

SEJARAH ALIRAN PSIKOLOGI

Aliran Psikoanalisa

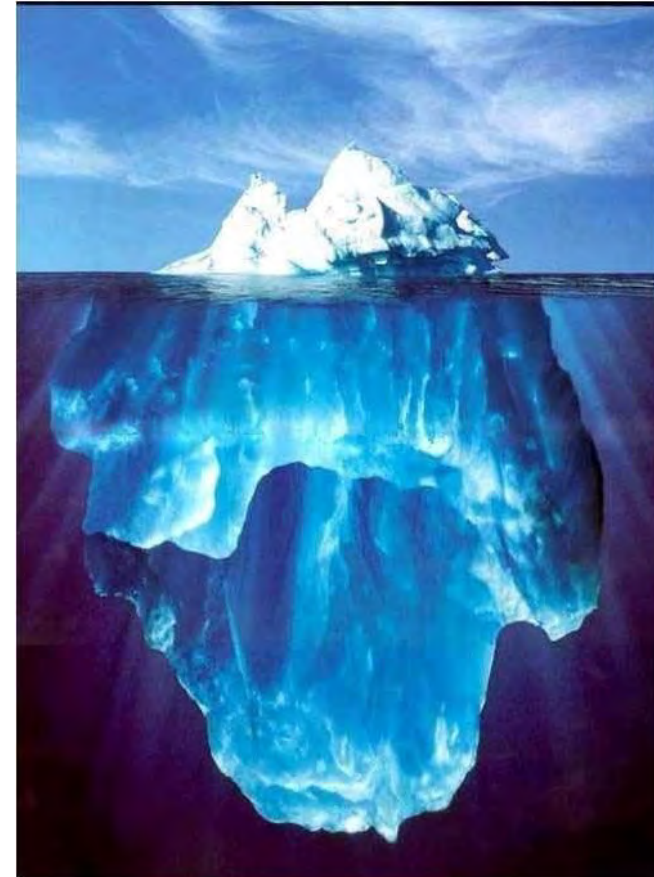


- 3 sumber utama yang mempengaruhi gerakan Psikonalisa:

1. Ketidaksadaran

Mental events mulai dari yang sama sekali tidak disadari sampai yang jelas disadari.

Pikiran dianalogikan dengan Gunung Es, dimana proporsi terbesar dari aktivitas pikiran berada di lapisan paling bawah gunung es yang dipengaruhi oleh daya-daya yang tak teramati.



2. Ide awal mengenai Psikopatologi

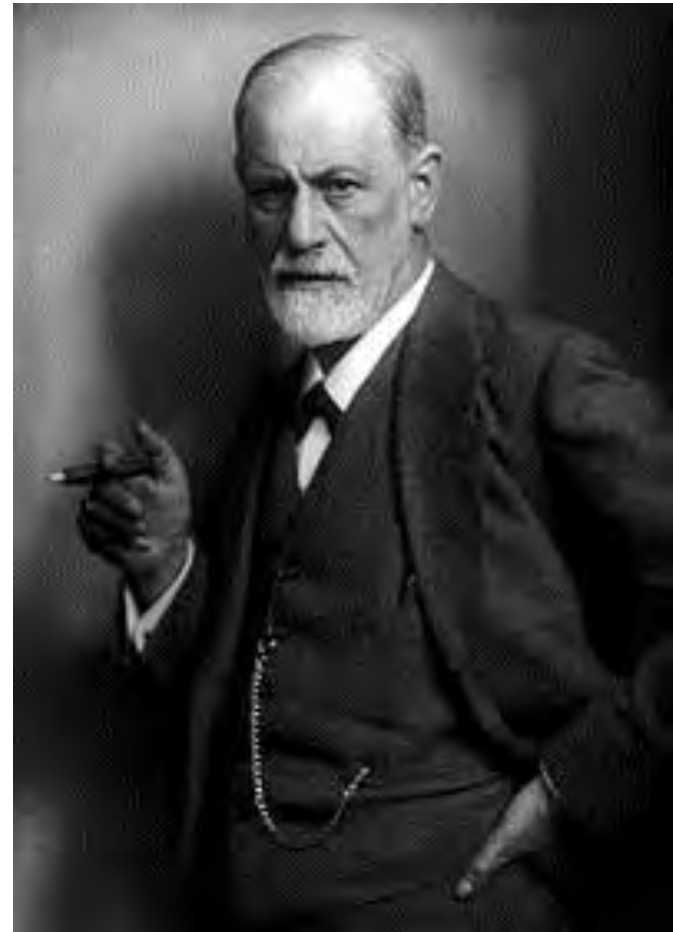
Pada abad 19, psikiater membagi penyebab tingkah laku abnormal/ psikopatologis dibagi menjadi 2, yaitu:
Somatik → TL abnormal disebabkan oleh kelainan fisik
dan Psikis → gangguan emosional dan psikologis.

3. Pengaruh Charles Darwin

Salah satu statement dari Charles Darwin yang mempengaruhi psikoanalisa yaitu, manusia didorong oleh dua macam daya, yaitu **cinta dan lapar**. Kedua daya tersebut merupakan fundamen atau dasar dari semua tingkah laku.

Sigmund Freud (1856 – 1939)

- Insting
- Struktur Kepribadian
- Defense Mechanism
- Tahap Perkembangan Seksual



- **Insting**

Internal stimulus /sumber stimulasi dari dalam tubuh yang memotivasi dan menggerakkan kepribadian dan tingkah laku.

Goal insting → mengurangi/menurunkan stimulus melalui tingkah laku tertentu seperti makan, minum atau aktivitas seksual

Insting dibagi menjadi 2, yaitu:

- 1. Insting kehidupan (Eros):**

lapar, haus, seks → mempertahankan hidup/survive dan melestarikan spesies. Bentuk energi sebagai manifestasi d dari insting kehidupan yaitu Libido.

2. Insting kematian (Thanatos):

Daya-daya destruktif yang dapat diarahkan ke dalam diri sendiri (masokis, bunuh diri), atau diarahkan ke luar (kebencian, agresi).

Agresi dan seks menurut Freud merupakan motivator yang kuat bagi tingkah laku manusia.

- **Tingkat kepribadian → Sistem kepribadian manusia**

Kehidupan mental manusia terdiri dari dua bagian, yang dapat digambarkan sebagai gunung es:

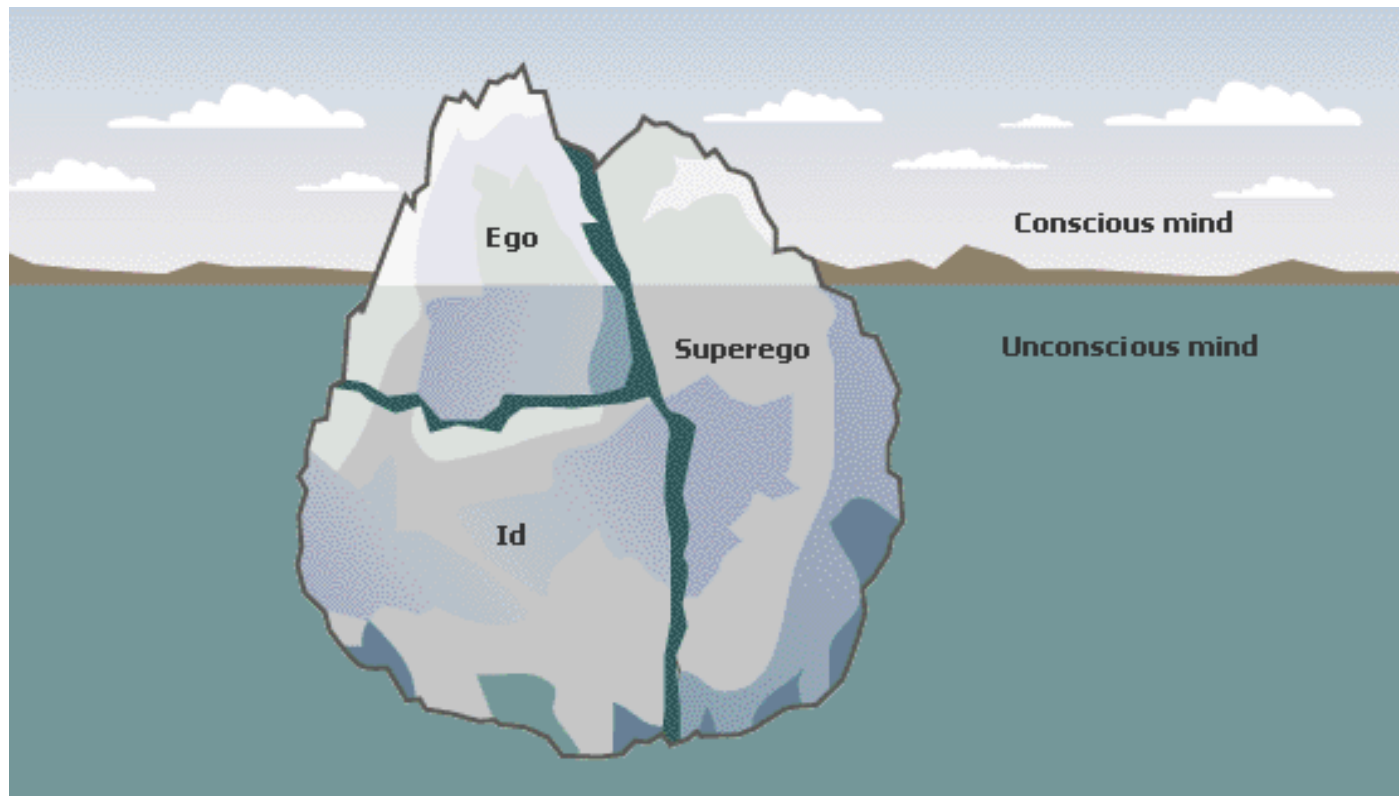
1. Counciousness

Berada dibagian atas, yang terlihat. → kecil dan tidak signifikan. Menampilkan hanya permukaan dari total kepribadian

2. Uncounciousness

Berada di bagian bawah/dalam. Terdiri dari insting-insting, yang mendorong seluruh tingkah laku manusia.

- Freud kemudian merevisi struktur kepribadian manusia menjadi 3 komponen: **Id, Ego dan Superego**.



1. Id

Terdiri dari insting-insting, baik insting untuk hidup (libido) maupun insting untuk mati (dorongan agresif).

Id bekerja untuk memenuhi dorongan insting yang bertujuan memuaskan kebutuhan fisik.

Id bertujuan untuk mengurangi ketegangan dengan cara meningkatkan kesenangan dan menghindari rasa sakit.

Cara bekerja id demikian menganut prinsip kesenangan (*pleasure principle*).

2. Ego

Aspek-aspek rasional dari kepribadian yang bertanggung jawab untuk mengontrol Id.

Ego berfungsi sebagai mediator antara Id dengan situasi dunia luar dan memfasilitasi interaksi antara keduanya.

Ego mengikuti prinsip realitas yang mencoba menahan tuntutan Id yang ingin segera dipenuhi sampai ditemukannya obyek yang tepat untuk memuaskan kebutuhan dan menurunkan tensi.

3. Superego

Aspek moral dari kepribadian yang berasal dari pengasuhan orang tua atau norma-norma dan nilai-nilai di dalam masyarakat.

Berkembang sejak masa kanak-kanak ketika individu menerima aturan tingkah laku dari orang tua atau pengasuh.

Ego berperan untuk menjaga keseimbangan antara dorongan dalam diri (id) dengan aturan-aturan sosial (superego) yang berlaku di dunia luar.

Ego tidak menghentikan dorongan id, namun mencoba menunda atau mengarahkan kembali tuntutan id, menyesuaikan dengan kondisi lingkungan atau kenyataan yang dihadapi.

Cara bekerja ego demikian menganut prinsip kenyataan (*reality principle*)

Anxiety/Kecemasan

Terjadi ketika Ego terlalu stress/tertekan karena tidak mampu menyeimbangkan antara tuntutan id, realitas dan superego.

3 macam anxiety:

1. **Objective anxiety** → ketakutan berasal dari real world.
2. **Neurotic anxiety** → kecemasan karena ingin memuaskan id
3. **Moral anxiety** → berasal dari moral. Bila tindakan berlawanan dengan nilai moral, merasa malu/bersalah.

Untuk mengurangi kecemasan, ego mengembangkan sistem pertahanan diri, yang disebut dengan **“Defense Mechanism”**:

1. Denial:

Ego menolak keberadaan ancaman eksternal atau kejadian-kejadian traumatis.

2. Displacement:

Ego memindahkan /melampiaskan dorongan Id dari obyek yang tidak tersedia ke obyek yang ada.

3. Projection:

Ego mengatribusikan dorongan-dorongan yang mengganggu ke orang/pihak lain. → Menyalahkan orang/pihak lain

4. Rationalisation:

Ego mengintepretasikan ulang tingkah laku agar lebih dapat diterima.

5. **Reaction Formation:**

Ego membentuk perilaku atau pikiran yang berlawanan dengan dorongan-dorongan Id.

6. **Regression:**

Ego mengembangkan tingkah laku yang bersifat mundur ke periode atau masa kehidupan yang kurang menekan dan menampilkan tingkah laku yang kekanak-kanakan.

7. **Repression:**

Ego menyangkal keadaan yang menimbulkan kecemasan. Ego akan menekan perasaan, keinginan, dan pengalaman yang mengancam ego ke ketidaksadaran dan disimpan di sana agar tidak mengganggu ego lagi.

8. **Sublimation:**

Mengubah atau menggantikan dorongan-dorongan Id dengan cara mengalihkan energi-energi instingtual ke dalam bentuk Tingkah laku yang dapat diterima secara sosial.

9. **Compensation**

Usaha untuk menutupi kelemahan di salah satu bidang atau organ dengan membuat prestasi yang tinggi di organ lain atau bidang lain. Dengan demikian maka ego terhindar dari ejekan atau rasa rendah diri.

.

Rorschach Test



Tahap-Tahap Perkembangan Seksual Manusia:

Kepribadian manusia terbentuk secara lengkap pada saat usia 5 tahun.

1. Tahap Oral (0-1,5 tahun)

Sumber kepuasan seksual melalui stimulasi oral (mulut).

Konflik pada usia ini → penyapihan yang mengganggu pleasure/kenyamanan.

2. Tahap Anal (1,5-3 tahun)

Kepuasan beralih dari mulut ke area anus. Konflik terjadi ketika toilet training.

3. Tahap Falik (4-5 tahun)

Sumber kepuasan adalah alat kelamin. Oedipus complex dan Elextra complex terjadi pada tahap ini.

4. Tahap Laten (5- Pubertas)

Freud menggambarkan tahap laten sebagai salah satu yang relatif stabil.

Tingkah laku heteroseksual menjadi aspek penting dan individu mulai menyiapkan diri untuk ke jenjang pernikahan.

5. Tahap Genital (Remaja – Dewasa)

Individu mengembangkan minat seksual yang kuat pada lawan jenis.

Pada tahap ini mulai muncul perhatian terhadap kepentingan kesejahteraan orang lain.

Tujuan dari tahap ini adalah untuk menetapkan keseimbangan antara berbagai bidang kehidupan.

Aliran Neo-Freudian



- Pemikiran/karakteristik tokoh-tokoh Neo-Freudian:

1. Mengembangkan konsep EGO

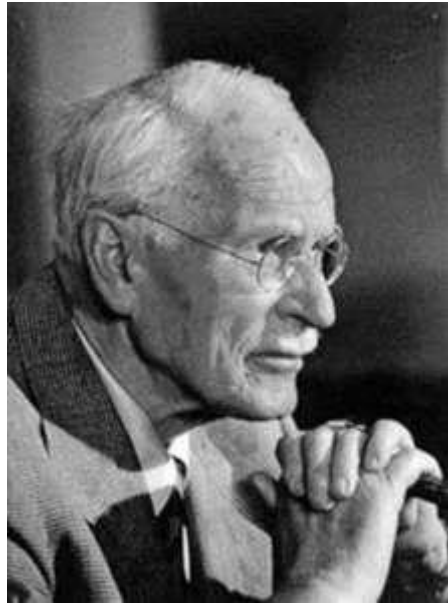
Tidak hanya memfasilitasi atau “melayani” id saja, namun mempunyai peran-peran yang lebih luas: ego lebih independen, punya energi sendiri, punya fungsi terpisah dari id. Ego bebas dari konflik yang timbul karena pemuasan id.

2. Kepribadian tidak hanya dipengaruhi faktor biologis

Menekankan faktor sosial dan psikologis yang mempengaruhi kepribadian individu.

Meminimalkan aspek seksual anak-anak dan oedipus complex pada perkembangan kepribadian.

Interaksi sosial pada masa kanak-kanak lebih penting dari pada interaksi yang nyata dan imajinatif ttg seksual.



Carl Jung

Alfred Adler



Karen Horney



A. Carl Jung (1875 – 1961)

- Seks memberikan peran minim pada motivasi manusia. Ini bertentangan dengan Freud yang menyatakan seks memainkan peran yang vital. Tidak setuju dengan konsep oedipus complex pada masa kanak-kanak.
- Libido bukan hanya berkaitan dengan seks saja, namun merupakan energi kehidupan yang lebih umum, dimana seks menjadi salah satu bagiannya (libido bisa diekspresikan untuk pertumbuhan pribadi, reproduksi atau aktivitas lain).
- Kepribadian tidak hanya dibentuk oleh trauma-trauma /konflik/kecemasan masa lalu, namun juga oleh tujuan, harapan dan aspirasi-aspirasi masa depan.
→ Kepribadian bisa berubah.

Kepribadian Manusia

- **Ego**
- **Personal Unconscious**
- **Collective Unconscious**



Kepribadian Manusia

- **Personal Unconscious:**

Ingatan, dorongan-dorongan, harapan, persepsi yang lemah (faint), pengalaman-pengalaman lain yang direpress atau dilupakan dalam kehidupan individu.

Sifat Personal Unconscious lebih dangkal dan peristiwa dalam level ini dapat dimunculkan dalam tingkat conscious secara lebih mudah.

Collective Unconscious:

Akumulasi pengalaman-pengalaman yang diwariskan dari generasi kita sebelumnya atau dari pendahulu kita yang jenisnya bukan dari spesies manusia.

- **Archetypes**

Kecenderungan yang diwariskan yang terdapat di collective unconscious yang menentukan individu/manusia melakukan tingkah laku yang sama dengan generasi sebelumnya /pendahulunya yang mengalami situasi yang sama.

Contoh: emosi pada peristiwa signifikan kelahiran, pernikahan, kematian pada setiap budaya.

Jenis Archetype yang sering muncul:

- 1. Persona**

“Topeng sosial” yang kita kenakan ketika berinteraksi di lingkungan sosial.

2. Anima dan Animus

Gagasan bahwa setiap individu mempunyai karakteristik-karakteristik jenis kelamin yang berbeda.

Anima → Karakteristik feminim pada laki-laki

Animus → Karakteristik maskulin pada perempuan

3. Shadow

Arketip paling gelap/primitif yang dimiliki manusia yang mengacu pada sifat-sifat kebinatangan pada kepribadian manusia.

Diwariskan dari kehidupan/spesies yang tingkatnya lebih rendah dari manusia.

Terdiri dari dorongan-dorongan dan aktivitas yang sifatnya tidak bermoral, nafsu dan tidak dapat diterima

4. Self → Arketif yang paling penting

Aspek yang terintegratif dan seimbang dalam struktur unconciuos.

Self memberikan/menyediakan aspek kesatuan dan stabilitas pada kepribadian.

Berhubungan self-actualization: harmoni, diri merasa lengkap dan penuh, dan pengembangan kemampuan diri.

- **Kepribadian Manusia**

- 1. Introversi dan Ekstraversi**

Introvert: Kontemplatif, introspektif, resisten terhadap pengaruh luar

Ekstrovert: Dipengaruhi oleh daya-daya dari lingkungan, terbuka, supel, percaya diri.

INTROVERT



EXTROVERT



2. Fungsi Kepribadian

- **Thingking**

Proses konseptual yang memberikan makna dan pemahaman

- **Feeling**

Proses subyektif dalam menimbang dan menilai sesuatu

- **Sensing**

Persepsi yang sadar pada obyek-obyek fisik

- **Intuiting**

Mempersepsi secara tidak sadar.

B. Alfred Adler (1870 – 1937)

- Individual Psikologi

Teori kepribadian yang dikemukakan oleh Adler yang menekankan kepribadian individu dibentuk oleh **gabungan faktor sosial dan juga biologis**

-Tingkah laku manusia sebgaiian besar ditentukan oleh daya-daya atau motif-motif sosial, bukan insting biologis

Social interest → potensi-potensi dalam diri individu/bawaan lahir untuk bekerja sama dengan orang lain dalam rangka meraih tujuan-tujuan personal dan sosial. Terbentuk sejak masa bayi melalui pembelajaran.

Adler Vs Freud:

- Adler meminimalkan pengaruh seks dalam membentuk kepribadian manusia.
- Lebih fokus pada conscious daripada unconscious
- Tingkah laku sekarang lebih dipengaruhi oleh rencana-rencana masa depan daripada masa lalu.
- Menekankan kesatuan dan konsistensi kepribadian daripada bentuk kepribadian yang terpisah/tersusun yang terdiri dari id, ego, superego.

• Perasaan Inferior

- Perasaan inferior sebagai motivasi untuk bertingkah laku.
- Perasaan inferior berkaitan dengan kekurangan secara fisik.
- Memperluas konsepnya, bukan inferior karena fisik, namun juga dalam hal keterbatasan mental dan sosial
- Melakukan kompensasi untuk mengatasi perasaan inferior.

Inferiority complex:

Kondisi yang berkembang ketika seseorang tidak mampu melakukan kompensasi secara adekuat.

C. Karen Horney (1885 – 1952)

- Membantah pemikiran Freud yang menyatakan kepribadian tergantung dari faktor-faktor biologis yang tidak dapat diubah, menolak faktor-faktor seksual, menantang kevalidan oedipus complex, mengesampingkan konsep libido dan 3 struktur kepribadian.
- Menerima konsep dari Freud seperti motif-motif unconscious, motif-motif non-rasional dan keberadaan emosional.
- Bila perempuan mempunyai kecenderungan “penis envy”, maka laki-laki mempunyai “womb envy”.

- **Dua Kebutuhan Dasar Manusia**

1. Perasaan aman (takut, bahaya, sakit)

2. Kebutuhan biologisnya



Orang tua

- **Basic Anxiety**

Konsep dasar dari pemikiran K. Horney.

Perasaan yang terisolasi, kesepian dan tak berdaya dalam dunia yang penuh dengan ancaman.

- Berasal dari praktik pengasuhan orang tua yang cenderung dominan, kurang melindungi dan mencintai, serta tidak menentu/teratur.

- **Segala hal yang mengganggu hubungan yang aman antara orang tua dan anak akan menimbulkan basic anxiety.**

- Motivasi untuk bertindak laku bukan insting tetapi didorong untuk mencari rasa aman, perlindungan, bebas dari ketakutan dunia yang mengancam.

- **Neurotic needs**

Untuk merespon pengasuhan orang tua yang menimbulkan basic anxiety, anak-anak/individu mengembangkan sejumlah strategi perilaku sebagai cara untuk mengatasi rasa tak berdaya dan tidak aman.

Bila strategi perilaku laku tersebut menjadi bagian yang tetap/konstan dari kepribadian, maka disebut dengan **neurotic needs** → jalan/cara untuk melawan kecemasan.

- Contoh neurotic need: afeksi, prestasi, self-sufficiency.

- **Horney Vs Freud:**

1. Pengalaman masa kecil penting tapi individu mempunyai kebebasan untuk mengubah masa depan.
2. Bukan ketidaksadaran yang penting, tapi situasi.
3. Gangguan mental karena hubungan interpersonal/sosial
4. Kepribadian lebih dibentuk oleh budaya daripada biologis
5. Menolak tahap perkembangan psikoseksual