



# Carl Jung

## *Analytical Psychology*

### **Asumsi**



Fenomena yang berhubungan dengan kekuatan gaib atau magis (*Occult*) yang diturunkan oleh leluhur bisa dan memang berpengaruh pada kehidupan manusia

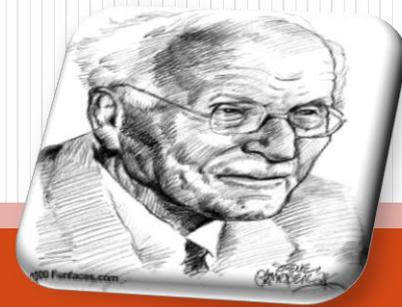
Manusia bukan hanya termotivasi oleh pengalaman yang ditekankan melainkan juga oleh pengalaman emosional yang dipengaruhi oleh para leluhur.



# Freud

Menekankan pada ketidaksadaran personal, bawaan *filogentis* hanya merupakan suatu alternatif jika individu tersebut menjelaskan kegagalan.

Seperti penjelasan Freud mengenai *Oedipus Complex*



# Jung

Menekankan pada ketidaksadaran kolektif dan menggunakan pengalaman personal untuk mengemas kepribadian secara utuh.

Membedakan Ketidaksadaran kolektif menjadi dorongan otonomi yang disebut *Archetype*

Fenomena yang berhubungan dengan kekuatan gaib atau magis (*Occult*) yang diturunkan oleh leluhur bisa dan memang berpengaruh pada kehidupan manusia

Disebut

## Ketidaksadaran Kolektif

Meliputi elemen-elemen yang tidak pernah dialami seseorang secara individual.

Ex : Perempuan jatuh cinta pada laki-laki, atau sebaliknya.

Disebut sebagai **Arketipe** (*Archetypes*)

# Arketype (*Archetypes*)



**Bayang-bayang leluhur atau arkaik yang datang dari ketidaksadaran kolektif. Konsepnya bersifat umum pada setiap kultur budaya. Merupakan sekumpulan bayang-bayang yang diasosiasikan dan diwarnai sangat kuat oleh perasaan.**

---

Teori Jung mengemukakan mengenai kepribadian yang berlawanan :

**Anima Animus, Good and Evil, Persona and Shadow**

Dari pertentangan inilah kemudian sebuah kepribadian dapat terbentuk.

Gagasan yang datang dari : fantasi, mimpi, igauan, imajinasi, mitos → sebenarnya berasal dari dirinya sendiri namun tidak disadari. Karena bagian dari psike maka bisa saja menunjukkan dirinya secara spontan.

**Individu Sehat Secara Psikologis**



**Individu yang dapat berhubungan dengan dunia kesadarannya dan dapat mengalami ketidak sadaran diri kemudian mencapai individuasi**

**(akan dibahas pada bagian realisasi diri).**

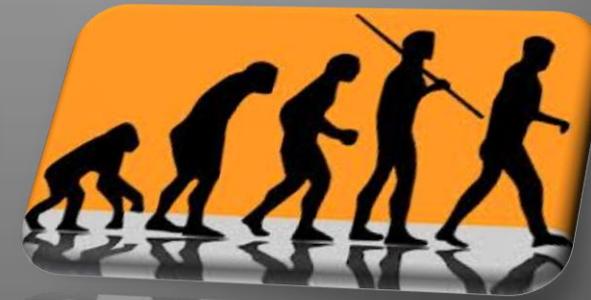


# Level of Psyche



# Arketype (*Archetypes*)

Bayang-bayang leluhur yang datang dari ketidaksadaran kolektif.



Archetypes	Instink
Pasangan psikis dari sebuah instink	Ketidaksadaran impuls fisik pada tindakan.

Dibentuk secara tidak sadar dan keduanya berperan dalam membentuk kepribadian

# Ciri-ciri *Archetypes*



1. Memiliki dasar biologis
2. Terbentuk melalui pengulangan pengalaman dari para leluhur manusia.
3. Aktif pada saat proses pertemuan pengalaman personal dengan bayangan primodial laten.
4. Tidak dapat muncul sendiri, aktif muncul dalam beberapa bentuk, kebanyakan dalam bentuk mumpi, fantasi dan delusi.

---

Meskipun banyak *Archetypes* yang muncul dalam bayangan yang lazim, namun hanya sebagian yang sampai pada titik dimana bayangan itu bisa dikonseptualisasikan.



# Persona



Sisi kepribadian yang ditunjukkan pada dunia



Setiap manusia terlibat dalam peran tertentu yang dituntut oleh sosial

Agar menjadi sehat secara psikologis :

Individu harus bisa mempertahankan keseimbangan antara harapan sosial dengan *inner self* / kepribadian kita yang sebenarnya.



Benar bahwa kita harus diterima oleh masyarakat, tetapi jika terlalu identik dengan persona maka kita akan kehilangan sentuhan *inner self*. Kehilangan kontak dengan persona akan membuat individu menjadi sulit diterima di masyarakat.

# Shadow

Merupakan *archetype* dari kegelapan dan represi yang menampilkan kualitas-kualitas yang tidak diakui keberadaannya

Berusaha disembunyikan dari diri kita sendiri dan orang lain. Biasa menyangkut dari :

1. "sisi buruk" kepribadian individu ybs.
2. Kecenderungan keberatan moral

Bagaimana menguasai "sisi gelap" dari diri kita?

Dengan mencapai "realisasi bayangan", namun kebanyakan orang lebih mudah mengidentifikasi sisi baiknya daripada menyadari sisi gelapnya.

Ex : Dalam mimpi Jung, bayangan muncul sebagai seorang yang jahat, berkulit coklat, membunuh seorang pahlawan, yaitu seorang pria bernama Siegfried yang muncul sebagai orang Jerman. Jung menginterpretasikan mimpi ini dengan makna bahwa Ia tidak lagi membutuhkan Sig Freud (Siegfried)



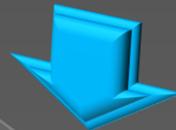


# Anima



## Merupakan sisi Feminin seorang Laki-Laki

Semua manusia secara psikologis bersifat biseksual dan memiliki sisi maskulin dan feminin.



Terbentuk dalam ketidaksadaran kolektif sebagai *archetype* dan menetap di kesadaran. Beberapa laki-laki dapat mengenali animanya. Tugas ini membutuhkan keberanian yang besar dan bahkan lebih sulit daripada menjadi lebih dekat dengan bayangannya.

---

Berasal dari pengalaman seorang pria dengan wanita : Ibu, kakak, perempuan dan kekasih → digabungkan untuk membentuk gambaran umum mengenai wanita.



Mempengaruhi sisi perasaan pria dan merupakan penjelasan untuk perasaan-perasaan tertentu yang tidak masuk akal. Mempresentasikan *mood* dan perasaan irasional. Biasa pria merasionalisasi

# Animus

**Merupakan simbol berpikir dan bernalar.**

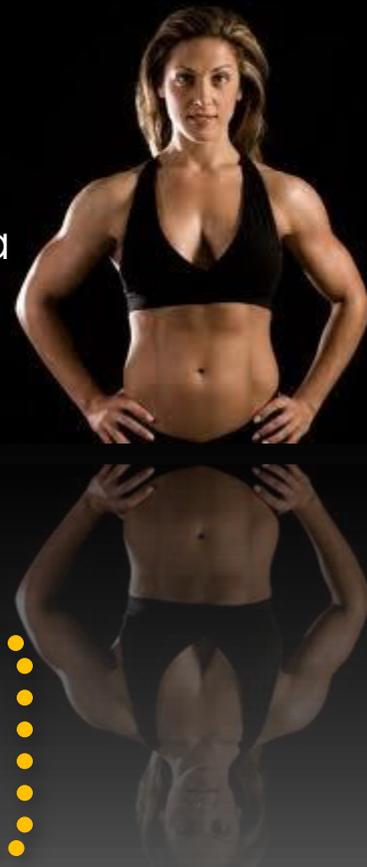
Mampu mempengaruhi proses berpikir seorang wanita, yang sebenarnya tidak dimiliki oleh seorang wanita.



Ketika sedang bernalar wanita sebenarnya tidak sadar, karena datangnya dari kesadaran kolektif :

1. pengalaman antara leluhurnya : ayah, saudara laki-laki dan anak laki-laki, pria yang tidak diharapkan.
2. Pengalaman pribadi dengan pria di masa lalu

- **Animus** bertanggung jawab dalam proses berpikir dan berpendapat pada seorang wanita.
- **Anima** menghasilkan perasaan dan *mood* pada seorang pria.



# Great Mother



Menampilkan dua dorongan yang berlawanan

Pengasuhan dan kesuburan

VS

Kekuatan untuk menghancurkan

Ex.: Seorang Ibu sangat mengayomi dan penuh cinta terhadap anaknya, namun dilain sisi Ia bisa menjadi pribadi yang penuh amarah dan melakukan pemukulan terhadap anaknya.

“Semua pengaruh yang dideskripsikan dan diaplikasikan kepada anak-anak tidak hanya datang dari Ibu itu sendiri, tetapi lebih kepada *archetype* yang diproyeksikan kepada Ibu itu sendiri, yang pada akhirnya akan memberikan si Ibu sebuah latar belakang mitos”



Sikap “keibuan” datangnya dari ketidaksadaran kolektif, bukan dilakukan kaerna kesadaran seseorang.



# Wise Old Man

Merupakan *archetype* dari *Wisdom* dan *Meaning*



Menyimbolkan pengetahuan manusia akan misteri kehidupan.



**Seseorang yang didominasi oleh *archetype* ini mungkin akan memiliki banyak pengikut dengan menggunakan berbagai pendapat yang terdengar meyakinkan, tetapi sesungguhnya tidak berarti karena ketidaksadaran kolektif tidak dapat mengarahkan kebijakan pada individu tertentu.**

Ex : Politikus, Agamis, tokoh-tokoh sosial.



# Hera

Dipresentasikan dalam mitologi dan legenda sebagai seseorang yang sangat kuat, dan memerangi kejahatan. Walau pada akhirnya dikalahkan oleh seseorang atau sesuatu yang sepele (Jung, 1951). Namun demikian setiap pahlawan memiliki kelemahan.

Ex : Superman kelemahannya adalah Kryptonit



Membebaskan kita dari perasaan tidak berdaya dan kesengsaraan



**Menjadi model ideal**

Memiliki komponen **Kesadaran** dan **Personal** yang sebagian besar dibentuk oleh gambaran-gambaran ketidaksadaran kolektif.

**Self** merupakan *archetype* yang dapat menarik *archetype* jenis lain dan menyatukan kesemuanya menjadi sebuah **Self Realization**.

**Disimbolkan** sebagai ide seseorang akan kesempurnaan.

**Self** terdiri dari  
**Kesadaran, Ketidaksadaran Personal dan Ketidaksadaran Kolektif.**

# Self



# DINAMIKA KEPRIBADIAN

Dalam membuat dinamika kepribadian Jung mengacu pada 2 ide :

Kausalitas dan Teleologi



Apakah motivasi lahir dari masa lalu atau akibat dari tujuan yang bersifat teleologi?

Jung beranggapan itu berasal dari keduanya.

**Kausalitas** menyatakan bahwa masa kini menyajikan kondisi pada saat ini yang berasal dari pengalaman-pengalaman sebelumnya.

**Teleologi** menyatakan bahwa kejadian masa kini dimotivasi oleh tujuan dan spirasi masa depan.



Mimpi bukan sekedar diakibatkan karena kejadian di masa lalu (Freud), namun mimpi dapat membantu seseorang untuk menentukan arah masa depannya.

# DINAMIKA KEPRIBADIAN

## Progresi dan Regresi



Untuk dapat mencapai realisasi diri, orang harus mengadaptasi tidak hanya lingkungan luar mereka, tetapi juga dunia di dalam diri mereka sendiri.

### Progresi

Adaptasi kepada dunia luar meliputi aliran keluar dari energi psikis. Membuat manusia bereaksi secara konsisten terhadap kondisi lingkungan tertentu.

### Regresi

Adaptasi kedalam diri bergantung pada energi yang berlawanan arahnya. Merupakan sebuah langkah mundur yang diperlukan dalam sebuah perjalanan menuju sukses.

Mengaktifkan ketidaksadaran, sebuah alat penting untuk mencari solusi bagi semua masalah.

Bila salah satu menjadi lebih berpengaruh maka akan membuat kegagalan dalam proses adaptasi. Keduanya harus bersatu untuk dapat bekerja sama mengaktifkan proses pengembangan kepribadian yang sehat.

# Tipe Psikologis

## Basic Attitude

### Introvert

Orientasinya Subjektif, memiliki pemahaman yang baik tentang dunia dalam diri. Menerima dunia secara selektif dan dengan pandangan subjektif mereka

### Extrovert

Orientasinya Objektif, dan cenderung menekan orientasi subjektifnya. Sehingga menjadi mudah untuk dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya.



### Thinking

Aktivitas logika intelektual yang menghasilkan ide.

### Sensing

Proses mengubah rangsangan yang diterima secara fisik ke dalam bentuk kesadaran perseptual.

## Function

### Feeling

Proses evaluasi sebuah ide/kejadian, yang merupakan aktivitas sadar.

### Intuiting

Persepsi yang berada diluar sistem kesadaran, yang didasarkan dari fakta mutlak yang mendasar.

# Self Realization

## Proses untuk menjadi individu yang utuh (Jung, 1939)

Proses ini berarti individu memiliki seluruh komponen psikologis yang berfungsi dalam satu kesatuan dalam melemahkan proses kemampuan psikis.

Proses untuk mendapatkan **Self Realization** :

- Meminimalkan persona.
- Mengenalinya anima dan animus-nya
- Mencapai keseimbangan antara introversi dan ekstrasversi.
- Menempatkan seluruh 4 tahapan fungsi ke dalam posisi superior.