal Oratio Directa*, 2(2), 214–232.
- Jurnita, A. E., & Komunikasi, F. I. (2022). Strategi Public Relation Dalam Menjalinkan Hubungan Baik dengan Media Pelabuhan Indonesia Regional III. 1(2), 187–203.
- Rustan, A. S. (2015). MENJALIN HUBUNGAN (RELATION) DALAM PERSPEKTIF KOMUNIKASI EFEKTIF. 78–90.
- Rumayar, E. (2011). Bagaimana Menciptakan Hubungan Yang Baik Dengan Orang Lain. *Jurnal Ilmiah Unklab*, 15(2), 78–88.
- Zaluchu, S. E. (2020). Telaah Prinsip Good-Relationsip di Dalam Kepemimpinan dan Organisasi. 1(Desember), 148–161.



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 13: SIKAP DAN PERUBAHAN SIKAP

Mohamad Ardin Suwandi, M.Pd

Sekolah Tinggi Agama Islam Kupang

BAB 13

SIKAP DAN PERUBAHAN SIKAP

A. PENDAHULUAN

Pada bagian ini akan berfokus pada pembahasan mengenai sikap dan perubahannya. Sikap menjadi salah satu sub tema yang penting dalam kajian psikologi pada umumnya, khususnya mengenai manusia.

B. PENGERTIAN SIKAP

G.W Allport (1953) secara tradisional, mendefinisikan sikap sebagai suatu keadaan mental atau saraf dari kesiapan, yang diatur melalui pengalaman yang memberikan pengaruh dinamik atau terarah terhadap respon seseorang terhadap suatu objek atau situasi yang berhubungan dengannya (Rika Sa'diyah dkk, 2018). Sebaliknya, Krech dan Cructfird (1984), yang sangat mendukung perspektif kognitif, mendefinisikan sikap sebagai organisasi yang bersifat menetap dari proses motivasional, emosional, perseptual, dan kognitif mengenai beberapa aspek kehidupan individu (Rika Sa'diyah dkk, 2018).

Sikap merupakan bentuk respon individu terhadap objek tertentu, bisa berupa suka atau tidak suka, senang atau tidak senang. Sebagaimana hal ini dikatakan Wegener & Carlston (2005) bahwa sikap sebagai penilaian atau evaluasi individu terhadap objek sikap, baik berupa orang, peraturan, objek-objek, ide atau gagasan, dan lain sebagainya (Rika Sa'diyah dkk, 2018). Sejalan dengan pengertian tersebut, Fazio dan Olson (2003) menegaskan bahwa dari penilaian individu terhadap objek sikap tersebut, maka akan menginformasikan kepada individu tersebut untuk mendekat atau menghindari dari objek tersebut (Rika Sa'diyah dkk, 2018).

Jalaluddin Rakhmat (1992: 39), sebagaimana dikutip Wardany (2016) mengartikan lima pengertian sikap sebagai berikut:

- Sikap adalah kecenderungan bertindak, berekspresi, berpikir, dan merasa dalam menghadapi objek, ide, situasi atau nilai. Sikap itu sendiri bukan merupakan perilaku tapi merupakan kecenderungan untuk berperilaku dengan cara-cara tertentu terhadap objek sikap atau yang mempengaruhinya. Objek sikap itu sendiri bisa berupa tempat, orang, kelompok, benda, gagasan atau ide, dan tempat.
- Sikap mempunyai daya pendorong atau menolong. Sikap tidak hanya sekedar rekaman masa lalu, tapi sikap juga menentukan apakah individu pro atau kontra terhadap objek tertentu atau yang mempengaruhinya. Sikap menentukan apa yang di inginkan atau diharapkan dan mengabaikan apa yang tidak di inginkan atau diharapkan.
- Sikap lebih menetap. Hal ini sebagaimana dibuktikan dari berbagai penelitian yang menunjukkan sikap politik tertentu cenderung dipertahankan dan jarang mengalami perubahan.
- Sikap mengandung aspek evaluatif, artinya sikap mengandung nilai menyenangkan atau tidak menyenangkan.
- Sikap timbul dari hasil belajar, artinya sikap dibentuk atau tidak di bawah sejak lahir (Wardany, 2016).

C. PEMBENTUKAN SIKAP

Pada dasarnya, beberapa sikap dapat di bentuk sejak dini, sebagai bentuk respon terhadap suatu objek tertentu. Kapanpun terbentuknya sikap seorang individu. Menurut Faturochman (2009), ada beberapa konsep mengenai bentuknya sikap individu, yang disebutnya sebagai “teori belajar” sebagai berikut:

- *Classical Conditioning Theory*. Suatu teori bentuk respon berupa “gelap” dan “terang”, yang dikondisikan menjadi bentuk sikap pandangan “positif” dan “negatif” terhadap objek tertentu. Efektivitas teori ini ditunjukkan melalui penelitian oleh Staats dan Staats (Lihat Baron dan Byrne, 1994), mereka lakukan penelitian dengan meminta kepada subjek untuk menjawab kata “Belanda” untuk hal-hal yang baik atau positif dan kata “Swedia” untuk hal-hal yang negatif. Setelah

beberapa lama, para subjek diminta untuk me-rating kedua negara tersebut, ternyata Belanda di-rating lebih tinggi dari pada Swedia (Faturochman,2009).

Menurut Faturochman (Faturochman,2009), penelitian ini menunjukkan bahwa munculnya suatu respon bisa membentuk sikap tertentu. Dalam kehidupan sehari-hari konsep ini sering memodifikasi untuk tujuan-tujuan tertentu, seperti kampanye pemilihan umum atau penanaman ideologi tertentu dan pelarangan atau membenci ideologi tertentu.

- Instrumental Conditioning. Teori ini menggunakan hadiah untuk melihat munculnya respon subjek. Teori ini memandang bahwa apabila hadiah diberikan pada subjek maka subjek akan memberikan ekspresi/respon lebih cepat, berupa akan timbul respon subjek seperti kata “Bagus” atau “Em...m..mm..”, yang merupakan gambaran dari bentuk sikap seseorang. Para psikologi mengatakan bahwa teori ini dapat digunakan untuk membentuk sikap pada anak-anak (Faturochman,2009).
- Belajar Melalui Observasi (Modeling). Teori ini memandang bahwa orang-orang atau subjek pada umumnya lebih banyak merespon sesuatu objek berdasarkan apa yang dipelajari atau dilihatnya. Misalnya, anak-anak lebih banyak mempelajari sesuatu dari yang dilihatnya dari orang dewasa atau sekelilingnya, dibandingkan apa yang di dengarnya (Faturochman, 2009).

D. PERUBAHAN SIKAP

Menurut Wardany (2016), sikap dapat berubah dan terbentuk melalui empat macam, sebagai berikut:

- Adopsi.
Kejadian atau peristiwa yang berlangsung secara terus menerus akan sedikit dan bertahap terserap ke dalam diri individu dan akan mempengaruhi terbentuknya sikap.
- Diferensiasi.
Dengan bertambahnya usia, pengalaman dan berkembangnya intelegensi. hal-hal yang tadinya dianggap sejenis, sekarang dilihat

terlepas dari jenisnya. Objek tersebut akan membentuk sikap tersendiri pula.

- Integrasi.

Sikap dalam hal ini terbentuk secara bertahap, diawali dengan berbagai pengalaman yang berhubungan dengan hal-hal tertentu yang akan membentuk sikap mengenai hal tersebut.

- Trauma

Trauma meninggalkan kesan yang sangat dalam pada pengalaman seseorang. Hal inilah yang dapat dan akan membentuk sikap seseorang.

Analoginya sebagai berikut:



Terdapat juga faktor-faktor yang mempengaruhi sikap seseorang. Secara umum ada dua faktor yang mempengaruhi sikap seseorang yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mengacu pada manusia itu sendiri, sedangkan faktor eksternal mengacu pada faktor manusia (Wardany, 2016). Menurut Sherif, sikap pada diri seseorang dapat dibentuk dan dirubah apabila: Pertama, adanya hubungan timbal balik yang berlangsung antar manusia dan Kedua, adanya komunikasi atau hubungan langsung dan satu pihak (Wardany, 2016).

Hal serupa dikatakan Azwar (1988), sebagaimana dikutip oleh Zuchdi (1995, hal. 57-59) mengatakan bahwa dalam perubahan sikap seseorang, terdapat beberapa faktor yang mengetahui yaitu pengaruh pengalaman pribadi, sosial media, kebudayaan, pendidikan dan lembaga agama. Dapat dijabarkan sebagai berikut:

- **Pengaruh pengalaman Pribadi**

Dalam kehidupan seseorang pasti melewati suatu peristiwa-peristiwa dan pengalaman yang menjadikan seorang memiliki karakter dan sikap tertentu, baik itu negatif maupun positif. Misalnya dalam dunia pendidikan agar seorang siswa terbentuk atau memiliki sikap tertentu maka siswa tersebut akan dibiasakan dengan hal-hal yang berbau sikap tersebut. Misalnya pembentukan sikap tolong menolong yang dibiasakan sejak anak itu dalam rumah atau lingkungan keluarga. Berangkat dari kebiasaan dan pengalaman di rumah atau kehidupan anak ditempat atau daerah dan pengalaman-pengalaman tertentu itulah yang pada akhirnya dijadikan pelajaran oleh orang tersebut untuk merespon suatu objek yang menurutnya serupa.

- **Pengaruh Kebudayaan**

Budaya sangat mempengaruhi perubahan dan pembentukan sikap seseorang. Misalnya dalam suatu daerah yang menjunjung tinggi atau memiliki nilai-nilai atau hukum adat yang sudah lama dan diwariskan di daerah tersebut, cenderung akan menjunjung tinggi nilai-nilai tersebut dalam kehidupan di sekitarnya. Ambil contoh masyarakat Indonesia yang terdiri dari berbagai latar belakang budaya, agama, bahasa, adat-istiadat yang menjadikan para founding Father bangsa ini memilih sikap menjadikan Pancasila sebagai filsafat hidup bangsa Indonesia, yang mempersatukan perbedaan itu dalam satu bangsa bernama Negara Kesatuan Republik Indonesia atau disingkat NKRI.

- **Pengaruh Media Masa**

Berbagai informasi dan tampilan-tampilan yang ada di media masa juga memiliki pengaruh dalam membentuk dan merubah sikap seseorang. Ambil contoh misalnya saat ini seorang dapat berubah sikapnya dalam memandang suatu persoalan tertentu setelah menonton siaran atau diskusi di televisi atau youtube. Begitupun respon negatif dan positif terhadap pemerintah tertentu setelah

membaca atau menonton siaran langsung pengusutan terhadap masyarakat di daerah tertentu.

- Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama.

Hingga sekarang lembaga pendidikan dan agama memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk kepribadian dan sikap seseorang. Hal ini karena keduanya selain menjadi tempat orang-orang memperoleh informasi juga mendapatkan pembelajaran yang dapat mempengaruhi seseorang. Misalnya dengan adanya lembaga pendidikan dan agama sikap tertentu dapat ditanamkan melalui pengajaran, aktivitas dan pembiasaan-pembiasaan lainnya.

E. RANGKUMAN MATERI

Sikap dapat diartikan sebagai bentuk respon seseorang terhadap objek tertentu yang menjadi stimulusnya. Sikap seseorang tidak tetap, artinya dapat dibentuk dan berubah seiring dengan adanya faktor-faktor yang mempengaruhinya, misalnya seperti pengalaman pribadi, media masa, kebudayaan, pendidikan, lembaga agama dan lain sebagainya.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Jelaskan pengertian dari sikap!
2. Sebutkan faktor internal yang mempengaruhi perubahan sikap!
3. Sebutkan faktor eksternal yang mempengaruhi perubahan sikap!

Keterangan:

- Buatlah tiga kelompok
- Lalu, carikan jawaban-jawaban di atas,
- Lalu, setiap kelompok mempresentasikan di depan teman-teman kelas dan ditanggapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Faturochman. (2009). *Pengantar Psikologi Sosial* (Ke-2 ed.). Yogyakarta: Pustaka.
- Rika Sa'diyah dkk. (2018). *Peran Psikologi untuk Masyarakat*. Jakarta: UM Jakarta Press.
- Wardany, D. K. (2016). *Psikologi Pendidikan Islam*. Bandung: Confident.
- Zuchdi, D. (1995, November). Pembentukan Sikap. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3(XIV).



PENGANTAR PSIKOLOGI UMUM

BAB 14: PSIKOLOGI BAHASA DAN KOMUNIKASI

Nour Ardiansyah Hernadi, M.Pd.B.I & Pramugara Robby Yana, M.Pd.

Sekolah Tinggi Pariwisata Ambarrukmo Yogyakarta & Universitas PGRI Yogyakarta

BAB 14

PSIKOLOGI BAHASA DAN KOMUNIKASI

A. PENDAHULUAN

Psikologi adalah bidang ilmu yang mempelajari perilaku manusia dan makhluk hidup lainnya secara ilmiah dan juga mencakup semua aspek pengalaman serta pemikiran yang disadari maupun tidak disadari (Dardjowidjojo, 2005). Sebagai sebuah ilmu, psikologi secara bertahap menjadi relevan dengan pemahaman tentang hubungan manusia dari berbagai latar belakang, salah satu aspek yang sangat mendalam yaitu aspek Bahasa dan komunikasi, atau sering disebut psikologi sosial. Bahasa terlibat dalam sebagian besar fenomena yang terletak pada perubahan sikap, persepsi sosial, identitas pribadi, interaksi sosial, stereotip antar kelompok, dan sebagainya. Selain itu, bahasa merupakan sebuah media di mana saling terjadinya respons yang ditimbulkan oleh individu atau kelompok.

Bahasa merupakan alat komunikasi yang selalu digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam berkomunikasi secara lisan akan terdapat penyampaian sebuah makna dan tujuan, apabila dua hal ini dapat dicapai oleh si pembicara, begitu juga dengan bahasa tulis, apabila makna yang tertulis dapat tersampaikan oleh pembaca, maka tujuan berkomunikasi dengan menggunakan Bahasa sudah tercapai, ini menunjukkan bahwa Bahasa berperan aktif dalam komunikasi (Arif et al., 2020). Kita dapat dengan mudah menemui berbagai definisi tentang Bahasa dan komunikasi. Secara singkat dan sederhana, Bahasa dapat didefinisikan sebagai penggunaan symbol-simbol bunyi, lambang, atau tulisan secara sistematis dan konvensional dalam kelompok masyarakat untuk komunikasi dan

ungkapan diri. Dapat dikatakan bahwa komunikasi menyentuh hampir dalam segala aspek kehidupan kita. Sebagai contoh bahwa komunikasi ada dimana-mana yaitu saat kita sendirian dan sedang melamun, ini pun merupakan komunikasi meski tidak tampak secara nyata, karena dalam kegiatan melamun tersebut terdapat hal-hal yang dipikirkan.

Bahasa sangat berperan dalam kehidupan manusia, baik itu dalam hal tulisan maupun lisan. Seorang motivator dapat menggunakan Bahasa lisan dalam menguraikan ide dan gagasan, begitu juga seorang penulis menyampaikan Bahasa tulis dalam mengungkapkan ide-idenya. Dengan demikian, ini dapat disimpulkan bahwa setiap perilaku manusia tidak dapat dipisahkan dari hal komunikasi. Bahkan saat kita tidak ingin berkomunikasi pun kita tetap melakukan komunikasi. (Gamble & Gamble, 2012) mengatakan bahwa semua perilaku kita adalah komunikasi. Psikologi merupakan suatu cabang ilmu yang mengkaji tentang perilaku. Psikologi merupakan bahasan yang paling menarik ketika kita membahas tentang komunikasi, karena komunikasi sebagai perilaku manusiawi dan melibatkan siapa dan dimana saja.

Bahasa, komunikasi dan psikologi memiliki hubungan yang sangat erat. Ini dapat dilihat dari keterkaitan antara Bahasa dan komunikasi dengan manusia, sedangkan Bahasa dan komunikasi tak lepas dari aspek psikologis manusia itu sendiri. Kajian tentang Bahasa, komunikasi dan psikologi memiliki potensi yang sangat besar untuk diteliti dan merupakan suatu pekerjaan yang besar yang melibatkan banyak disiplin ilmu. Komunikasi menggunakan Bahasa juga dapat dikaitkan dengan cara berpikir dan emosi seseorang yang ditunjukkan melalui gaya Bahasa, pemerolehan Bahasa kedua, strata sosial dan lain sebagainya. Ini diperkuat oleh penemuan dari (Gregory Jr & Webster, 1996) yang mengatakan bahwa pemahaman penuh tentang komunikasi itu harus menggabungkan komunikasi verbal dan non-verbal.

B. BAHASA

Bahasa adalah salah satu alat penting dalam kehidupan sosial. Ini adalah alat utama dalam menyampaikan makna, budaya, dan sarana utama dalam berkomunikasi dengan orang lain. Bahasa selalu terlibat dalam setiap fenomena yang terjadi, dan bahasa dapat menunjukkan

perubahan sikap, persepsi sosial, identitas pribadi, interaksi dan lain sebagainya. Apalagi dalam ruang lingkup psikologi sosial, Bahasa juga merupakan media dimana dapat menimbulkan tanggapan dan respon atau komunikasi dua arah. (Wardaugh, 2002) mendefinisikan bahasa sebagai pengetahuan tentang aturan dan prinsip dan juga cara mengatakan dan melakukan sesuatu dengan suara, kata, kalimat. Sedangkan (Coombs & Holladay, 2000) memberikan gambaran tentang beberapa karakteristik bahasa, bahwa bahasa adalah alat utama dan dasar komunikasi yang efektif dan ini diperkuat ketika pengguna Bahasa memiliki makna yang melampaui arti sebenarnya. Ini juga diperkuat oleh (Keller & Tian, 2021) dia mengatakan bahwa definisi bahasa adalah sebagai produk interaksi sosial yang diciptakan melalui serangkaian proses tak kasat mata yang bertujuan untuk mendapatkan sesuatu. Oleh karena itu, Bahasa dapat dihubungkan dengan bidang psikologi.

Bahasa terdiri dari bermacam-macam symbol suara yang memiliki arti, bentuk, dan makna tertentu (Coombs & Holladay, 2000). Symbol-simbol ini digunakan dan diterima dalam berkomunikasi secara alami, dan perubahan makna dapat terjadi dan berkembang seiring terjadinya komunikasi. Meskipun Bahasa bersifat simbolis, namun symbol-simbol tersebut tersusun dalam suatu system tertentu, karena semua bahasa memiliki fonologi dan struktur kalimat yang berbeda (Balaei & Ahour, 2018). Unsur-unsur structural Bahasa ini dapat menjadi ujaran-ujaran baru yang belum pernah diucapkan oleh pembicara atau dipahami oleh pendengar, namun kedua belah pihak dengan mudah memahaminya, karena Bahasa dapat berubah sesuai dengan waktu, situasi dan kondisi. Hal ini dipertegas bahwa Bahasa yang merupakan tindakan berbicara dapat dianggap sebagai tindakan yang dimaksudkan untuk mencapai tujuan tertentu dengan cara verbal. Hal ini biasanya dilakukan dengan menggunakan ujaran-ujaran yang dapat disebut sebagai tindak tutur yang dapat diidentifikasi dari segi tujuannya—pernyataan, pertanyaan, permintaan, dll. (Austin, 1962). Gambar di bawah menunjukkan bahwa terdapat Bahasa yang berbeda antara satu dengan lainnya, namun memiliki maksud dan tujuan yang sama. Ada pandangan bahwa pemahaman tentang penggunaan Bahasa akan mempermudah pemahaman psikologi sosial tentang beberapa fenomena,



<https://lhongtortai.com/collection/bahasa>

C. KOMUNIKASI

Istilah komunikasi merupakan hal yang tidak asing bagi setiap orang, namun kita sering salah dalam memahami makna dari komunikasi itu sendiri, secara awam, komunikasi dapat diartikan sebagai penyampaian gagasan, pesan, informasi atau pemikiran kepada orang lain. Tidak jarang kita kurang menghiraukan apa yang terjadi pada lawan bicara atau mitra komunikasi. Kita sering beranggapan bahwa apa yang kita sampaikan, itulah yang sampai kepada pendengar atau pembaca. Tidak ada hal yang terjadi dalam kehidupan sosial yang terlepas dari komunikasi. Di setiap waktu, manusia melakukan komunikasi melalui berbagai cara, beragam bentuk dan situasi. Dalam kehidupan bermasyarakat, komunikasi memiliki banyak bentuk, salah satunya adalah berkembangnya dialog dua arah antara seseorang dengan orang asing. Komunikasi memerlukan kajian istilah seperti bunyi-bunyi, kata, lambang, dan gerak. Komunikasi memerlukan satu individu membantu dan dibantu oleh orang lain.

Dalam sebuah proses komunikasi pesan yang ingin disampaikan oleh pembicara kepada pendengar, pada dasarnya pesan atau informasi tidak pernah pindah, atau keluar dari otak pembicara (Arsiyana & Hernadi, 2020). Yang terdengar dan terlihat oleh pendengar adalah simbol-simbol, baik berupa bunyi (suara), gambar (bergerak atau tidak), maupun tulisan. Dengan kata lain, apa yang dikeluarkan oleh seorang pembicara adalah simbol yang sama dengan apa yang dilihat dan didengar oleh lawan bicara atau pendengar, pesan, gagasan, atau informasi tidak pernah keluar dari otak pembicara. Berdasarkan simbol-simbol tersebut, lawan bicara melakukan proses penciptaan pesan, gagasan atau informasi didalam

otaknya. Pesan, gagasan, dan informasi yang diciptakan dalam otak pendengar ini adalah suatu yang baru milik pendengar itu sendiri, bukan pindahan atau kiriman dari pembicara.

Aspek yang sering dilupakan dalam sebuah kegiatan komunikasi adalah aspek penciptaan gagasan, pesan atau informasi baru oleh komunikan. Sebagian besar masyarakat awam beranggapan bahwa informasi, pesan dan gagasan yang ada di dalam otak si komunikator pindah ke dalam otak komunikan (pendengar). Pada kenyataannya, informasi, pesan atau gagasan yang ada di dalam otak pengirim informasi (komunikator) tidak pernah keluar dari otaknya; yang keluar hanya simbol atau kode berupa bunyi/suara, gerak (mimik) atau tulisan. Simbol atau kode ini kemudian merambat melalui gelombang udara membentur gendang telinga atau retina mata atau alat persepsi lainnya milik si pendengar (komunikan).

Dalam proses berkomunikasi dalam masyarakat, menurut (Covey & Emmerling, 1992) ada empat jenis komunikasi: komunikasi intrapersonal, komunikasi interpersonal, komunikasi kelompok, dan komunikasi masa. Komunikasi intrapersonal mengacu pada komunikasi yang terjadi di dalam diri sendiri. Ini secara luas dikenal sebagai komunikasi diri, jenis komunikasi ini merupakan jenis komunikasi yang mengurangi keberhasilan berbicara dengan orang lain. Ini adalah langkah awal dalam proses penyampaian sesuatu, dan itu memerlukan brainstorming sebuah ide, mengembangkan gagasan, dan mengumpulkan informasi. Pertukaran informasi atau menghubungkan dua atau lebih individu merupakan makna dari komunikasi, seperti yang dijelaskan oleh istilah *communis* yang berarti *sharing* atau berbagi atau milik bersama.

Pertukaran pikiran, gagasan, dan pesan yang digunakan untuk bertukar informasi merupakan proses dalam komunikasi. Jika komunikator tidak bertukar informasi, ide, atau sentimen, maka proses komunikasi tidak lengkap. Ketika informasi ditransfer antara komunikan dan komunikator, proses komunikasi dapat dikatakan selesai. Dengan demikian komunikasi dapat dicirikan sebagai suatu proses yang dilakukan oleh satu orang atau lebih untuk mencapai berbagai tujuan seperti gagasan, pikiran, pesan, atau perasaan.



<https://www.kompas.com/skola/read/2021/12/03/173213569/apa-itu-komunikasi-yang-efektif-dan-bagaimana-contohnya>

Jenis komunikasi yang paling umum dalam kehidupan sehari-hari adalah komunikasi interpersonal, atau komunikasi antar manusia. Tidak hanya di kantor, sekolah, dan tempat kerja, tetapi juga di rumah dan di tempat umum. Komunikasi interpersonal adalah aktivitas yang terus berkembang. Komunikasi antara pengajar dan siswa, komunikasi antara orang tua dan anak, dan komunikasi antara teman dan keluarga merupakan contoh komunikasi interpersonal. Terdapat dua orang yang mendapat keuntungan dari komunikasi interpersonal. Ini adalah metode berkomunikasi dengan orang lain untuk menyampaikan perasaan, pikiran, pendapat, atau perasaan.

Komunikasi interpersonal memerlukan lima konteks: 1) psikologis, 2) relasional, 3) lingkungan, dan 4) budaya. Konteks Psikologis adalah kondisi yang membantu orang dan sesuatu yang ada di diri orang tersebut. Konteks ini berkaitan dengan siapa Anda dan apa yang ingin Anda komunikasikan selama percakapan, termasuk keinginan, tujuan, nilai, keyakinan, dan informasi pribadi Anda. Konteks Relasional berkaitan dengan bagaimana Anda berkomunikasi dengan orang lain dan dengan bagaimana orang lain berkomunikasi dengan Anda. Pengaturan psikologis-sosial di mana Anda berbicara disebut sebagai konteks lingkungan. Pengaturan Budaya, di sisi lain, adalah konteks komunikasi yang terkait dengan identitas pribadi dan praktik pendidikan yang meningkatkan keterlibatan atau interaksi.

Komunikasi kelompok adalah komunikasi yang dilakukan oleh suatu kelompok atau tim. Komunikasi kelompok didefinisikan sebagai komunikasi interpersonal, namun, komunikasi kelompok biasanya dilakukan dalam kelompok kecil yang terdiri dari 3 hingga 7 orang. Komunikasi dalam tim mungkin memakan waktu lebih lama daripada komunikasi antar tim. Rapat, diskusi siswa dan mahasiswa, dan diskusi teman sejawat adalah jenis diskusi kelompok yang paling populer. Jenis diskusi ini biasa terjadi di forum pustakawan dan di tempat lain di dunia pustakawan. Yang paling penting untuk diingat dalam debat kelompok adalah "utamakan mendengar, baru minta didengar". Menurut (Covey & Emmerling, 1992), jika kita ingin dimengerti, maka kita harus mulai mengerti lebih dahulu. Pahami orang lain sesegera mungkin. Ini menekankan pentingnya berhati-hati untuk tidak mendengar terlalu cepat dan kemudian mendengar lagi dalam sebuah percakapan. Mendengar dalam hal ini tidak hanya memperhatikan apa yang disampaikan lawan komunikasi. Mendengar bahasa lawan komunikasi tidak hanya kata-kata dan kalimat-kalimat, tetapi nada dan irama (aspek supra segmental). Kita tidak hanya harus menyetujui apa yang disampaikan kepada kita, tetapi kita juga harus sadar akan apa yang dikomunikasikan kepada kita.

Setelah Anda memiliki pengetahuan yang jelas tentang apa yang disajikan proses komunikasi, Anda dapat mulai mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pandangan Anda tentang hal yang akan anda sampaikan. Anda harus yakin bahwa rekan kerja Anda memahami apa yang Anda katakan. Sangat ideal dalam skenario ini untuk memberikan waktu kepada tim komunikasi untuk menjawab pertanyaan atau memberikan komentar tentang topik yang ada. Komunikasi dua arah adalah yang paling efektif. memperhatikan kepada kelompok (mitra komunikasi) yang tidak memperhatikan (yang melamun, berbicara dengan yang lain, atau mengerjakan pekerjaan lain) saat Anda menyampaikan gagasan dan pesan komunikasi.

Jenis komunikasi terakhir yaitu komunikasi massa. Ini adalah proses di mana sekelompok media menciptakan dan mendistribusikan informasi kepada masyarakat umum atau media. Komunikasi masa pada dasarnya adalah komunikasi yang berlangsung oleh media masa dan untuk masyarakat luas, bukan dari individu ke individu atau dari media masa ke

seseorang. Ciri-ciri komunikasi jenis ini adalah berlangsung satu arah, bersifat universal, sumbernya bukan satu orang, ada proses seleksi/editing, memiliki segmen yang beragam, dan memiliki pengaruh yang diharapkan.

D. KOMUNIKASI DALAM PENDEKATAN PSIKOLOGI

Psikologi komunikasi sebagai bidang studi yang bertujuan untuk memahami, meramalkan, dan mengatur proses psikologis dan perilaku yang terjadi selama komunikasi (Miller,1951). Singkatnya, psikologi komunikasi adalah cabang psikologi yang mempelajari komunikasi manusia dengan menggunakan tujuan untuk mencapai komunikasi yang efisien serta psikologi sebagai sudut pandang atau perspektif. Memahami berbagai konteks sosial di mana kepribadian penting, atau bagaimana penilaian seseorang (penilaian) mungkin dipengaruhi oleh variabel agama (keyakinan) dan sensorik (perasaan), dan bagaimana mereka mempengaruhi orang lain, dimungkinkan oleh psikologi komunikasi.

Informasi adalah komponen yang paling penting dari setiap proses komunikasi dan harus dibawa ke perhatian komunikator. Simbol dan isi pesan sering kali membentuk sebuah pesan. Simbol yang paling sering digunakan adalah bahasa atau informasi paralinguistik, dan memainkan peran penting dalam komunikasi. Manusia juga memanfaatkan simbol atau informasi yang tidak bersifat verbal untuk mengkomunikasikan informasi selain bahasa. Bahasa terdiri dari berbagai makna kata, huruf, dan simbol. Psikologi Komunikasi (Rakhmat,2011) menggambarkan bahasa fungsional sebagai "alat umum untuk mengartikulasikan pemikiran atau konsep." Hanya ketika anggota kelompok sosial setuju tentang bagaimana menggunakan bahasa, itu dapat dipahami.

Sebaliknya, bahasa formal terdiri dari semua kalimat yang mungkin dibangun dengan menggunakan norma-norma fonetik, sintaksis, dan semantik. Kita perlu memahami fonologi, sintaksis, dan semantik suatu bahasa sebelum kita dapat menggunakannya. (Miller,1951) menegaskan bahwa untuk dapat berkomunikasi secara efektif, kita harus mahir dalam fonologi (bunyi bahasa), sintaksis (cara menyusun kalimat), kosa kata (makna kata dan kombinasi kata), ide, dan keyakinan tentang apa yang kita dengar. Psikologi berkaitan dengan ide-ide dan ajaran yang kita hadapi. Sangat penting untuk membandingkan kerangka konseptual dan

sistem kepercayaan dengan komunikator sebelum kita mengomunikasikan pemikiran kita. Sejumlah hal terjadi ketika orang terhubung dan berdampak satu sama lain, termasuk proses belajar (kognitif dan emosional), serta proses memberi dan menerima simbol. Komunikasi sangat penting dalam membentuk kepribadian kita. Hubungan kita dengan orang lain berdampak pada kualitas hidup kita. Jika pesan yang kita berikan tidak dipahami dengan baik oleh orang lain, bisa dikatakan komunikasi kita gagal atau tidak efektif. (Tubbs, 2012) bahwa komunikasi yang efektif dapat menghasilkan setidaknya lima hasil. Yang pertama adalah pemahaman, yaitu penerimaan yang benar terhadap rangsangan yang disampaikan oleh komunikator, dan yang kedua adalah kesenangan, yaitu kenikmatan terhadap rangsangan yang disampaikan oleh komunikator. Tiga dampak pada sikap menunjukkan bahwa komunikasi dimaksudkan untuk membujuk orang. Komunikasi persuasif adalah salah satu cara kita dapat mempengaruhi sikap orang lain. Komunikasi persuasif memerlukan pengetahuan tentang psikologi komunikator, psikologi pesan, dan psikologi komunikator, dan keempat interaksi yang ditingkatkan ini dimaksudkan untuk membangun hubungan sosial yang positif. Kebutuhan manusia yang paling penting sebagai makhluk sosial adalah kebutuhan sosial. Persyaratan untuk membangun dan mempertahankan hubungan yang bermakna dengan orang lain dalam hal kontak dan komunikasi, kontrol dan kekuasaan, cinta dan kasih sayang, dan kelima adalah perilaku yang disengaja (Schutz & Allen, 1966). Kegiatan nyata komunikator digunakan untuk menilai kemandirian komunikasi.

Komunikasi memiliki arti yang luas dalam psikologi, meliputi transfer energi, gelombang suara, lokasi, sistem, atau simbol antar spesies. Transmisi energi dari organ indera ke otak, peristiwa menerima dan memproses informasi, dan interaksi berbagai manifestasi di dalam dan di antara organisme adalah contoh psikologi.

Komunikasi tidak sering dibahas dalam psikologi, melainkan kualitas manusia dan komponen biologis orang yang berkomunikasi. Psikologi menyelidiki semua aspek dari proses komunikasi. Ini mencakup komunikator, pesan, penerimaan pesan, dan pemrosesan pesan. Ada juga komunikator, serta kualitas dan media komunikator. Sebagai ilmu komunikasi, psikologi memiliki berbagai ciri yang membedakannya dari

disiplin ilmu lain yang meneliti komunikasi. (Rejeki, 2010) mengatakan bahwa Persepsi sensorik terhadap rangsangan - Menurut psikologi, komunikasi dimulai dengan penerimaan input sensorik manusia. Kedua, adanya proses rangsangan atau disebut juga dengan mediasi internal rangsangan, di mana rangsangan yang mempengaruhi kita diproses di dalam jiwa. Prediksi Respon Ketiga - Psikologi komunikasi mengeksplorasi bagaimana pengalaman sebelumnya mempengaruhi reaksi di masa depan. Akibatnya, ingatan dan pengalaman memiliki dampak, berfungsi sebagai penghubung antara masa lalu dan masa kini. Afirmasi adalah salah satu komponen dari sejarah reaksi. Afirmasi No. 4 Respon atau penguatan respons - Afirmasi adalah respons lingkungan atau orang lain terhadap respons organisme awal. Hal ini disebut sebagai feedback atau umpan balik oleh Bergera dan Lambert.

Dari perspektif leksikal, "psikologi" terdiri dari dua suku kata: "*psycho*", yang berarti "roh", dan "*logo*", yang kemudian menjadi "*logi*", yang berarti "ilmu") mengacu pada ilmu spiritualitas yang tidak terbatas pada roh manusia tetapi juga roh binatang, misalnya. Fisher menyebutkan empat karakteristik psikologis komunikasi:

1. paparan rangsangan persepsi sensorik rangsangan
2. Mediasi internal dari proses rangsangan yang memediasi rangsangan dan reaksi
3. Prediksi tanggapan
4. Penguatan dari jawaban

Fisher digambarkan cukup kental dengan behaviorisme. Sementara mengakui bahwa ia telah menunjukkan kekhasan pendekatan psikologis. Ada ketidaksepakatan tentang apakah psikologi mengacu pada komunikasi selain penjelasan tidak langsung. Beberapa individu percaya bahwa perilaku visual adalah satu-satunya fokus psikologi. Lainnya merasa tidak mungkin untuk mengabaikan kejadian mental. Beberapa psikolog hanya berusaha memprediksi apa yang akan dilakukan individu. Beberapa individu ingin memprediksi apa yang akan dilakukan orang lain. Yang lain mengatakan bahwa psikologi hanya lah ilmu ketika ia memiliki kemampuan untuk mempengaruhi perilaku orang lain. Untuk menyelidiki semua teori tentang dampak psikologis komunikasi. Kita akan melihat

definisi tentang psikologi komunikasi, yang merupakan studi tentang proses mental dan perilaku yang terlibat dalam komunikasi dan bertujuan untuk memahami, memprediksi, dan mengelolanya (Miller, 1951). Ketika orang terhubung satu sama lain, mereka terlibat dalam komunikasi, yang merupakan aktivitas sosial. Bahkan, jika seseorang bertanya apa itu psikologi komunikasi, kita biasanya menjawab bahwa kita cenderung menganggapnya sebagai sub bidang psikologi sosial. Mengingat psikologi komunikasi dan psikologi sosial sama-sama mengambil pendekatan yang sama.

Psikolog tidak memiliki interpretasi yang berbeda tentang apa arti psikologi; sebaliknya, mereka memiliki definisi psikologi yang berbeda. Definisi bervariasi yang diberikan oleh psikolog di bidang psikologi adalah hasil dari sudut pandang yang berbeda berdasarkan sekolah yang berbeda dari filsafat psikologi itu sendiri. harus membuat perbedaan antara cita-cita ini jelas. Kami menyajikan sudut pandang psikolog:

1. Menurut (Blumenthal & Danziger, 2001), psikologi adalah cabang ilmu yang menyelidiki dan menganalisis pengalaman manusia, seperti panca indera. Persyaratan khusus, ide, dan emosi tidak meneliti atau mengalami hal-hal baru Karena pertemuan ini telah menjadi fokus penyelidikan ilmiah. Namun, John Locke, seorang ilmuwan dan filsuf Inggris yang hidup pada tahun 1690 M dan menghasilkan *An Essay on Human Understanding*, berdampak pada sudut pandang Wundt. Menurut buku John Locke, komponen dasar pengetahuan manusia adalah pengalaman dan pengamatan menggunakan panca indera. Dia akibatnya dianggap sebagai pemikir empiris karena sudut pandang ini. Dan serangkaian hubungan mengikuti dari pemahaman ini.
2. Menurut psikolog Amerika (Watson, 1928), psikologi adalah disiplin ilmu yang mengkaji perilaku lahiriah orang dengan menggunakan pengamatan objektif seperti rangsangan dan reaksi (respon). menyebabkan perilaku, kesadaran manusia tidak dipelajari dalam psikologi. John mengklaim bahwa perilaku manusia dan hewan berada di bawah payung psikologi. Bahkan yang kurang canggih dari perilaku manusia adalah perilaku hewan. Karena ia lebih condong ke behaviorisme sebagai filsafat.

3. (Bonner, 1953) sampai pada kesimpulan bahwa studi ilmiah tentang perilaku manusia adalah psikologi sosial. Ketika datang ke psikologi komunikasi, masalah dengan perilaku manusia diperhitungkan dari perspektif interaksi sosial, koherensi, dan keterkaitan serta masalah individu dengan gangguan kepribadian. Karena manusia adalah makhluk sosial sekaligus individu, maka tekanan harus dianalisis secara mendasar dan menyeluruh. Akibatnya, salah satu definisi juga mengklaim bahwa bidang psikologi sosial memiliki definisi yang sempit. karena psikologi komunikasi dikembangkan atas dasar psikologi sosial.

Setidaknya definisi komunikasi dikumpulkan dalam (Dance, 1970), kumpulan makna yang menunjukkan keragaman semantik komunikasi yang diterapkan secara global dalam psikologi. Psikologi memandang komunikasi memiliki definisi yang luas. Transfer energi, suara, dan sinyal antar lokasi, sistem, atau makhluk hidup termasuk di dalamnya.

Kata "komunikasi" mungkin merujuk pada metode, pesan, dampak, atau hal lain. Hal ini dimaksudkan sebagai saran bagi klien psikoterapi. Psikologi berusaha mengkaji setiap komponen komunikasi. Psikologi dalam komunikasi mengidentifikasi ciri-ciri komunikator serta pengaruh internal dan lingkungan pada gaya komunikasinya. psikologis Komunikator memeriksa karakteristik mereka dan merenungkan mengapa beberapa metode persuasi berhasil sementara yang lain tidak.

Psikologi juga memperhatikan komunikasi interpersonal dan bagaimana sinyal dari satu orang dapat memicu respons pada orang lain. Bahkan simbol-simbol yang dikirimkan pun diselidiki oleh psikologi. Psikologi mempelajari proses berpikir secara simbolis. Jenis simbol yang digunakan dan bagaimana simbol mempengaruhi perilaku manusia

Sebuah pesan, proses, dampak, atau sesuatu yang lain seluruhnya termasuk di bawah payung kata "komunikasi." Ini adalah peringatan bagi klien psikoterapi. Setiap komponen komunikasi tunduk pada analisis dalam psikologi. Psikologi menggambarkan ciri-ciri komunikator dalam komunikasi, serta kekuatan internal dan eksternal yang membentuk perilakunya. psikologis Karakteristik komunikator dipelajari, dan mereka merenungkan mengapa beberapa metode persuasi berhasil sementara yang lain tidak.

Psikologi juga terpesona oleh komunikasi interpersonal dan bagaimana kata-kata seseorang dapat menyebabkan orang lain berperilaku dengan cara tertentu. Transmisi simbol juga dipelajari oleh psikologi. Proses berpikir secara simbolis diperiksa dalam psikologi. perilaku manusia dan simbolisme dalam hal gaya simbolisme

(Fisher, 2013) mendaftar empat karakteristik psikologis yang dapat digunakan untuk menyampaikan rincian tentang bagaimana suatu stimulus dirasakan oleh indera. Proses yang menengahi reaksi dan rangsangan (mediasi rangsangan intrinsik), mengantisipasi tanggapan, dan mempertimbangkan dampak tanggapan Menurut psikologi, komunikasi dimulai ketika informasi ditransmisikan ke perasaan kita dalam bentuk informasi. Jelas lah bahwa segala sesuatu yang berdampak pada kita adalah kumpulan rangsangan, apakah itu berbentuk orang, kata-kata, suara, atau warna. Ini terdiri dari berbagai rangsangan, termasuk penglihatan, suara, dan aroma. Kami tidak menyadari sampai sekarang bahwa gangguan ini ditangani dalam "kotak hitam" spiritual kami. Kami hanya menarik kesimpulan tentang tindakan yang terjadi di dalam "kotak hitam".

E. PSIKOLOGI PESAN

Dalam karyanya yang terkenal tentang komunikasi, diuraikan betapa pentingnya taxis dalam memperkuat dampak argumen persuasif (Blumenthal & Danziger, 2001). Taxis mengacu pada pembagian atau urutan komunikasi. Dia mengusulkan agar setiap percakapan disusun dalam urutan berikut: pengantar, pernyataan, argumen, dan kesimpulan. Butuh ribuan tahun untuk memverifikasi teori Aristoteles secara empiris setelah itu. Benarkah komunikasi yang terorganisir dengan baik meningkatkan pemahaman tentang komitmen dan perubahan sikap? Benarkah dialog harus diatur dalam urutan tertentu?

(Matson et al., 2012) mengevaluasi berbagai penelitian yang mengevaluasi efektivitas komunikasi yang terorganisir dan tidak terstruktur pada tahun 1952. Dia menemukan bukti yang jelas bahwa komunikasi yang terorganisir dengan baik lebih mudah dipahami daripada pesan yang tidak terorganisir. Dia membaca pesan tertulis. Petrie meneliti serangkaian eksperimen pesan tertulis lebih dari sepuluh tahun kemudian.

Tanpa itu, hasil penelitian tidak konsisten; beberapa menemukan bahwa komunikasi yang terorganisir dengan baik membantu ingatan, sementara yang lain memutuskan bahwa tidak ada perbedaan antara pesan terstruktur dan tidak terstruktur dalam membantu ingatan.

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk menyelidiki dampak pengaturan pesan pada ingatan dan perubahan sikap. Menurut (Fuller, 1960) individu lebih mudah mengingat komunikasi, namun susunan pesan tampaknya tidak mengubah tingkat perubahan sikap. Anehnya, (MESAROŞ, 2021) menemukan sebaliknya: organisasi pesan memiliki sedikit efek pada memori, tetapi memiliki dampak yang signifikan pada perubahan sikap.

Terlepas dari kenyataan bahwa studi ini mengungkapkan hasil yang bertentangan, para ahli percaya bahwa pengiriman pesan terstruktur lebih berhasil daripada pengiriman pesan tidak terstruktur; dengan kata lain, tidak ada satu penelitian pun yang menunjukkan bahwa komunikasi yang tidak terorganisir dengan baik lebih efektif daripada pesan yang terstruktur dengan baik.

Akibatnya, retorika telah lama menunjukkan metode penyusunan pesan sesuai dengan desain Aristoteles. Ada enam gaya struktur pesan yang dikenali oleh retorika: deduktif, induktif, kronologis, logis, spasial, dan tematik. Proses deduktif dimulai dengan mengartikulasikan gagasan dasar, yang kemudian diklarifikasi dengan fakta pendukung, kesimpulan, dan bukti. Dalam urutan induktif, di sisi lain, kami menawarkan informasi sebelum menyimpulkan.

Komunikasi dalam urutan kronologis diatur dalam urutan peristiwa yang terjadi; pesan dalam urutan logis diatur berdasarkan sebab dan akibat atau akibat dari sebab; Pesan diklasifikasikan menurut tempat dalam urutan tertentu, tetapi pesan diurutkan berdasarkan topik diskusi dalam urutan spasial: klasifikasi mereka, dari penting ke kurang penting, mudah ke sulit, akrab ke asing .

Mengikuti urutan pesan sebelumnya, psikologi komunikasi memperkenalkan rangkaian baru yang mungkin kita sebut sebagai urutan psikologis. Urutan ini didasarkan pada konsep John Dewey tentang sistem kognitif manusia. (Gronbeck et al., 1988) memperkenalkan urutan pertama dan paling terkenal di akhir 1930-an. Urutan ini, yang kemudian

disebut sebagai "urutan termotivasi", menawarkan 5 proses dalam komposisi pesan:

1. *Attention* (perhatian)
2. *Need* (kebutuhan)
3. *Satisfaction* (pemuasan)
4. *Visualization* (visualisasi)
5. *Action* (tindakan)

Jadi, jika Anda ingin mempengaruhi orang lain, tarik perhatiannya terlebih dahulu, kemudian rangsang keinginannya, berikan dia petunjuk tentang cara memuaskan kebutuhan itu, buat sketsa dalam benaknya keuntungan dan kerugian menerapkan saran Anda atau tidak, dan kemudian bujuk dia untuk bertindak.

Anda berada di tahap satu jika Anda memberi tahu teman-teman Anda, "Lihat rambut Anda." Ketika Anda menyebutkan bahwa penting untuk memotong rambut, Anda mencoba meyakinkannya tentang perlunya. Asumsikan sudah waktunya untuk memotong rambut Anda. Tentu saja, ia akan menjelaskan bahwa jika Anda tidak segera memotongnya, rambut akan membuat Anda khawatir dan membuat Anda terlihat tidak terawat, tetapi terlihat lebih anggun, sopan, rapi, dan tampan jika dipangkas pendek. Ini adalah upaya visualisasi. "Ayo potong rambut kita segera," dia menyarankan kepada si penelepon untuk melakukannya.

1. Buat daya tarik pesan. Jika kita ingin mempengaruhi orang, kita harus memahami insentif yang mendorong atau mendukung perilaku komunikator. Dengan kata lain, kami membujuk audiens kami untuk menerima dan mengadopsi ide-ide kami. Atraksi berbasis teks telah dieksplorasi oleh para ahli psikologi komunikasi. Siapa yang lebih terpengaruh oleh ketertarikan emosional atau rasional? Apakah panggilan hadiah atau panggilan ketakutan lebih memotivasi utusan? Motif apa yang dapat kita tekankan dalam pesan kita untuk berhasil mempengaruhi sikap dan perilaku komunikator? Kami akan memeriksa panggilan masuk akal dalam percakapan terakhir kami. gairah emosional panggilan hadiah teror dan panggilan motivasi.

2. Strategi yang logis. Berdasarkan gagasan bahwa orang pada dasarnya adalah makhluk logis yang hanya menanggapi daya tarik emosional. Jika tidak ada keinginan yang masuk akal Membujuk orang lain menggunakan cara yang masuk akal atau menawarkan bukti adalah apa yang diperlukan oleh daya tarik yang masuk akal.
3. Gunakan pesan atau frasa yang mengubah suasana hati komunikator untuk membangkitkan emosi. Sudah lama diasumsikan bahwa sebagian besar tindakan manusia dipengaruhi oleh emosi daripada pemikiran.
4. Imbauan takut, memanfaatkan pesan yang mengkhawatirkan, menakutkan, atau meresahkan. (Feshbach, 1975) melakukan studi pertama tentang daya tarik rasa takut. Mereka berbicara dengan siswa sekolah menengah tentang kerusakan gigi. Beberapa orang menerima pesan yang sangat menakutkan, sementara yang lain menerima pesan yang tidak terlalu menakutkan. Daya tarik rasa takut yang rendah terbukti lebih berhasil dalam mempengaruhi sikap anak-anak mengenai kesehatan mulut. Mereka berasumsi bahwa daya tarik rasa takut yang kuat mendorong komunikasi untuk kurang memperhatikan pesan dan lebih memperhatikan perhatiannya sendiri. Tampaknya rasa takut harus dimanfaatkan dengan hati-hati.
5. Imbauan ganjaran, Manfaatkan kiasan yang menjanjikan untuk mengungkapkan apa yang dibutuhkan atau diinginkan orang. Saya menggunakannya jika saya menawarkan Anda promosi jika Anda melakukannya dengan baik. menarik untuk menghargai penelitian telah dilakukan untuk menunjukkan efektivitas memanfaatkan insentif dalam skenario komunikasi persuasif. Memang, penelitian menunjukkan bahwa mereka yang diberi \$ 20 mengubah pendapat mereka lebih banyak daripada mereka yang dijamin \$ 1. (Rogers & Shoemaker, 1971) meneliti dampak insentif moneter pada adopsi vasektomi di negara-negara Asia. Sensasi keadaan seperti itu begitu meyakinkan sehingga tidak perlu lagi dikonfirmasi. Tidak perlu penelitian untuk menunjukkan bahwa pendapat orang lebih berubah ketika mereka dibayar lebih.
6. Imbauan motivasional, menggunakan daya tarik motivasional yang menyentuh keadaan batin kita dapat membagi motif menjadi dua

kategori menggunakan berbagai aliran psikologi: alasan biologis dan motif psikologis. Manusia bergerak bukan hanya karena kebutuhan tubuh seperti lapar dan haus, tetapi juga karena dorongan psikologis seperti rasa ingin tahu, kebutuhan akan cinta, dan ingin beribadah.

F. RANGKUMAN MATERI

Bahasa, komunikasi dan psikologi memiliki hubungan yang sangat erat. Ini dapat dilihat dari keterkaitan antara Bahasa dan komunikasi dengan manusia, sedangkan Bahasa dan komunikasi tak lepas dari aspek psikologis manusia itu sendiri. Kajian tentang Bahasa, komunikasi dan psikologi memiliki potensi yang sangat besar untuk diteliti dan merupakan suatu pekerjaan yang besar yang melibatkan banyak disiplin ilmu. Komunikasi menggunakan Bahasa juga dapat dikaitkan dengan cara berpikir dan emosi seseorang yang ditunjukkan melalui gaya Bahasa, pemerolehan Bahasa kedua, strata sosial dan lain sebagainya. Ini diperkuat oleh penemuan dari (Gregory Jr & Webster, 1996) yang mengatakan bahwa pemahaman penuh tentang komunikasi itu harus menggabungkan komunikasi verbal dan non-verbal. Dalam proses berkomunikasi dalam masyarakat, menurut (Covey & Emmerling, 1992) ada empat jenis komunikasi: komunikasi intrapersonal, komunikasi interpersonal, komunikasi kelompok, dan komunikasi masa. Psikologi komunikasi bertujuan untuk memahami, meramalkan, dan mengatur proses psikologis dan perilaku yang terjadi selama komunikasi. Psikologi bahasa dan komunikasi dalam masyarakat, menurut (Covey & Emmerling, 1992) memiliki empat jenis komunikasi: komunikasi intrapersonal, komunikasi interpersonal, komunikasi kelompok, dan komunikasi masa. Psikologi komunikasi bertujuan untuk memahami, meramalkan, dan mengatur proses psikologis dan perilaku yang terjadi selama komunikasi. Ini dapat digunakan dalam kehidupan kita sehari-hari.

TUGAS DAN EVALUASI

Jawablah Seluruh Pertanyaan-pertanyaan berikut ini!

1. Apa yang dimaksud dengan komunikasi dan psikologi komunikasi?
2. Bagaimana peran psikologi dalam komunikasi?
3. Apa gunanya psikolog mempelajari psikologi komunikasi?
4. Jelaskan apa yang dimaksud dengan psikologi komunikator?
5. Faktor apa saja yang mempengaruhi efektivitas komunikator dalam penyampaian pesannya?

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, M. A. M., Kiram, N. M., & Dani, N. A. (2020). Aplikasi Teori Analisis Domain dalam Domain Bahasa Etnik Melayu Brunei di Sabah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(7), 59–75.
- Arsiyana, M., & Hernadi, N. (2020). A Comprehensive Needs Analysis of French Course for Tourism and Hospitality Program. *Jurnal Arbitrer*, 7(1), 51–61.
- Austin, J. (1962). *Speech acts*.
- Balaei, P., & Ahour, T. (2018). Information technology students' language needs for their esp course. *International Journal of Applied Linguistics and English Literature*, 7(2), 197–203.
- Blumenthal, A. L., & Danziger, K. (2001). *Wilhelm Wundt in history: The making of a scientific psychology*. Springer Science & Business Media.
- Bonner, H. (1953). *Social psychology; an interdisciplinary approach*.
- Coombs, W., & Holladay, S. (2000). *Reasoned action in crisis communication: Moving toward a symbolic crisis communication theory*. Annual Convention of the National Communication Association, Seattle.
- Covey, S. R., & Emmerling, J. (1992). *The seven habits of highly effective people: Restoring the character ethic*. Simon & Schuster New York.
- Dance, F. E. (1970). The "concept" of communication. *Journal of Communication*, 20(2), 201–210.
- Dardjowidjojo, S. (2005). *Psikolinguistik: Memahami asas pemerolehan bahasa*. Akademia.
- Feshbach, N. D. (1975). Empathy in children: Some theoretical and empirical considerations. *The Counseling Psychologist*, 5(2), 25–30.
- Fisher, A. (2013). *Radical ecopsychology: Psychology in the service of life*. Suny Press.
- Fuller, J. L. (1960). Behavior genetics. *Annual Review of Psychology*, 11(1), 41–70.

- Gamble, T. K., & Gamble, M. W. (2012). *Leading with communication: A practical approach to leadership communication*. Sage Publications.
- Gregory Jr, S. W., & Webster, S. (1996). A nonverbal signal in voices of interview partners effectively predicts communication accommodation and social status perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1231.
- Gronbeck, B. E., German, K., Ehniger, D., & Monroe, A. H. (1988). *Principles of speech communication* (Issue 808.51 G876p). New York, US: Harper Collins College Publishers, 1992.
- Keller, J., & Tian, P. (2021). The organizational paradox of language. In *Interdisciplinary Dialogues on Organizational Paradox: Investigating Social Structures and Human Expression, Part B*. Emerald Publishing Limited.
- Matson, J. L., Turygin, N. C., Beighley, J., Rieske, R., Tureck, K., & Matson, M. L. (2012). Applied behavior analysis in autism spectrum disorders: Recent developments, strengths, and pitfalls. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6(1), 144–150.
- MESAROŞ, G.-F. (2021). *Group relations and internal communication in crisis situations*.
- Miller, G. A. (1951). *Language and communication*.
- Rakhmat, J. (2011). *Psikologi komunikasi*.
- Rejeki, M. N. S. (2010). Perspektif antropologi dan teori komunikasi: Penelusuran teori-teori komunikasi dari disiplin antropologi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(1).
- Rogers, E. M., & Shoemaker, F. F. (1971). *Communication of Innovations; A Cross-Cultural Approach*.
- Schutz, W. C., & Allen, V. L. (1966). The effects of a T-group laboratory on interpersonal behavior. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 2(3), 265–286.
- Tubbs, S. L. (2012). *Human communication: Principles and contexts*.
- Wardaugh, R. (2002). *Sociolinguistics*.
- Watson, J. B. (1928). *Psychological care of infant and child*.

GLOSARIUM

A

Abnormal: Tidak normal, tak normal.

Anfus: Jiwa-jiwa. *Anfus* ini merupakan kata benda jamak dari kata benda tunggal *nafs* dalam bahasa Arab.

Apeiron : tak berbentuk, tak terbatas, dan tak mati

Apetitif : selera atau nafsu makhluk hidup

Artifisial : Sesuatu yang tidak alami.

Adjustment: Pengaturan, Penyesuaian diri

Apersepsi: Apersepsi melibatkan proses menggabungkan atau mengasimilasikan pengamatan

B

Behavior: Tingkah laku atau perilaku.

Behaviorisme: teori mengenai analisis perilaku yang tampak dan dapat diamati oleh indra

Bias: Gangguan yang menyebabkan penyelidikan data atau respon jawaban tidak valid.

Biologi: Ilmu yang mempelajari tentang asal usul, perkembangan, sifat, proses kehidupan, perilaku, dan interaksi makhluk hidup dengan sesamanya dan lingkungannya

C

Covert Behavior: Perilaku yang tidak tampak, yang tertutup, tidak kasat indera, tidak kelihatan.

Conditioning: Teori yang menjelaskan bahwa terdapat respon refleks tertentu individu terhadap suatu stimulus alami

Case Study: Metode penelitian yang mendalam terhadap partisipan atau fokus penelitian.

Cause-effect: Pengaruh sebab akibat antar variabel bebas terhadap variabel terikat.

Check-list: Daftar pertanyaan yang harus diberikan tanda centang (v) pada pilihan jawaban yang tersedia.

Coping: Menanggulangi atau mengatasi

Cemas: Perasaan subjektif dari ketegangan mental yang membuat gelisah sebagai reaksi umum terhadap ketidakmampuan untuk menangani masalah atau kurangnya rasa aman.

Cortex Cerebri: Serebral adalah lapisan tipis yang membungkus bagian luar otak

D

Diskriminasi: Suatu perilaku dan tindakan yang tidak adil atau tidak seimbang yang dilakukan oleh individu atau kelompok.

Distorsi: Penyimpangan

E

Ego: menjembatani antara tuntutan id dan realitas, mampu menekan hasrat id dan muncul sebagai wujud rasional, merupakan naluri yang bergerak berdasarkan prinsip realitas.

Eros: insting kehidupan untuk mempertahankan kelangsungan hidup

Extrovert : jenis kepribadian yang menyukai lingkungan sosial interaktif, suka bersosialisasi, sangat terbuka

Eksperimental : Metode penelitian untuk menguji pengaruh variabel bebas berupa manipulasi yang dilakukan di laboratorium.

Encoding : memasukkan pesan dalam ingatan

Empati: Kemampuan untuk memahami perasaan orang lain, melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, dan menempatkan diri pada posisi orang tersebut.

Ekspresi: Proses individu dalam mengungkapkan niat, ide, atau tujuan, dan merupakan cara organik di mana orang mengekspresikan kegembiraan, kemarahan, dan kesedihan mereka kepada orang lain.

F

Fisiologis: Ilmu tentang riset bidang saraf, sensasi, dan otak sebagai dasar empiris fungsi jiwa yang sangat abstrak

Fungsionalisme: Aliran psikologi yang menekankan hubungan perilaku dan jiwa, sehingga hubungan antar individu dengan lingkungan adalah manifestasi dari keduanya

Field-study: Studi lapangan dengan memasukkan faktor-faktor situasi alamiah sebelum observasi dilakukan, sehingga situasi berubah.

Fisiologi: Cabang biologi yang mempelajari cara kerja sistem kehidupan

G

Gestalt: Konsep psikologi tentang pengalaman mental yang bergantung pada keseluruhan pola dari aktivitas sensorik yang meliputi hubungan dan pengorganisasian di dalam pola tersebut

H

Hereditas: Faktor yang mempengaruhi kecerdasan dan stabilitas emosi seseorang

Hierarki kebutuhan: Teori yang dikemukakan Abraham Maslow bahwa individu memiliki lima level kebutuhan, yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, kasih sayang, penghargaan, dan aktualisasi diri.

Humanistik: Aliran psikologi yang percaya bahwa individu mendorong potensi yang baik dalam mengaktualisasikan diri

Hipotesis: Dugaan sementara terhadap suatu masalah yang masih harus dibuktikan kebenarannya.

I

Id : bersifat egoistis, tidak bermoral, dan tidak peduli dengan realitas

Introvert: jenis kepribadian yang cenderung menutup diri dari orang lain, lebih suka menyendiri

Interaksional: Interaksi antara interviewer dan interviewee untuk saling bertukar informasi.

Interviewer: Individu yang mengajukan pertanyaan dalam wawancara.

Interview: Individu yang menjadi narasumber wawancara.

Intervensi: Upaya untuk mengubah atau mengurangi perilaku tertentu.

Informasi: Data yang sudah diolah menjadi baru yang memiliki makna bagi penerima dan bermanfaat untuk keputusan saat ini atau di masa depan

Ingatan: kekuatan jiwa untuk menerima, menyimpan, dan mereproduksi kesan-kesan

Intelegensi: mengorganisasikan, menghubungkan atau menyatukan satu dengan yang lain

Interpretasi: proses mengorganisasikan informasi sehingga mempunyai arti

Interpersonal: hubungan antar individu.

Intrapersonal: menggunakan bahasa dan pemikiran yang terjadi pada komunikator itu sendiri

Inferensi: Kesimpulan

Inhibisi: Hambatan bagi otot-otot dalam bekerja

J

Jiwa: Dalam Bahasa Sanskerta, artinya benih kehidupan, dalam filsafat jiwa adalah bagian yang bukan jasmaniah (immaterial) dari seseorang. Jiwa mencakup pikiran dan kepribadian dan sinonim dengan roh, akal, atau awak diri.

K

Know Yourself: Pahamiilah dirimu, kenalilah dirimu sendiri.

Kognitif : mencakup keseluruhan proses psikologis mulai dari sensasi ke persepsi, ingatan, kesadaran, perhatian, belajar, imajinasi, bahasa, kecerdasan dan sebagainya.

Kuesioner : Daftar pertanyaan yang akan diberikan kepada responden secara langsung maupun tidak langsung.

Kuesioner Terbuka: Berisi pertanyaan yang dapat dijawab secara leluasa oleh responden.

Kuesioner Tertutup: Berisi pernyataan dengan pilihan jawaban yang telah disediakan .

Kuesioner Isian: Sama halnya dengan kuesioner terbuka yang memberikan kebebasan kepada responden untuk menjawab secara bebas.

Kelompok Kontrol: Kelompok dalam eksperimen yang tidak mendapatkan perlakuan, manipulasi, atau intervensi tertentu, namun tetap diamati atau diukur.

Kelompok Eksperimen: Kelompok dalam eksperimen yang menerima perlakuan, manipulasi, atau intervensi tertentu yang akan diamati atau diukur pengaruhnya.

Korelasional : Metode yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel satu dengan lainnya.

Korelasi Positif : Arah hubungan yang positif antara variabel satu dengan lainnya.

Korelasi Negatif: Arah hubungan yang negatif antar variabel yang diteliti.

Koefisien Korelasi: Kuat atau tidaknya hubungan antar variabel yang diukur dengan angka.

Konflik: Suatu perjuangan individu atau kelompok sosial untuk memenuhi tujuannya dengan cara menentang pihak lawan.

Konstruktif: Bersifat membangun

Konstan: Tetap Atau Tidak Berubah

L

Logos: Ilmu atau ilmu pengetahuan.

Lughah: Bahasa.

Laboratorium: Tempat melakukan penelitian eksperimen.

Learning : kemampuan untuk menerima atau memasukkan ke ingatan

M

Mekanisme: Suatu rangkaian kerja alat yang dipakai untuk menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan proses kerja, tujuannya yaitu untuk menghasilkan hasil yang maksimal dan mengurangi kegagalan

Motivasi: Daya batin, dorongan, yakni dorongan yang diberikan seseorang terhadap orang lain, dan menyebabkan orang yang diberi motivasi itu menjadi lebih semangat dan giat dalam bekerja serta memiliki rasa antusias untuk mencapai hasil yang maksimal.

Mental: kemampuan individu dalam menerima, mengelola, merespon informasi

Memori: Kesadaran akan pengalaman masa lalu dihidupkan kembali.

Motivasi: Seperangkat sikap dan nilai yang mempengaruhi individu untuk mencapai hal-hal tertentu sesuai dengan tujuannya

Motorik : Segala sesuatu yang meliputi gerakan

N

Nafs/Nafsun: jiwa. *Nafs/Nafsun* ini merupakan kata benda tunggal dalam bahasa Arab. Kata benda jamak dari kata benda tunggal *nafs/nafsun* ini kadangkala *anfus*, kadangkala *nufuus*.

Monade: dasar pemikiran yang sifatnya kesatuan

Natural phenomena: segala sesuatu merupakan gejala alam

Neuroscience: Proses mental dan perilaku manusia dipengaruhi oleh sistem saraf

Non-directive psychotherapy: Terapi yang bertujuan untuk membantu klien memahami dan menemukan solusi terhadap masalah sendiri

Manipulasi: Kondisi yang disengaja atau direncanakan oleh peneliti berupa perlakuan tertentu

Naturalistik Study Observasi alamiah dengan tidak mengubah situasi saat mengobservasi.

Natal: Masa dimana setelah individu lahir ke dunia

O

Overt Behavior: Perilaku yang tampak, yang terbuka, kasat indera, kelihatan.

Observasi: Metode penelitian yang dilakukan dengan mengamati perilaku individu.

Osilasi: variasi periodik terhadap waktu dari suatu hasil pengukuran.

P

Psikologi: Ilmu jiwa atau ilmu tentang jiwa.

Psyche: Jiwa. *Psyche* berasal dari bahasa Yunani.

Psychology: Psikologi. *Psychology* berasal dari bahasa Inggris.

Persepsi : penafsiran pesan dengan menyimpulkan informasi tentang peristiwa atau objek tertentu

Pra kesadaran: kenangan yang telah tersedia agar mudah dimunculkan ke alam kesadaran

Psikiatri: cabang ilmu medis yang mempelajari cara diagnosis, pengobatan, dan pencegahan gangguan jiwa, emosional, hingga perilaku

Psikoanalisa: teori psikologi yang berpendapat bahwa perilaku dan pikiran berasal dari dorongan tersembunyi dari kesadaran individu, yaitu alam bawah sadar atau ketidaksadaran

Psikofisiologis: berfokus pada subjective experience yang mempelajari kaitan antara stimulus fisik dan sensasinya

Psikometri: penyusunan, pengembangan, dan analisis alat ukur psikologi atau tes psikologi berdasarkan teori psikolog

Penelitian Empiris: Penelitian berdasarkan data yang jelas.

Populasi: Kelompok individu yang memiliki karakteristik sama

Prediksi: Petunjuk apakah terdapat ada korelasi antara peristiwa satu dengan peristiwa lain.

Pemeriksaan Psikologis: Pengukuran psikologis dengan menggunakan alat-alat psiko diagnostik yang hanya dapat digunakan oleh ahli terlatih.

Psiko diagnostik: Metode ilmiah untuk membuat diagnosis psikologis

Persepsi: suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan

Persepsi: Asumsi langsung (penerimaan) dari sesuatu, atau proses dimana seseorang merasakan sesuatu melalui panca indera.

Perilaku: reaksi terhadap stimulus atau lingkungan.

Perhatian: Konsentrasi energi mental tertentu dalam suatu objek.

Perserverasi: Adalah pengawetan, pemeliharaan, penjagaan dan perlindungan.

Prenatal: Masa dimana individu belum dilahirkan

Q

R

Reliabel: Dapat dipercaya dan hasilnya konstan atau tetap sama dari penelitian satu dan penelitian lainnya dengan topik penelitian yang sama

Representatif : Mewakili suatu data atau populasi

Rating-Scale: Pertanyaan yang memiliki tingkatan jawaban, pada umumnya bergerak dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju).

Reseptor: Penerima sangsang, merupakan alat penerima rangsangan.

Remembering: menimbulkan kembali hal-hal yang telah lampau pada ingatan

Retention: menyimpan ingatan

Retrieval: Mengingat kembali

S

Self-concept: pandangan, persepsi, atau sikap individu terhadap diri sendiri

Social-learning: Pandangan yang menekankan bahwa aspek paling penting dari perilaku individu merupakan hasil belajar dari orang lain atau dari lingkungannya

Stimulus : rangsangan atau bagian dari respon stimuli berhubungan dengan kelakuan individu

Strukturalisme: aliran psikologi yang mempelajari isi dan struktur, yaitu setiap gejala psikis memiliki karakteristik dari elemen-elemennya

Superego: internalisasi norma sosial dan kultur masyarakat yang memaksa ego untuk menekan hasrat terlarang di alam bawah sadar, bersifat normatif dan idealnya disebut hati nurani

Superiority complex: motivasi bawaan yang mendorong individu mengembangkan diri dan bertahan hidup

Sampel: Kelompok individu yang mewakili populasi.

Survei : Daftar pertanyaan yang mewakili variabel penelitian.

Selektif: Berdasarkan pilihan, terpilih.

Sensoris: Gejala mengenal benda-benda disekitar dengan mempergunakan alat indra.

Stimulus: Perubahan lingkungan internal atau eksternal yang terdeteksi.

Seleksi : proses penyaringan oleh indra terhadap rangsangan dari luar

Storage: Penyimpanan ingatan

Stres : Perubahan respons tubuh terhadap ancaman, tekanan, atau situasi baru

Stimulus: Rangsangan atau Segala sesuatu yang dapat menyebabkan reaksi atau respon atau tindakan dalam suatu organisme

Sugestif: Sugesti adalah proses dalam interaksi sosial yang biasanya dipergunakan untuk menjadikan individu menerima cara, perkataan, tingkah laku pihak lain

Sugestibel: Kesiediaan seseorang untuk menerima sugesti yang disuntikkan ke pikiran bawah sadarnya.

T

The anima: teori yang menjelaskan perilaku individu yang menjadi pembeda dengan makhluk lain

Thanatos: insting kematian atau dorongan menghancurkan, seperti perkelahian pembunuhan, perang, dan sebagainya.

Tempertantrum: Kondisi temperamental atau ledakan amarah yang terjadi ketika menerima penolakan, pada umumnya usia anak-anak.

U

V

Valid : Dapat dipercaya dan sesuai dengan realitas yang terjadi.

Variasi Variabel: Variabel memiliki nilai bervariasi yang dapat dibedakan menjadi beberapa jenis atau kategori.

Verstrooid: Sub-kelompok polifenol yang paling besar dan paling banyak dipelajari.

W

X

Y

Z

PROFIL PENULIS

Kandi, S.Sos.I, M.Pd.I



Penulis adalah Alumni Pascasarjana STAIN Cirebon Tahun 2009. Program Studi *Pendidikan Islam*, Konsentrasi *Psikologi Pendidikan Islam*. Lahir di Indramayu Pada Tanggal 14 Mei 1982. Aktivitas Sebagai Dosen Tetap STIT AL-AMIN Indramayu. Sebagai Member Sekaligus Reviewer ADPI [Asosiasi Dosen Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia] Tahun 2022-2025. Alamat Rumah: Kendayakan RT 09

RW 02 Terisi Indramayu Jawa Barat. E-Mail: kandidatdeath@yahoo.co.id dan Facebook: Kandi Surana Putra. Judul-Judul Buku Yang Pernah Ditulis & Diterbitkan Adalah [1] *Koleksi Materi Psikologi (Suatu Usaha Memahami Ilmu Jiwa) Pertama Untuk Pemula*. Cetakan Pertama: Desember 2021. [2] *Psikologi Dan Psikologi Pendidikan: Sebentuk Ringkasan Teruntuk Perkuliahan*. Cetakan Perdana: Februari 2022. [3] *Selaksa Rasa* Cetakan Pertama: Maret 2022. Pada Bulan Januari 2022 Memperoleh *Certificate of Completion* Program e-Course *Psikologi Bisnis* By Kang Aviv Institute.

Dr. Resekiani Mas Bakar, S.Psi., M.Psi., Psikolog



Penulis adalah dosen di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Penulis menempuh pendidikan sarjana di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, dan pendidikan Magister Profesi Psikolog di Universitas Gadjah Mada. Penulis menyelesaikan studi S1 dan S2 dengan memperoleh predikat *cum laude*. Studi Doktorat (S3) di Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Penulis pernah mengikuti *practicum*

exchange program pada *Australian School of Business* di UNSW, Sidney Australia. Penulis juga merupakan salah satu Sylff Fellowship Tokyo Foundation. Saat ini diamanahkan sebagai Wakil Dekan bidang Kemahasiswaan dan Alumni di Fakultas Psikologi UNM dan juga sebagai Ketua Career Development Center UNM. Penulis juga merupakan Ketua Asosiasi Psikologi Industri dan Organisasi Wilayah Sulawesi Selatan (2018-2022). Penulis aktif dalam melakukan riset eksperimen terkait *emotional labor*, psikologi konsumen, dan topik psikologi lainnya. Penulis telah

menghasilkan beberapa karya, antara lain buku Analisis Kebutuhan dan Rancangan Pelatihan (2017), buku Metode Wawancara dalam Psikologi (2018), dan buku Analisis Jabatan dan Beban Kerja (2020). Email : resekiani_masbakar@unm.ac.id

Marsha Ayu Rizkika



Penulis lahir di kota Jakarta pada tanggal 17 September 2002, Menamatkan pendidikan Sekolah Dasar di kota Metro Bandar Lampung sampai dengan Sekolah Menengah Atas di Kota Jakarta. Melanjutkan pendidikan sarjana S1 jurusan ilmu gizi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan di Universitas Pendidikan Indonesia Bandung. Aktif dalam kegiatan organisasi internal dan eksternal, merupakan anggota dari UKM Penyiaran Radio Eska Radio UPI sebagai HRD Internal dan UKM Senam UPI sebagai anggota. Memiliki bakat di bidang masak (*cooking*), HACCP, dan penyusunan menu. Merupakan anggota dari Himpunan mahasiswa gizi sebagai anggota pengabdian masyarakat. Saat ini sedang menempuh pendidikan S1 dan melakukan penelitian Asosiasi Korean Wave Fans dengan Kebiasaan Makan dan Body Image Remaja Putri dan INOVASI PRODUK LE COCO NUT (*TUILE*): SNACK IBU HAMIL BERBAHAN DASAR TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata*) DAN TEPUNG AMPAS KELAPA (*Cocos nucifera* L.) DALAM PENCEGAHAN STUNTING. Aktif dalam membuat karya tulis ilmiah (KTI), essay, dan Infografis (Poster). Serta aktif dalam dunia *public speaking*.

Fitriana, S.Pd.I., M.Pd., Kons



Penulis kelahiran tahun 1992, daerah Indragiri Hilir. Saat ini sedang melanjutkan studi S3 Bimbingan Konseling Pascasarjana Universitas Negeri Padang. Ia pernah menjadi Wakil Ketua di Sekolah Tinggi Tarbiyah (STIT) Al-Kifayah Riau, Dosen LB di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Tutor di Universitas Terbuka, Pembina Moderasi Beragama & Psikospiritual di Ma'had Al-Jami'ah UIN

Suska Riau, ia juga pernah menjadi asisten profesor di FIP Universitas Riau dan Universitas Negeri Padang. Penulis juga terlibat aktif sebagai konselor, pembicara kegiatan seperti seminar atau pelatihan bidang konseling, motivasi & pendidikan. Karya berupa jurnal dan buku kolaborasi seperti Pengantar Penelitian Pendidikan Sebuah Tinjauan Teori dan Praktis, Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Telaah Kurikulum dan Perencanaan PAUD, Manajemen Sumber Daya Manusia Prinsip Dasar dan Aplikasi, Manajemen Komunikasi Prinsip Dasar dan Aplikasi, Kewirausahaan, Sekumpulan Gagasan untuk Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia Nadiem Makarim dari Keluarga Kode Pena, Renjana, Bait Penawar Rindu, Puisi Meraih Kemenangan, All About Corona, dan lainnya. Facebook: Fitri Zahratul Qalby atau email: fitriana1410@gmail.com

Dr. Netrawati, M.Pd., Kons



Penulis dengan kelahiran Padang, saat ini berprofesi sebagai dosen di Universitas Negeri Padang. Ia juga menjabat sebagai Kepala Labor Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang. Penulis alumni doctoral Universitas Pendidikan Indonesia saat ini mengampu matakuliah seperti Teknik Laboratorium Konseling, Pendekatan dalam Konseling, Diagnostik kesulitan

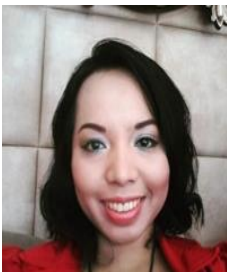
belajar, Bimbingan dan konseling kelompok, Profesi khusus BK, dan Teknik konseling II. Kegiatan sebagai pemakalah baik nasional dan internasional, publikasi Artikel Ilmiah dan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat aktif ia lakukan untuk memberikan kontribusi kepada masyarakat, bangsa dan negara. *Contact person* dapat dihubungi pada E-mail netrawatiunp07@gmail.com

Chelsi Ariati, S.Pd.



Penulis lahir di Prabumulih, 28 Juni 1997, email chelsiariati@gmail.com. Penulis sangat tertarik dengan ilmu hitung sejak kecil dan melanjutkan studi pada Prodi Pendidikan Matematika Universitas Negeri Padang tahun 2015. Setelah wisuda penulis mengajar di SMAN 8 Mandau. Karya bersama yang pernah ditulis adalah Buku Matematika Ekonomi, Evaluasi Pembelajaran, Buku Antologi : Aku Bangga Menjadi Guru, Antologi Pelangi Ramadhan, Ikhlas Berkurban di Era Pandemi. Mengajar Matematika Kelas X dan XI baik wajib ataupun peminatan. Hobbi membaca dan mengerjakan soal-soal matematika, aktif mengajar olimpiade matematika dan terus meningkatkan kemampuan diri. Saat ini penulis sedang melanjutkan studi di Magister Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Penulis tertarik mengkaji tentang pemanfaatan teknologi dalam pembelajaran, upaya peningkatan kemampuan matematis, dan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam pembelajaran. Penulis berharap bisa menulis buku berikutnya terutama dalam bidang matematika dan pendidikan.

Natalia Sulistyo Veerman., M.Psi., Psikolog



Penulis adalah seorang praktisi dalam bidang pendidikan dan psikologi. Selain itu, ia juga pernah menjadi dosen di beberapa universitas di Surabaya. Ia lahir di Surabaya pada tanggal 24 Desember 1984. Gelar Kesarjanaannya (S-1) diperoleh dari Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya. Ia juga menyelesaikan program magister profesi Psikologi (S2), di Program Magister Profesi Psikologi

Universitas Airlangga.

Tri Windi Oktara, S.pd, M.Psi



Penulis lahir di Medan, 29 Oktober 1994.. Dia menyelesaikan Pendidikan Sarjana(S1) di Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Bimbingan dan Konseling pada tahun 2012-2016 dan Program Magister (S2) di Universitas Medan Area jurusan Psikologi pada tahun 2016-2018. Anak ketiga dari 3 bersaudara, masing-masing Dr. Anggi Tyas Pratama, M.Pd., Dwi Prapsilo S.Pd., dari orang tua Bernama Drs. Adi Sucipto,M.Pd dan Eriani, S.Pd. Dari pernikahannya dengan R. Parulian (2018) dikarunia seorang anak bernama Kheyra Hanindhiya R.A (2019). Terhitung April 2022, dia diamanahkan menjadi Aparatur Sipil Negara (ASN) dengan formasi sebagai dosen psikologi di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI). Bagi pembaca yang tertarik diskusi dengan penulis, bisa menghubungi lewat email tri.windi@uinbanten.ac.id

Fitriatul Masruroh, M.Psi, Psikolog



Penulis lahir pada tanggal 06 maret 1995 di sebuah desa kecil kabupaten Banyuwangi, jawa timur. Ia anak pertama dari dua bersaudara. S1 Psikologi Universitas Darul Ulum Jombang, S2 Magister Profesi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Perempuan yang selalu merayakan kebahagiaan dengan cara yang sederhana, melakukan *self healing* dengan menulis atau hunting di alam terbuka atau berkunjung kesitus peninggalan bersejarah. Senang untuk berdiskusi, bagi F.M nama anonime yang sering ia pakai. Menulis, bertemu orang baru serta berdiskusi berbagi pengalaman dengan orang lain adalah cara merayakan kebahagiaan hidup yang paling produktif. Ia memberikan setiap pengalaman yang terjadi dalam hidupnya. Saat ini F.M aktif sebagai psikolog dilayanan psikologi ekshafit serta dosen di suatu lembaga pendidikan. Institut Agama Islam (IAI) Ibrahimy Genteng Banyuwangi di akun Instagram @ekshafit & @masrurohfitriya.

Maria Jane Tienoviani Simanjuntak, S.Psi., M.Psi., Psikolog



Penulis adalah lulusan Magister Psikologi Profesi klinis dari Universitas Surabaya pada tahun 2018. Sejak saat itu, MJ (akrab dipanggil demikian) melakukan praktiknya sebagai seorang psikolog klinis untuk membantu berbagai kalangan usia dan bentuk permasalahan seperti masalah kepercayaan diri, masalah-masalah kejiwaan, gangguan kepribadian, dan kesulitan menentukan arah kehidupan.

Keinginannya untuk terus belajar semakin didorong dan berbagi ilmu mendorong dirinya untuk juga berprofesi sebagai seorang dosen sejak tahun 2020 di Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya. Kasus dan kajian tentang psikologi klinis, khususnya psikologi klinis, psikologi kesehatan dan psikodiagnostik menjadi ketertarikan utamanya.

Niam Rohmatullah, M.Pd.



Penulis lahir di Malang, 2 Mei 1990. Menyelesaikan pendidikan dasarnya di SD Islam Al-Ma'arif 02 Singosari Malang pada tahun 2022. Merantau ke kota hujan dengan mondok sambil sekolah di Pesantren Modern Ummul Quro Al-Islami. Menyelesaikan jenjang MTs pada tahun 2025, penulis melanjutkan ke jenjang Madrasah Aliyah di lembaga yang sama dan lulus tahun 2008. Penulis selanjutnya meneruskan

jenjang S-1 di Fakultas Tarbiyah (PAI) STAI Laa Roiba Bogor lulus tahun 2013. Kemudian menyelesaikan studi S-2 di Program Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor pada tahun 2017. Penulis juga aktif berorganisasi selama menempuh pendidikan. Semasa mondok, penulis pernah menjabat sebagai wakil redaktur Majalah MISSI periode 2007 - 2008, yaitu majalah yang dikelola oleh santri. Saat kuliah, penulis pernah menjabat bendahara Majelis Permusyawaratan Mahasiswa STAI Laa Roiba Bogor periode 2010 - 2011. Saat ini penulis beraktifitas sebagai dosen pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor.

Dianingtyas Murtanti Putri S.Sos., M.Si



Penulis memperoleh gelar Magister di Universitas Indonesia. Sebelumnya, aktif terlibat dalam kegiatan kehumasan sebagai tim sukses Barnabas Suebu dalam pemilu Papua tahun 2006. Selanjutnya, pernah bekerja di Pusat Penelitian Ilmu Komunikasi (PUSKA) Universitas Indonesia mengerjakan proyek lokakarya dan pelatihan di beberapa Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak

tahun 2010. Kini, Dianingtyas menjadi pengajar di salah satu universitas swasta yakni Universitas Bakrie sejak 2011 hingga sekarang. Kesibukannya diisi dengan melakukan Tridharma yakni mengajar, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat (PkM). Dalam membuat berbagai penelitian, Dianingtyas lebih banyak berfokus pada kepakarannya terkait dengan psikologi komunikasi, komunikasi keluarga, serta komunikasi antarpribadi. Selain itu, ia pun juga aktif mengikuti kegiatan penelitian Hibah baik internal maupun eksternal. Kemudian, beragam kegiatan pengabdian yang ia buat juga mengenai penguatan dari sisi Ilmu Komunikasi sebab Dianingtyas menerapkan bahwa *“semua persoalan dan momen dapat diatasi dengan komunikasi, akan tetapi belum tentu mengetahui bagaimana cara mengkomunikasikannya”*. Di Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Bakrie, Dianingtyas aktif sebagai konselor bagi mahasiswa baik yang bersifat akademik dan non akademik, dan koordinator *My Pride*.

Dr. Dessy Kania B.A., M.A



Penulis memulai karirnya dalam dunia pendidikan sejak tahun 2005 di Universitas Pelita Harapan, Tangerang, Indonesia. Pada tahun 2010, bergabung dengan Universitas Bakrie, Jakarta dimana selama menjadi pendidik juga berhasil menamatkan gelar doktoralnya khususnya dalam riset keterkaitan *social media* dan *brand community* di Universitas Gajah Mada, Yogyakarta di bidang Kajian Budaya dan Media di tahun 2019. Sebelum menekuni dunia Pendidikan, Miss DK

(panggilan akrabnya) sempat berkarir di dunia periklanan seperti: divisi Marketing Communication di PT Prudential Life Assurance, Account Services di Leo Burnett Group Indonesia, dan Account Manager di J. Walter Thompson (JWT) Jakarta. Adapun dalam kesehariannya sebagai dosen di peminatan *marketing communications*, miss DK juga mendalami dan menekuni riset di bidang: *social media studies*, *gender communication and power relations*, *technology and new media culture*, serta *advertising and marketing communications*.

Mohamad Ardin Suwandi, M.Pd



Saya lahir di Lembata NTT pada tanggal 09 Juli 1994. Tamat SMP dan SMA di Pondok Pesantren Roudlatul ‘Ulum Mranggen Kaliangkrik Magelang Provinsi Jawa Tengah. Pada Provinsi yang sama, saya menyelesaikan studi sarjana dan magister di bidang Pendidikan Agama Islam. Bagi saya, “*menulis adalah mengajar dari jauh dan itu adalah salah satu bentuk pengabdian*”. Buku perdana saya dengan judul “*Kontradikai dalam Negri Bayangan*”, terbitkan pada tahun 2019. Selebihnya dapat menghubungi saya menggunakan kontak di bawah ini:

Email : mohamadardinsuwandi1994@gmail.com
Facebook : Ardin Muhammad
Instagram : Ardin_muhammed

Nour Ardiansyah Hernadi, M.Pd.B.I



Penulis kelahiran Yogyakarta dan berprofesi sebagai dosen sejak 2015 di Sekolah Pariwisata Ambarrukmo hingga sekarang. Pengalaman mengajarnya mencakup pengajaran bahasa Inggris di universitas kesehatan dan juga pariwisata. Sebelum menjadi dosen, Ia pernah menggeluti pekerjaan dibidang peningkatan kualitas SDM. Selain berprofesi sebagai dosen, Ia juga menjadi assessor untuk bidang kependudukan wisata hingga sekaarang. Ia merupakan lulusan dari fakultas keguruan dan pendidikan UAD Yogyakarta, angkatan 2005 dan

melanjutkan kuliah ditempat yang sama pada tahun 2011. Saat S1 dan S2 mengambil konsentrasi penelitian tentang Psikologi pendidikan.

Pramugara Robby Yana, M.Pd.



Penulis Lahir Pada 25 Januari 1989 di Sleman Yogyakarta, berasal dari keluarga yang berkultur jawa. selepas meraih sarjana pendidikan bahasa inggris aktivitas Pramugara lebih banyak dihabiskan untuk menulis dan mengajar di beberapa sekolah serta menggeluti profesi Guide. Tahun 2014 melanjutkan studi S2 dan Hanya dalam waktu dua tahun gelar magister Pendidikan bahasa inggris diraihny (M.Pd)

dan di tahun 2018 ia melanjutkan studi S3 di Malaysia, Hingga saat ini penulis masih tercatat mahasiswa di Universitas Tun Husain Onn Malaysia.

Pengantar PSIKOLOGI UMUM

Psikolog secara etimologi (Lughah) bahasa, berasal dari Yunani yaitu *psyche* artinya jiwa dan *logos* artinya ilmu. Dengan singkat psikologi berarti ilmu jiwa. Psikologi dalam bahasa Inggris disebut *psychology*, sedangkan dalam bahasa Arab disebut 'ilmunnafsi. Psikologi secara terminologi/istilah memiliki banyak definisi.

Menanggapi beragamnya pendapat mengenai psikologi secara istilah/terminologi, Muhibbin Syah (2005:8) menjelaskan bahwa karena kontak dengan berbagai disiplin itulah, maka timbul bermacam-macam definisi psikologi yang satu sama lain berbeda, seperti: [1] Psikologi adalah ilmu mengenai kehidupan mental (*the science of mental life*). [2] Psikologi adalah ilmu mengenai pikiran (*the science of mind*). [3] Psikologi adalah ilmu mengenai tingkah laku (*the science of behavior*), dan lain-lain yang sangat bergantung pada sudut pandang yang mendefinisikannya.

Psikologi itu dapat dibagi menjadi dua golongan besar, yaitu psikologi metafisika dan psikologi empiri. Psikologi empiri dapat dibagi dua pula, yaitu "Psikologi Umum" dan "Psikologi Khusus". Pendapat lain mengatakan bahwa ditinjau dari segi objeknya psikologi dapat dibedakan dalam dua golongan besar, yaitu: psikologi yang menyelidiki/mempelajari manusia dan psikologi yang menyelidiki/mempelajari hewan, lebih tegas disebut psikologi hewan. Psikologi yang berobjek manusia dapat dibedakan menjadi dua pula, yaitu "psikologi yang bersifat umum" dan "psikologi yang bersifat khusus".

Objek psikologi dibagi dua, yaitu objek materil/material dan objek formal. Objek materil/material psikologi ialah manusia. Objek formal psikologi adalah tingkah laku manusia. Pendapat lain mengatakan bahwa objek formal dari psikologi adalah berbeda-beda menurut perubahan zaman dan pandangan para ahli masing-masing.