



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00201807462, 28 Maret 2018

Pencipta

Nama : **Prof. Dr. Dewie Tri Wijayati, M.Si**

Alamat : Sidosermo PDK 3 KAV .198 RT 003/RW 007 Kel. Sidosermo
Kecamatan Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur, 60239

Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Negeri Surabaya (UNESA)**

Alamat : Kampus Unesa Lidah Wetan Surabaya, Gedung Rektorat,
Kantor LPPM Lantai 6, Surabaya, Jawa Timur, 60213

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Buku**

Judul Ciptaan : **Pengembangan Kepribadian (Personality Development)**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 1 Januari 2009, di Surabaya

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000104143

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

ISBN 978-979-028-338-1

Pengembangan Kepribadian (Personality Development)



Dewie Tri Wijayati

PENGEMBANGAN KEPRIBADIAN (PERSONALITY DEVELOPMENT)

Dewie Tri Wijayati



Penerbit
Unesa University Press

Dewie Tri Wijayati

**PENGEMBANGAN KEPRIBADIAN
(PERSONALITY DEVELOPMENT)**

Dewie Tri Wijayati

**Penerbit : Unesa University Press - 2009
v, 154 hal., Illus, 21**

ISBN : 978-979-028-338-1

© 2009 - Unesa University Press

*Dilarang mengutip dan memperbanyak tanpa izin
tertulis dari Penerbit, sebagian atau seluruhnya
dalam bentuk apapun, baik cetak, fotoprint, mikrofilm
dan sebagainya.*

KATA PENGANTAR

Pembangunan pendidikan pada saat ini tidak hanya diharapkan menghasilkan manusia yang menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi. Lebih dari itu, proses pendidikan yang ada diharapkan juga mampu menumbuhkan kepribadian yang kuat dan berkarakter para peserta didiknya. Oleh karena itu, penulis memandang bahwa materi *personality development* yang disusun ini sebagai upaya untuk menjawab tantangan tersebut. Melalui materi tersebut, para mahasiswa dan pembaca pada umumnya mampu mengenal tentang konsep kepribadian serta bagaimana cara mengembangkan kepribadian yang dimiliki.

Bagian awal buku ini akan membahas mengenai konsep kepribadian, definisi kepribadian dan faktor-faktor pembentuk kepribadian. Selanjutnya untuk pemahaman yang lebih mendalam tentang kepribadian, pada bab II dibahas mengenai berbagai teori tentang kepribadian. Tiga teori utama disajikan, yaitu teori psikologi (psikoanalisis), teori behaviorisme dan teori humanistik. Setelah mengenai konsep dan teori kepribadian, buku ini membahas mengenai tipologi kepribadian dan perkembangannya pada bab III. Kemudian untuk mengembangkan kepribadian, bab IV akan menyajikan pembahasannya. Buku ini diakhiri dengan berbagai teknik atau cara untuk mengembangkan dan membentuk kepribadian unggul.

Semoga buku ini dapat menjadi inspirasi dan bermanfaat bagi semua pembaca.

Surabaya, 2009

Penulis

Daftar Isi

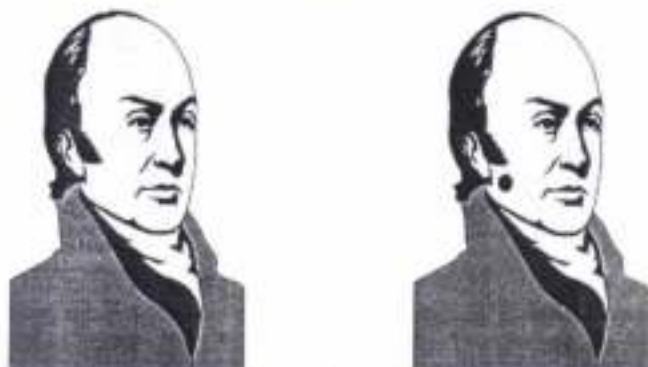
	Halaman
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
BAB I KONSEP KEPRIBADIAN (<i>PERSONALITY</i>)	1
1.1 Pendahuluan	1
1.2 Pengertian Kepribadian	2
1.3 Antara Watak dan Kepribadian	5
1.4 Faktor Pembentuk Kepribadian	6
BAB II TEORI KEPRIBADIAN	10
2.1 Sejarah Teori Kepribadian	10
2.2 Teori Kepribadian	13
BAB III TIPOLOGI KEPRIBADIAN DAN PERKEMBANGANNYA	41
3.1 Tipologi Kepribadian	41
3.2 Perkembangan Kepribadian	69
BAB IV PENGEMBANGAN KEPRIBADIAN	75
4.1 Pendahuluan	75
4.2 Pengenalan Diri	75
4.3 Membangun Konsep Diri	78
4.4 Etika Diri	88
4.5 Membangun Percaya Diri	100
4.6 Membangun Harga Diri	109
4.7 Membangun Kecerdasan	112
4.8 Mengelola Waktu	122
BAB V MEMBENTUK PRIBADI YANG UNGGUL	129
5.1 Membangun Karakter Profesional	129
5.2 Pribadi yang Menyenangkan : Mencari Banyak Teman	139
5.3 Pribadi yang Bertanggung Jawab	144
DAFTAR BACAAN	153

Bab I

Konsep Kepribadian (*Personality*)

1.1 Pendahuluan

Tak ada manusia di dunia ini yang benar-benar kembar. Bisa jadi dalam istilah kedokteran ada kembar siam atau pun kembar-kembar lain, yang menunjukkan dua bayi yang lahir dalam keadaan kembar secara fisik. Kelahiran kembar tersebut secara umum ditandai dengan samanya waktu lahir dan ciri-ciri umum fisiknya. Terdapat keyakinan dalam masyarakat kita bahwa anak yang lahir kembar tersebut akan memiliki watak dan perilaku yang mirip (kembar). Namun demikian, bagi dunia medis sendiri mengakui bahwa secara utuh tidak ada dua manusia yang benar-benar kembar, khususnya dari sisi fisik. Pastilah ada perbedaan, meski dia lahir dalam keadaan kembar. Terlebih lagi kembar kepribadiannya, tentu sangat tidak mungkin.



Perhatikan : Ada perbedaan dalam dua gambar tersebut di atas.

Manusia selalu memiliki keunikan atau kekhasaan yang dapat dibedakan. Dua orang bisa sama-sama mempunyai sifat pemberani,

Menurut Horton :

Kepribadian adalah keseluruhan sikap, perasaan, ekspresi dan temperamen seseorang. Sikap perasaan ekspresi dan temperamen itu akan terwujud dalam tindakan seseorang jika di hadapan pada situasi tertentu. Setiap orang mempunyai kecenderungan perilaku yang baku, atau pola dan konsisten, sehingga menjadi ciri khas pribadinya.

Menurut Schever Dan Lamm :

Kepribadian sebagai keseluruhan pola sikap, kebutuhan, ciri-ciri kas dan perilaku seseorang. Pola berarti sesuatu yang sudah menjadi standar atau baku, sehingga kalau di katakan pola sikap, maka sikap itu sudah baku berlaku terus menerus secara konsisten dalam menghadapi situasi yang di hadapi.

Di dalam Psikologi, definisi kepribadian yang paling sering disebut adalah definisi yang dikemukakan oleh Gordon W. Allport. Psikolog yang meraih gelar doktor dari Harvard University dalam usia 24 tahun ini merangkum 49 definisi kepribadian dari berbagai sumber dan mengusulkan definisi yang cukup komprehensif. Mula-mula (tahun 1937) ia mendefinisikan kepribadian sebagai "organisasi dinamis sistem psikofisik dalam diri individu yang menentukan penyesuaian yang unik terhadap lingkungan."

Tahun 1961 ia merevisi dengan mengubah frase terakhir menjadi "yang menentukan karakteristik perilaku dan pikirannya." Jadi, kepribadian adalah organisasi dinamis sistem psikofisik dalam diri individu yang menentukan karakteristik perilaku dan pikirannya. Seperti yang dikisahkan Feist & Feist, Allport memilih tiap frase dalam definisinya secara hati-hati, sehingga benar-benar menyatakan apa yang ingin ia katakan.

Istilah "organisasi dinamis" menunjukkan suatu integrasi atau saling keterkaitan dari berbagai aspek kepribadian. Kepribadian merupakan sesuatu yang terorganisasi dan terpol. Bagaimanapun, kepribadian bukan suatu organisasi yang statis; melainkan secara teratur tumbuh dan mengalami perubahan.

Istilah "psikofisik" menekankan pentingnya aspek psikologis dan fisik dari kepribadian. Kata "menentukan" dalam definisi

kepribadian menunjukkan bahwa kepribadian "merupakan sesuatu dan melakukan sesuatu". Kepribadian bukanlah topeng yang secara tetap dikenakan seseorang; dan juga bukan perilaku sederhana. Kepribadian menunjuk orang di balik permukaannya; atau organisme di balik tindakannya.

Dengan kata "karakteristik" Allport ingin menunjukkan sesuatu yang unik atau individual. Kepribadian seseorang bersifat unik, tidak dapat diduplikasi (ditiru) oleh siapa pun. Kata "perilaku dan pikiran" secara sederhana menunjuk pada sesuatu yang dilakukan oleh seseorang, baik perilaku internal (pikiran-pikiran) maupun perilaku-perilaku eksternal seperti berkata-kata atau tindakan.

Berdasarkan penjelasan Allport tersebut kita dapat melihat bahwa kepribadian sebagai suatu organisasi (berbagai aspek psikis dan fisik) merupakan suatu struktur dan sekaligus proses. Jadi, kepribadian merupakan sesuatu yang dapat berubah. Secara eksplisit Allport menyebutkan, kepribadian secara teratur tumbuh dan mengalami perubahan.

1.3 Antara Watak dan Kepribadian

Kata watak sering kali digunakan untuk memberi penafsiran kepada benda-benda maupun kepada sifat manusia, seringkali orang mendengar kata watak suatu benda misalnya pemandangan, lukisan rumah dan sebagainya. Selain itu, kata watak sering dikenakan manusia yang mempunyai arti rangkap yaitu:

1. Kata watak yang dipakai dalam arti normatif dan
2. Kata watak yang dipakai dalam arti deskriptif.

Kata watak dipakai dalam arti normatif, dengan mempergunakan kata watak tersebut orang bermaksud mengenakan norma-norma kepada orang yang sedang diperbincangkan. Dalam hubungan dengan hal ini orang dikatakan mempunyai watak kalau sikap, tingkah laku dan perbuatannya di pandang dari segi norma-norma sosial adalah tidak baik. Misalnya saja seringkali terdengar pernyataan-pernyataan seperti: "Dia memang cukup pintar, tetapi sayang tiada berwatak". Otaknya sih bukan main tanjamnya, tetapi dia tak punya watak" dan sebagainya.

Di dalam kepustakaan yang berbahasa Inggris banyak sekali ahli-ahli yang membuat perbedaan secara eksplisit mengenai kedua arti kata watak tersebut. Diantara Para ahli yang berbuat demikian itu adalah Woodworth dan Marquis, dan yang lebih jelas lagi adalah Allport yang menyatakan bahwa "*Character is personality evaluated, and personality is character devaluated*". Allport beranggapan bahwa watak (*character*) dan kepribadian (*personality*) adalah satu dan sama, akan tetapi di pandang dari segi yang berlainan, kalau orang bermaksud hendak mengenakan norma-norma, atau mengadakan penilaian, maka lebih tepat di pergunakan istilah "watak" dan kalau orang tidak memberikan penilaian, hanya menggambarkan apa adanya, maka dipakai istilah "kepribadian". Kiranya pendapat seperti ini yang dirumuskan oleh Allport tersebut baik sekali untuk diikuti, demi kejelasan persoalan yang kita hadapi.

1.4 Faktor Pembentuk Kepribadian

Kepribadian dapat terbentuk karena dua faktor utama, yaitu faktor biologis dan lingkungan.

a. Faktor Biologis

Individu lahir ke permukaan bumi dengan kelengkapan jasmaninya, mulai dari anggota tubuh sampai kepada proses-proses hayati. Dan juga didukung oleh kesempurnaan berpikir, kesempurnaan bereaksi secara emosional, mempunyai rasa harga diri, kemauan dan lain-lain sebagainya, hal ini sangat erat sekali dengan kondisi dan faktor biologis. Lebih jauh kebelakang lagi, faktor biologis ini tidak dapat dilepaskan dari kondisi prenatal yang dijalani individu sebelum lahir.

Karena proses-proses hayati tadi setelah individu atau seorang manusia dilahirkan atau ada di permukaan bumi ini maka pasti akan mengalami perubahan dan perkembangan, oleh karenanya pula kepribadian individu atau manusia itupun akan mengalami perubahan dan perkembangan. Perubahan-perubahan itu dapat kita lihat dari reaksi emosional, perubahan sikap, dan seterusnya., hal ini juga tidak dapat dilepaskan dari perubahan dan perkembangan kerja kelenjar-kelenjar, peredaran darah, pencernaan makanan, dan seterusnya.



Manusia secara individu yang telah mengalami cacat jasmaniah dan cacat mental sejak lahir, rasa harga diri, reaksi emosional, sikap dan lain-lain sebagainya, pasti akan berbeda dengan manusia atau individu yang keadaan jasmaniahnya sempurna. Tetapi semuanya itu belum berarti secara penuh bagi proses pembentukan kepribadian dari manusia atau individu itu sendiri, sebelum manusia atau individu itu mendapat pengaruh dari faktor lingkungan.

Sebagai contoh, misalnya ayah John adalah seseorang yang tidak suka banyak berbicara dan suka berdiam diri, maka sifat itu tanpa di sadari di miliki juga oleh anaknya Edwin.

b. Faktor Lingkungan

Pada proses pembentukan kepribadian lingkungan sangat berpengaruh. Lingkungan tersebut antara lain :

1. lingkungan sosial

Lingkungan sosial yang pertama dan yang terutama dikenal individu sejak lahir yaitu keluarga. Sosialisasi yang dialami individu secara intensif berlangsung dalam keluarga. Pengaruh sosialisasi dan inkulturasi yang berasal dari keluarga, sangat besar bagi pembentukan dan perkembangan kepribadian individu seperti

kebiasaan-kebiasaan, baik positif maupun yang negatif, yang berlangsung lama dan terbuka dalam lingkungan keluarga, hal ini dapat tertanam secara kuat pada kepribadian seseorang. Keluarga sebagai bentuk lingkungan sosial, juga dapat mempengaruhi kepribadian manusia atau individu yang apat dilihat dari besar kecilnya keluarga, keharmonisan keluarga, perlakuan ayah ibu terhadap seorang anak, hal ini sangat mempengaruhi pembentukan dari manusia atau individu seorang anak. Oleh karenanya dalam menanamkan disiplin, nilai, norma, kebiasaan dasar, pengaruh keluarga sangat besar peranannya.

Lingkungan sosial berikutnya yang mempengaruhi adalah teman sepermainan. Lingkungan sosial ini terdiri dari anak-anak yang sebaya dan individu ini akan memperluas pengetahuan dan pengalamannya. Pada proses sosialisasi dan inkulturasi yang terjadi dalam lingkungan, sepermainan, seperti faktor bahasa sebagai komunikasi sangat penting. Melalui penggunaan bahasa ini, individu akan menuju kearah kesadaran akan dirinya sendiri. Jadi berdasarkan uraian diatas, maka dapat dikatakan tidak ada dua orang yang kepribadiannya sama.

2. lingkungan budaya dan alam

Disini manusia mendapatkan kepribadian berasal dari budaya daerah sekitar mereka lahir. Hal ini dikarenakan tempat dimana mereka lahir yang menjadikan suatu kepribadian secara langsung. Sehingga akhirnya mereka tumbuh dan berkembang di lingkungannya.

Dua faktor tersebut saling berkaitan dan berinteraksi. Oleh karenanya perlu diperhatikan beberapa hal berikut :

1. Meskipun faktor genetik (biologis) mempunyai peran penting terhadap perkembangan kepribadian, faktor non-genetik tetap mempunyai peranan bagi variasi kepribadian.
2. Meskipun faktor genetik (biologis) merupakan hal yang penting dalam mempengaruhi lingkungan, faktor non-genetik adalah faktor yang paling bertanggungjawab akan perbedaan lingkungan pada orang-orang.
3. Pengalaman-pengalaman dalam keluarga adalah hal yang penting meskipun lingkungan keluarga berbeda bagi setiap anak

sehubungan dengan jenis kelamin anak, urutan kelahiran, atau kejadian unik dalam kehidupan keluarga pada tiap anak.

4. Meski terdapat kontribusi genetik yang kuat terhadap trait kepribadian, tidak berarti bahwa trait itu tetap atau tidak dapat dipengaruhi oleh lingkungan.

LATIHAN !!

1. Bandingkan dua pendapat/definisi tentang kepribadian !
2. Sebutkan faktor-faktor yang menentukan terbentuknya kepribadian! Dan berikan contohnya !
3. Jelaskan antara watak dan kepribadian !
4. Sebutkan unsur-unsur kepribadian Menurut Hornell Harta !
5. Jelaskan fenomena kenakalan remaja yang terjadi di lingkungan lokalisi !

Bab II

Teori Kepribadian

2.1 Sejarah Teori Kepribadian

Usaha-usaha untuk menyusun teori dalam psikologi kepribadian ini seperti telah diuraikan dimuka telah sejak lama dilakukan oleh orang-orang hasil-hasil dari usaha-usaha tersebut ada yang nilai ilmiahnya masih dari jauh memadai, dan karenanya dapat disebut usaha-usaha yang masih bersifat prailmiah, dan ada yang menilai ilmiahnya sudah lebih memadai.



A. Usaha-usaha yang masih bersifat prailmiah

Diantara usaha-usaha tersebut antara lain

1. Chirologi atau ilmu gurat-gurat tangan

Dasar pikiran dari pada pengetahuan ini ialah kenyataan bahwa gurat-gurat tangan orang itu tidak ada yang sama satu sama lain,mcamnya adalah sebanyak orangnya. Jika sekiranya orang dapat mengenal perbedaan-perbedaan serta sifat-sifat khusus

gurat-gurat tangan tersebut, maka dia akan mengenal perbedaan-perbedaan serta sifat-sifat khas orangnya.

2. Astrologi atau ilmu perbintangan

Dasar pemikiran dari pada pengetahuan ini ialah adanya pengaruh kosmis terhadap manusia. Pada waktu seseorang dilahirkan dia ada didalam posisi tertentu terhadap benda-benda angkasa, jika sekiranya kita dapat mengenal perbedaan-perbedaan mengenai soal ini dia juga akan dapat mengenal perbedaan-perbedaan serta sifat-sifat khas orangnya.

3. Grafologi atau ilmu tentang tulisan tangan

Tentang sejarah pengetahuan ini tidak ada kesatuan pendapat diantara para ahli. Umumnya orang berpendapat bahwa pengetahuan ini adalah hasil abad XIX, namun ada juga bukti-bukti yang menunjukan bahwa setelah itu telah ada juga orang yang memper-hatikannya, misalnya Cammilo Baldo (Italia, 1622)

Karangan dalam lapangan ini besar yang berasal dari abad XIX ialah: *Systeme de Graphologie* hasil karya Abbe Michon, yang kemudian dilanjutkan dan disempurnakan oleh Crepiaux Jamin dalam *A B C de la graphologie*.

Dasar pikiran grafologi itu ialah demikian: Segala gerakan yang dilakukan oleh manusia itu merupakan ekspresi daripada kehidupan jiwanya; jadi juga gerakan menulis – dan selanjutnya tulisan sebagai hasil gerakan menulis itu- merupakan bentuk ekspresi kehidupan jiwa. Kalau kiranya orang dapat mengetahui keadaan khusus tulisan seseorang dengan baik, berarti dia juga dapat mengenal keadaan khusus kepribadian si penulisnya. Dalam menganalisis tulisan tangan itu hal-hal yang diperhatikan antara lain:

- a. apakah tulisan tetap lurus ataukah naik atau menurun,
- b. condong atau tegaknya tulisan,
- c. besar kecilnya huruf,
- d. jarak tulisan dengan garis yang satu ke garis lainnya,
- e. tumpul runcingnya tulisan,
- f. tebal-tipisnya tulisan,
- g. tetap dan tidaknya ukuran tulisan,
- h. jarak tulisan dari tepi, dan sebagainya.

Hal-hal tersebut diatas dianalisis, dicari sifat-sifatnya yang khas, dan dengan jalan demikian orang mencoba menarik kesimpulan mengenai kepribadian penulisnya

4. Phisiognomi atau ilmu tentang wajah

Pengetahuan ini berusaha memahami kepribadian atas dasar keadaan wajahnya. Dasar pikiran untuk mengusahakan pengetahuan ini ialah keyakinan bahwa ada hubungan antara keadaan wajah dan kepribadiannya. Hal hal yang tampak pada wajah dapat dipergunakan untuk membuat interpretasi mengenai apa yang terkandung dalam jiwa.

Orang yang mengusahakan secara luas pengetahuan ini dan mempergunakannya secara baik adalah: Johann Casper Lavater(1741-1801), seorang pendeta di Zurich. Karya Lavater dalam lapangan ini adalah: *Physiognomische Fragmente zur Beforderung der Menschenkenntniss und Menschenliebe*. Dalam buku tersebut dia menerangkan antara lain:

- a) keadaan dahi dan kening adalah petunjuk untuk mengerti kecerdasan seseorang,
- b) hidung dan pipi adalah bagian yang dapat memberikan tanda mengetahui atau kasarnya perasaan seseorang.
- c) mulut dan dagu dapat memberikan petunjuk tentang nafsu makan, nafsu minum dan sebagainya,
- d) mata adalah bagian yang mencerminkan seluruh kehidupan jiwa.

5. Phrenologi atau ilmu tentang tengkorak

Pengetahuan ini bermaksud memahami kepribadian atas dasar keadaan. Usaha ini telah dipersiapkan oleh Laverter dan mencapai bentuknya pada Frans Joseph gall (1758-1828), seorang dokter bangsa jermanyang bersama-sama dengan G.Spurzheim (1776-1823) mengarang buku mengenai anatomi dan fisiologi otak, yang merupakan karya penting pada zamannya.

Dasar pemikiran ajaran mereka itu ialah tiap-tiap fungsi atau kecakapan itu masing-masing mempunyai pusatnya di otak.

6. Onychologi atau ilmu tentang kuku

Onychologi berusaha memahami kepribadian seseorang atas dasar keadaan kukunya. Kuku di ujung jari itu mempunyai

hubungan erat dengan susunan syaraf dengan cabang-cabangnya yang terhalus berujung dipucuk-pucuk jari. Warna serta bentuk kuku dapat dipakai sebagai landasan untuk mengenal kepribadian orangnya.

2.2 Teori Kepribadian

Kalau orang mengadakan orientasi dalam lapangan psikologi kepribadian ini, maka akan nyata bahwa yang dijumpai bukanlah satu teori saja, bukanlah satu psikologi kepribadian, melainkan bermacam-macam teori, bermacam-macam psikologi kepribadian. Karena itu untuk mendapatkan ikhtisar, kiranya perlu untuk dicoba untuk mengemukakan penggolongan-penggolongan psikologi kepribadian yang telah ada sampai dewasa ini.



Ada bermacam-macam kategori yang dapat dipergunakan untuk penggolongan golongan itu, antara lain seperti yang tersebut sebagai berikut :

1. Atas dasar jalan yang ditempuh atau metode yang dipergunakan dalam menyusun suatu teori psikologi kepribadian itu, dapat dibedakan menjadi 2 macam, yaitu:
 - a. Teori-teori yang disusun atas dasar pemikiran spekulatif, seperti misalnya teori-teori Plato, Kant, ahli-ahli dari aliran Neo-kantianisme, Bahnsen, Queyrat, Malapert, dan lain-lainnya lagi,

yaitu teori-teori yang disusun terutama oleh para ahli para filsafat.

- b. Teori-teori yang disusun atas dasar data-data dari hasil penyelidikan empiris atau eksperimental, seperti teori-teori Heymas, Freud dan lain-lain teori yang telah dikembangkan pada abad ini.

2. Atas dasar komponen kepribadian yang dipakai sebagai landasan atau tolak dalam penyusunan perumusan-perumusan teoritis dapat kita temukan adanya :

- a. Teori-teori konstitusional, seperti misalnya teori-teori mazhab Italia, mazhab Prancis, Kretschmer, Sheldon, dan lain-lain.
- b. Teori-teori temperament, seperti misalnya teori-teori Kant, Meumann, Enselhans dan lain-lain.
- c. Teori-teori ketidak sadaran, seperti misalnya teori-teori Freud, Jung
- d. Teori-teori faktor, seperti misalnya teori-teori Eysenck, Cattell dan lain-lain.
- e. Teori-teori kebudayaan, seperti misalnya Spranger.

3. Kecuali yang telah di kemukakan diatas itu ada satu dasar penggolong golongan yang kiranya sangat berguna yaitu penggolongan atas dasar cara pendekatan (approach). Atas dasar cara pendekatan ini dapat dibedakan adanya 2 kelompok teori-teori, yaitu:

- a. Teori-teori yang mempunyai cara pendekatan tipologis, seperti misalnya teori-teori Plato, Hipocrates-Galenus Enselhans dan ahli-ahli yang modern seperti misalnya Heymans dan Ewald.
- b. Teori-teori yang mempunyai cara pendekatan pensifatan, seperti misalnya teori-teori Klages, Allport dan lain-lain.

Demikian banyaknya kategorisasi teori kepribadian. Paling tidak terdapat tiga teori utama (dan berpengaruh) dalam perkembangan teori kepribadian. Teori-teori tersebut dikelompokkan dalam teori *psikologis* (psikoanalisis), teori *behaviorisme* dan teori *humanistik*.

A. Teori Psikoanalisa : Sigmund Freud

Menurut Sigmund Freud, perilaku manusia itu ditentukan oleh kekuatan irrasional yang tidak disadari dari dorongan biologis dan dorongan naluri psikoseksual tertentu pada masa enam tahun pertama dalam kehidupannya. Pandangan ini menunjukkan bahwa aliran teori Freud tentang sifat manusia pada dasarnya adalah deterministik. Freud memberikan indikasi bahwa tantangan terbesar yang dihadapi manusia adalah bagaimana mengendalikan dorongan agresif itu. Bagi Sigmund Freud, rasa resah dan cemas seseorang itu ada hubungannya dengan kenyataan bahwa mereka tahu umat manusia itu akan punah.

Sedangkan menurut Gerald Corey yang mengutip perkataan Kovel, bahwa dengan tertumpu pada dialektika antara sadar dan tidak sadar, determinisme yang telah dinyatakan pada aliran Freud luluh. Lebih jauh Kovel menyatakan bahwa jalan pikiran itu adalah ditentukan, tetapi tidak linier. Ajaran psikoanalisis menyatakan bahwa perilaku seseorang itu lebih rumit dari pada apa yang dibayangkan pada orang tersebut.

Dalam teori psikoanalitik, ada 3 struktur kepribadian manusia, antara lain :

- 1) **Id** adalah komponen kepribadian yang berisi impuls agresif dan libinal, dimana sistem kerjanya dengan prinsip kesenangan "*pleasure principle*".
- 2) **Ego** adalah bagian kepribadian yang bertugas sebagai pelaksana, dimana sistem kerjanya pada dunia luar untuk menilai realita dan berhubungan dengan dunia dalam untuk mengatur dorongan-dorongan **id** agar tidak melanggar nilai-nilai **superego**.
- 3) **Superego** adalah bagian moral dari kepribadian manusia, karena ia merupakan filter dari sensor baik- buruk, salah- benar, boleh- tidak sesuatu yang dilakukan oleh dorongan **ego**.

Menurut Gerald Corey menyatakan dalam perspektif aliran Freud ortodoks, manusia dilihat sebagai sistem energi, dimana dinamika kepribadian itu terdiri dari cara-cara untuk mendistribusikan energi psikis kepada **id**, **ego** dan **super ego**, tetapi energi tersebut terbatas, maka satu diantara tiga sistem itu

memegang kontrol atas energi yang ada, dengan mengorbankan dua sistem lainnya, jadi kepribadian manusia itu sangat ditentukan oleh energi psikis yang menggerakkan.

Menurut *Calvil S. Hall dan Lindzey*, dalam psikodinamika masing-masing bagian dari kepribadian total mempunyai fungsi, sifat, komponen, prinsip kerja dinamika dan mekanisme tersendiri, namun semuanya berinteraksi begitu erat satu sama lainnya, sehingga tidak mungkin dipisahkan. *Id* bagian tertua dari aparatur mental dan merupakan komponen terpenting sepanjang hidup. *Id* dan instink-instink lainnya mencerminkan tujuan sejati kehidupan organisme individual. Jadi *Id* merupakan pihak dominan dalam kemitraan struktur kepribadian manusia.

Menurut *S. Hall dan Lindzey*, cara kerja masing-masing struktur dalam pembentukan kepribadian adalah:

1. apabila rasa *id*-nya menguasai sebahagian besar energi psikis itu, maka pribadinya akan bertindak primitif, implusif dan agresif dan ia akan mengubur impuls-impuls primitifnya,
2. apabila rasa *ego*-nya menguasai sebagian besar energi psikis itu, maka pribadinya bertindak dengan cara-cara yang realistik, logis, dan rasional,
3. apabila rasa *super ego*-nya menguasai sebagian besar energi psikis itu, maka pribadinya akan bertindak pada hal-hal yang bersifat moralitas, mengejar hal-hal yang sempurna yang kadang-kadang irrasional.

Jadi untuk lebih jelasnya sistem kerja ketiga struktur kepribadian manusia tersebut adalah:

1. *Id* merupakan sistem kepribadian yang orisinil, dimana ketika manusia itu dilahirkan ia hanya memiliki *Id* saja, karena ia merupakan sumber utama dari energi psikis dan tempat timbulnya instink. *Id* tidak memiliki organisasi, buta, dan banyak tuntutan dengan selalu memaksakan kehendaknya. Seperti yang ditegaskan oleh A. Supratika, bahwa aktivitas *Id* dikendalikan oleh prinsip kenikmatan dan proses primer.
2. *Ego* mengadakan kontak dengan dunia realitas yang ada di luar dirinya. Di sini *ego* berperan sebagai "eksekutif" yang memerintah, mengatur dan mengendalikan kepribadian,

sehingga prosesnya persis seperti "polisi lalu lintas" yang selalu mengontrol jalannya id, super- ego dan dunia luar. Ia bertindak sebagai penengah antara instink dengan dunia di sekelilingnya. Ego ini muncul disebabkan oleh kebutuhan-kebutuhan dari suatu organisme, seperti manusia lapar butuh makan. Jadi lapar adalah kerja id dan yang memutuskan untuk mencari dan mendapatkan serta melaksanakan itu adalah kerja ego.

3. **superego** adalah yang memegang keadilan atau sebagai filter dari kedua sistem kepribadian, sehingga tahu benar-salah, baik-buruk, boleh-tidak dan sebagainya. Di sini superego bertindak sebagai sesuatu yang ideal, yang sesuai dengan norma-norma moral masyarakat.



Dari caranya memandang manusia sebagai suatu system energi yang kompleks, bisa diketahui bahwa pemikiran freud dipengaruhi oleh filsafat yang deterministik dan positivistik yang mendominasi ilmu pengetahuan abad-19, terutama dalam hal ini bidang fisika dan fisiologi. Menurut keyakinan freud yang juga menjadi keyakinan para ilmuwan bidang fisika dan fisiologi pada waktu itu, energi yang terdapat pada manusia yang digunakan untuk berbagai aktifitas seperti bernafas, kontraksi otot, mengingat, mengamati, dan berfikir berasal dari sumber yang sama yakni makanan yang dikonsumsi individu. Dalam hal ini freud

menambahkan bahwa energi manusia itu bisa di bedakan hanya dari penggunaannya, yakni untuk aktifitas fisik di sebut energi fisik, dan energi yang digunakan untuk aktivitas psikis disebut energi psikis. Dari sini juga bisa diketahui bahwa freud telah menerapkan hukum kelangsungan energi (*conservation of energi*) yang berasal dari fisika pada manusia. Menurut hukum kelangsungan energi, energi bisa diubah dari suatu keadaan atau bentuk ke keadaan yang lain, tetapi tidak akan hilang dari system kosmik secara keseluruhan. Berdasarkan hukum ini Freud mengajukan gagasan bahwa energi fisik bisa diubah menjadi energi psikis, dan sebaliknya.

Yang menjembatani energi fisik dengan kepribadian adalah id dengan naluri-nalurnya. Dalam konsep Freud, naluri atau instink adalah representasi psikologis bawaan dari eksitasi (keadaan tegang dan merangsang) pada tubuh yang diakibatkan oleh munculnya kebutuhan tubuh.

Menurut Freud naluri akan menghimpun sejumlah energi psikis apabila sesuatu kebutuhan muncul, dan pada gilirannya naluri ini akan menekan atau mendorong individu untuk bertindak kearah pemuasan kebutuhan yang nantinya bisa mengurangi tegangan yang di timbulkan oleh energi psikis ini. Contohnya : apabila tubuh membutuhkan makan, maka energi psikis akan terhimpun dalam naluri lapar yang mendorong dan menggerakkan individu untuk bertindak memuaskan kebutuhan akan makanan.

Dari sini bisa diperoleh gambaran bahwa pada naluri terdapat empat unsure, yakni

- Sumber
- Upaya
- Objek
- Dorongan

Freud juga menyebutkan bahwa naluri adalah kuantum dari energi psikis. Seluruh naluri menghimpun secara bersama jumlah keseluruhan dari energi psikis yang bisa digunakan oleh kepribadian. Sebagaimana telah disebutkan diatas, ID adalah penyedia energi dan kawasan permukiman naluri-naluri.

Freud berpendapat bahwa naluri-naluri yang terdapat pada manusia bisa dibedakan kedalam dua macam, yaitu:

- Naluri-naluri kehidupan (*life instincts*)

Yang dimaksud dengan naluri kehidupan adalah naluri yang ditujukan pada pemeliharaan ego (*the conservation of the individual*) dan pemeliharaan kelangsungan jenis (*the conservation of the species*). Dengan kata lain, naluri kehidupan adalah naluri yang ditujukan kepada pemeliharaan kehidupan manusia sebagai individu maupun sebagai species. Contohnya: lapar, haus, seks, dll.

- Naluri-naluri kematian (*death instincts*)

Yang dimaksud dengan naluri kematian (naluri merusak) adalah naluri yang ditujukan kepada perusakan atau penghancuran atas apa yang telah ada. Freud menambahkan bahwa ada dua jenis naluri yang bertolak belakang ini relevan dengan dua proses pada taraf biologis dari setiap organisme, yakni proses pembentukan dan proses penghancuran. Contoh proses ini adalah proses anabolisme dan proses katabolisme dalam sel-sel setiap organisme. Freud selanjutnya menyatakan bahwa naluri kematian itu pada individu bisa ditujukan kepada dua arah, yakni kepada dirinya sendiri dan kepada orang lain atau keluar diri. Naluri kematian yang diarahkan pada diri sendiri tampil dalam tindakan bunuh diri atau tindakan *masokis* (tindakan menyakiti diri sendiri), sedangkan naluri kematian yang diarahkan keluar atau kepada orang lain menyatakan diri dalam bentuk tindakan membunuh, menganiaya atau menghancurkan orang lain.

Pada mulanya *id* adalah penguasa tunggal atas seluruh energi atas seluruh energi psikis yang ada, dan menggunakan energi yang dimiliki ini untuk tindakan refleksi dan proses primer dalam upaya memuaskan berbagai kebutuhan energi psikis yang terdapat pada *id* ini bersifat mudah dialihkan arahnya ke lain objek.

Sebagaimana telah disinggung diatas *id* tidak memiliki kemampuan membedakan antara objek-objek yang ada dalam pikiran atau bayangan, dengan objek-objek yang ada pada kenyataan. Bagaimana pun oleh karena objek yang ada dalam pikiran itu tidak akan memuaskan kebutuhan, sedangkan kebutuhan-kebutuhan pada diri individu selalu mendesak untuk

19

menyebabkan timbulnya stimulus-stimulus tertentu yang dihadapinya, dalam hal ini stimulus yang mengancam atau membahayakan individu biasanya menunjukkan reaksi kekuatan, lebih-lebih apabila stimulus-stimulus tersebut tidak bisa diatasi atau sulit dikendalikan. Dan apabila stimulus yang membahayakan itu terus-menerus mengantui atau mengancam individu ini akan mengalami kecemasan.

Freud membagi tiga jenis kecemasan, yakni:

- Kecemasan riel

Yang dimaksud kecemasan riel adalah kecemasan atau ketakutan individu terhadap bahaya- bahaya nyata yang berasal dari dunia luar (api, binatang buas, orang jahat, hukuman)

- Kecemasan *neurotic*

Yang dimaksud kecemasan *neurotic* adalah kecemasan atas tidak terkendalinya naluri-naluri primitive oleh ego yang nantinya bisa mendatangkan hukuman.

Sungguhpun sumbernya berasal dari diri, kecemasan *neurotic* pada dasarnya berlandaskan kenyataan, sebab hukuman yang ditakutkan oleh ego individu berasal dari luar.

- Kecemasan moral

Kecemasan moral adalah kecemasan yang timbul akibat tekanan superego atas ego individu berhubung individu telah atau sedang melakukan tindakan yang melanggar moral.

Kecemasan moral ini menyatakan diri dalam bentuk rasa bersalah atau perasaan berdosa.

Freud mengartikan mekanisme pertahanan ego sebagai strategi yang digunakan individu untuk mencegah kemunculan terbuka dari dorongan-dorongan *id* maupun untuk menghadapi tekanan superego, dengan tujuan agar kecemasan bisa dikurangi atau diredakan. Menurut Freud, mekanisme pertahanan ego itu adalah mekanisme yang rumit dan banyak macamnya. Berikut ini tujuh macam mekanisme pertahanan ego yang menurut Freud umum dijumpai.

dipuaskan, maka individu didorong untuk mampu membedakan antara dunia dalam pikiran dan dunia luar atau kenyataan. Artinya, dia harus belajar membedakan antara pikiran atau bayangan tentang suatu objek yang tidak hadir, dengan pengamatan terhadap suatu objek dimana objek tersebut ada atau hadir dalam kenyataan.

Selanjutnya, berdasarkan identifikasi itu, ego memperoleh wewenang untuk memiliki dan menggunakan energi psikis tidak hanya untuk proses sekunder dalam rangka pemuas kebutuhan-kebutuhan, tetapi juga untuk proses-proses psikologis lain yang meliputi :

- Proses mengamati
- Proses mengingat
- Proses membedakan
- Proses memutuskan
- Proses mengabstraksi
- Proses menggeneralisasi
- Proses berfikir

Sejumlah energi psikis yang berasal dari id itu sendiri, yakni menghalangi atau mencegah agar id tidak memunculkan naluri-naluri irasional dan destruktif. Kekuatan penyegahan ini disebut *antiteksis*, yang merupakan kebalikan dari pemusatan energi psikis pada suatu ingatan atau tindakan *kateksis*. Apabila id terlalu kuat dan berbalik menekan ego, maka ego akan membentuk pertahanan. Mekanisme semacam ini sebagaimana yang akan kita lihat, juga dibentuk dan digunakan oleh ego untuk menghadapi tekanan dari superego. Energi ego juga bisa disalurkan atau digunakan untuk membentuk kateksis objek baru. Sungguhpun kateksis ego ini tidak bisa secara langsung memuaskan kebutuhan, tetapi selalu berkaitan dengan objek-objek yang dituju oleh naluri atau kebutuhan. Tugas lain yang paling pokok yang harus dijalankan oleh ego adalah mengintegrasikan system-sistem kepribadian. Jadi ego disini berperan sebagai eksekutif kepribadian. Tujuan dari fungsi integratif ego ini tidak lain adalah menciptakan harmoni dalam kepribadian, yang memungkinkan ego itu sendiri mampu melakukan transaksi dengan dunia luar dengan lebih baik dan

a. Represi

Represi adalah mekanisme yang dilakukan ego untuk meredakan kecemasan dengan jalan menekan dorongan-dorongan atau keinginan-keinginan yang menjadi penyebab kecemasan tersebut ke alam sadar. Contoh: seorang yang bermimpi, salah ucap

b. Sublimasi

Sublimasi adalah mekanisme pertahanan ego yang ditujukan untuk mencegah dan atau meredakan kecemasan dengan cara mengubah dan menyesuaikan dorongan primitive id yang menjadi penyebab kecemasan ke dalam bentuk tingkah laku yang bisa diterima dan bahkan diharagai oleh masyarakat. Contoh : seorang yang mengalami kecemasan karena dorongan agresi yang kuat, kemudian bekerja menjadi tukang jagal.

c. Proyeksi

Proyeksi adalah pengalihan dorongan, sikap, atau tingkah laku yang menimbulkan kecemasan kepada orang lain. Contoh: seorang siswa yang malas dan kemudian tidak lulus ujian mengatakan kepada orang tuanya, bahwa dia tidak lulus bukan karena malas tetapi karena guru yang sentiment kepadanya.

d. Displacement

Displacement adalah pengungkapan dorongan yang menimbulkan kecemasan kepada objek atau individu yang kurang berbahaya atau kurang mengancam dibanding dengan objek atau individu semula. Contoh: seorang siswa yang dihukum oleh gurunya, kemudian melampiaskan keinginannya untuk melakukan pembalasan dengan merusak perabotan sekolahnya.

e. Rasionalisasi

Rasionalisme menunjuk kepada upaya individu menyelewengkan atau memutarbalikan kenyataan, dalam hal ini kenyataan yang mengancam ego, melalui dalih atau alasan tertentu yang seakan-akan masuk akal., sehingga kenyataan tersebut tidak lagi mengancam ego individu yang bersangkutan. Contoh: seorang pemuda berniat mendekati seorang gadis cantik yang menarik hatinya. Tetapi karena takut ditolak si pemuda pemuda mengurungkan niatnya itu. Dan ketika dia ditanya oleh temanya kenapa dia tidak mendekati gadis tersebut, si pemuda

memberikan alasan bahwa si gadis tersebut sesungguhnya tidak menarik.

f. Reaksi farmasi

Kadang-kadang ego individu bisa mengendalikan dorongan-dorongan primitive agar tidak muncul sambil secara sadar mengungkapkan tingkah laku sebaliknya. Mekanisme pertahanan ego semacam ini disebut reaksi foramsi. Contoh: seorang ibu membenci anaknya, tetapi oleh karena kebencian terhadap anak itu merupakan sikap tercela, dan karenanya membuat si ibu merasa berdosa dan kecemasan, maka ibu kemudian mengungkapkan sikap sebaliknya, yakni menyayangi anaknya secara berlebihan.

g. Regresi

Regresi adalah suatu mekanisme di mana individu untuk menghindarkan diri dari kenyataan yang mengancam, kembali kepada taraf perkembangan yang lebih rendah serta bertingkah laku seperti ketika dia berada dalam taraf yang lebih rendah itu. Contoh: seorang gadis yang merasa cemas ditinggalkan pacarnya kemudian betingkah laku kekanak-kanakan.

Teori psikoanalisa mengenai perkembangan kepribadian berlandaskan dua premis, yaitu:

- 1) premis bahwa kepribadian individu dibentuk oleh berbagai jenis pengalaman masa kanak-kanak awal.
- 2) energi seksual ada sejak lahir, dan kemudian berkembang melalui serangkaian tahapan psikoseksual yang bersumber pada proses-proses naluriah organisme.

Freud menegaskan bahwa manusia terdapat empat fase atau tahapan perkembangan psikoseksual yang kesemuanya menentukan bagi pembentukan kepribadian, dan masing-masing fase berkaitan dengan daerah erogen tertentu.

- Fase oral

Fase oral adalah fase perkembangan yang berlangsung pada tahun pertama dari kehidupan individu.

- Fase anal

Fase anal adalah fase perkembangan yang berlangsung pada tahun ketiga dari kehidupan.

- Fase falik
Fase falik adalah fase perkembangan yang berlangsung pada tahun keempat atau kelima.
- Fase genital
Fase genital adalah fase perkembangan yang berlangsung pada masa pubertas.

Freud menegaskan bahwa konsep-konsep psikoanalisa berlandaskan pada observasi-observasi klinis yang kaya, dan oleh karenanya tidak memerlukan pemeriksaan eksperimental yang berdiri sendiri. Diantara mereka banyak yang percaya bahwa metode yang layak dipakai untuk memeriksa atau menguji hipotesis-hipotesis psikoanalisa hanyalah wawancara klinis, yakni percakapan- percakapan pasien dalam jangka panjang. Dengan demikian, sumber bukti yang utama untuk menentukan kebenaran konsep-konsep psikoanalisa sampai sekarang adalah kumpulan rekonstruksi sejarah hidup pasien.

Observasi klinis dan *cash history* yang merupakan metode-metode yang utama bagi pengembangan dan pengujian konsep-konsep psikoanalisa ternyata mengandung beberapa kekurangan. Yang pertama, adalah fakta bahwa metode tersebut menjadikan para psikoanalisa mengabaikan upaya-upaya objektif.



Silverman mengajukan beberapa kesulitan utama dari penggunaan data klinis sebagai landasan untuk mendukung teori psikoanalisa.

- Laporan analisa biasanya tidak dilengkapi dengan material klinis kata demi kata yang berguna bagi peneliti untuk menguji dasar-dasar dari kesimpulan-kesimpulan yang dibuatnya.
- Material semacam itu jarang mengacu kepada prosedur penaksiran yang dapat disalin atau di ulang.
- Kurang memperhatikan pemeriksaan dalam pengumpulan dan evaluasi data, yang mutlak untuk memperkecil efek-efek simpangan.

Dalam pembahasan berikut akan diungkapkan beberapa penelitian yang dilakukan dalam rangka menguji validitas konsep-konsep psikoanalisa.

- ✓ Penelitian mengenai represi
- ✓ Kompleks kastrasi dalam mimpi
- ✓ Humor dan tertawa
- ✓ Pemilihan anak laki-laki versus anak perempuan

B. Toeri Behaviorisme : B.F Skinner

Behaviorisme adalah sebuah aliran dalam psikologi yang didirikan oleh Jhon B. Watson pada tahun 1913. sama halnya dengan Psikoanalisme. Behaviorisme juga merupakan aliran yang revolusioner kuat dan berpengaruh serta memiliki akar sejarah yang cukup dalam.

Dalam hal ini kita akan membahas teori kepribadian behaviorisme dengan menampilkan B.F Skinner dengan sejumlah gagasan pokoknya dengan alasan bahwa skinner adalah seorang tokoh behaviorisme yang paling produktif mengungkapkan gagasan dan penelitian, paling berpengaruh serta paling berani dan tegas dalam menjawab tantangan dan kritik-kritik atas behaviorisme.

Sebagian besar ahli Psikologi, terutama dalam hal ini psikologi kepribadian dapat dibedakan berdasarkan dua perspektif : (1) Yang berkomitmen pada studi atas perbedaan dan kerumitan individu dan (2) Yang mengungkapkan pada konstitusi-konstitusi hipotesis

untuk mempelajari variasi-variasi dan kompleksitas tingkah laku manusia. Selanjutnya Skinner juga menegaskan bahwa teori-teori tentang tingkah laku manusia sering memberikan ketentraman yang keliru kepada para ahli psikologi mengenai pengetahuan mereka bilamana dalam kenyataannya mereka tidak mengalami korban antara tingkah laku yang muncul dengan peristiwa yang terjadi (antesenden-antesenden) dilingkungannya.



1) Tentang Otonomi Manusia

Menurut Skinner mekanisme-mekanisme mentalistik dan intrapsikis itu bersumber pada pemikiran animisme dalam diri manusia memiliki otonomi atau kemandirian dalam bertindak laku. Bagi Skinner manusia otonom hanyalah suatu konsep untuk meneruskan sesuatu yang belum mampu kita terangkan dengan cara lain. Keberadaan "manusia otonom" itu tergantung pada pengetahuan kita dan dengan sendirinya akan kehilangan status dan tidak diperlukan lagi apabila kita telah mengetahui lebih banyak tentang tingkah laku. Kalaupun konsep-konsep yang mentalistik itu hendak dipakai untuk menerangkan tingkah laku, konsep-konsep tersebut harus dapat diterjemahkan kedalam pengertian yang relevan dengan operasi-operasi eksperimental yang melibatkan penyelidikan dan pengukuran.

2) Penolakan atas Penguraian Psikologis-Genetik

Menurut Skinner bahkan meskipun bisa dilihat bahwa sejumlah aspek tingkah laku berkaitan dengan waktu kelahiran, tipe tubuh atau konstitusi genetik. Fakta tersebut terbatas kegunaannya. Keterangan Fisiologis-genetik itu boleh jadi membantu kita dalam analisis eksperimental atau pengendalian praktis. Sebab kondisi fisiologis-genetik itu tidak bisa di manipulasi. Jadi sesungguhnya Skinner tidak menolak adanya unsur-unsur fisiologis-genetika (ketubuhan dan keturunan) dalam tingkah laku, melainkan mengabaikannya disebabkan unsur-unsur tersebut tidak bisa dimanipulasi atau dikendalikan dalam eksperimen.

3) Psikologi sebagai Ilmu Pengetahuan Tingkah Laku

Dengan tegas Skinner menegaskan anggapan bahwa manusia adalah makhluk yang bebas berkehendak atau anggapan bahwa tingkah laku bisa muncul tanpa sebab. Manusia dengan sistem-sistemnya adalah mesin yang rumit. Bagi Skinner Ilmu Pengetahuan tentang tingkah laku manusia yakni psikologi. Pada dasarnya tidak berbeda dengan ilmu pengetahuan lainnya yang berorientasi kepada data. Tujuan ilmu-ilmu pengetahuan itu sama yakni meramalkan dan mengendalikan fenomena yang dipelajari (dalam psikologi Skinner, fenomena yang dipelajari itu adalah tingkah laku tampak).

4. Kepribadian menurut Perspektif Behaviorisme

Sebagaimana telah kita ketahui, Skinner tidak menerima gagasan mengenai kepribadian (*Personality*) atau diri (*self*). Sebagai pendorong atau pengaruh tingkah laku. Dari perspektif behaviorisme Skinner. Studi tentang kepribadian melibatkan pengujian yang sistematis dan pasti atas sejarah hidup atau pengalaman belajar dan latar belakang genetik atau faktor bawaan yang khas dari individu. Menurut Skinner, individu adalah organisme yang memperoleh perbendaharaan tingkah lakunya melalui belajar.

5. Penerapan Dunia Sebagai Kotak Skinner

Beberapa penerapan dari gagasan-gagasan muthakhir Skinner akan diuraikan disini tetapi terbatas pada beberapa aspek

menggariskan bahwa bagaimana kebudayaan dengan lembaga-lembaga sosial bisa secara sadar dirancang menurut prinsip-prinsip behaviorisme.

Seluruh masalah utama yang dihadapi dunia modern dunia modern dewasa ini adalah menyangkut tingkah laku manusia, ledakan penduduk, perlombaan senjata, polusi lingkungan, kemiskinan, kriminalitas, bencana kelaparan, dan penyakit kesemuanya dan ditentukan oleh tindakan dan atau tinggal diamnya manusia. Untuk mengatasi masalah-masalah tersebut manusia tidak bisa mengandakan hanya fisik atau kimia yang dibutuhkan adalah teknologi tingkah laku (*teknologi behavior*). Untuk memperoleh permohonan mengenai tingkah laku manusia, menurut Skinner kita harus melihat kata faktor penyebab yang sesungguhnya yakni lingkungan teknologi tingkah laku hanya akan lahir apabila kita mengesampingkan konsep tentang manusia otonom.

1. Kebebasan

Dalam kenyataan Skinner melihat bahwa perjuangan kita yang kesudahan untuk sebagai akibat dari keinginan kita untuk bebasmelainkan lebih merupakan suatu kecenderungan tingkah laku untuk menghindari atau lari dari kondisi-kondisi atau stimulus-stimulus. Lingkaran yang tidak menyenangkan literatur kebebasan menyebut pengendalian-pengendalian tingkah laku itu berupa pemerintahan agama-agama yang di organisasi sistem ekonomi, sistem pendidikan formal, dan keluarga. Untuk membuat kita terbebas dari hal-hal yang tidak menyenangkan atau menyakitkan, kita tidak perlu lari atau menyerang lingkungan kita kita.

2. Kemuliaan

Konsep mengenai kemuliaan manusia (*human dignity*) adalah menyangkut pemeliharaan martabat dan kehormatan manusia. Penganut konsep ini menurut Skenner menentang kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi tingkah laku sebab mereka dihambat oleh ilusi mengenai tanggung jawab dan kemuliaan manusia otonom itu. Karenanya kemuliaan menghambat kemajuan manusia.

3. Hukuman

Sistem hukuman bukan hanya karena hukuman itu berasal konsep yang keliru mengenai tingkah laku manusia, tapi juga menurutnya hukuman itu kebanyakan tidak efektif. Menurut Skinner salah satu tugas kita yang utama adalah membuat kehidupan kurang dari hukuman dengan merancang masyarakat yang tidak perlu menggunakan hukuman sebagai pengendalian tingkah laku para anggota.

4. Alternatif dari hukuman

Alternatif-alternatif lain itu menurut Skinner, antara lain *permissiveness*, bimbingan dan metode "mengubah pikiran". *Permissiveness* atau kebijakan membiarkan adalah cara yang tidak efektif disebabkan kebijakan semacam ini meninggalkan aspek-aspek lain dari pengendalian lingkungan metode mengubah pikiran juga tidak memadai dan salah arah sebab menurut Skinner tujuan yang sesungguhnya harus dicapai adalah mengubah tingkah laku.

5. Nilai-nilai

Memutuskan atau menilai sesuatu hal sebagai baik atau buruk mengandung arti mengklasifikasi suatu hal tersebut kedalam rangka efek-efek memperkuatnya. Tegasnya, sesuatu yang baik adalah sesuatu yang memperkuat secara positif, sedangkan sesuatu itu dikatakan buruk apabila memperkuat secara negatif. Yang dimaksud secara Skinner dengan istilah memperkuat secara positif dan memperkuat secara negatif itu adalah menunjang - tidak menunjang suatu hal atas kelangsungan dan perkembangan umat manusia.

C. Teori Humanistik : Abraham Maslow

Dalam psikologi terdapat tiga revolusi yang mempengaruhi pemikiran personologis modern. Revolusi pertama adalah psikoanalisa, yang menghadirkan manusia sebagai bentukan dari naluri-naluri dan konflik-konflik. Konsepsi manusia yang suram ini, sebagaimana telah kita ketahui, muncul dari kegiatan terapi dan studi atas individu-individu yang mengalami gangguan, dimana Freud

dengan psikoanalisisnya menekankan bahwa tingkah laku manusia itu dikendalikan oleh kekuatan-kekuatan tak sadar dan irasional. Revolusi yang kedua, behaviorisme, mencirikan manusia sebagai korban yang fleksibel, pasif, dan penurut terhadap stimulus lingkungan, atau sebagai bidak dari ketentuan lingkungan sebagaimana diikhtisarkan oleh Skinner, behaviorisme menekankan kesamaan esensial manusia dengan hewan, dan menitikberatkan belajar sebagai ikhtisar utama untuk menerangkan tingkah laku manusia. Kemudian muncul revolusi yang ketiga, psikologi humanistik. Psikologi humanistik ini adalah sebuah "gerakan" yang muncul dengan gambaran manusia dari psikoanalisis maupun behaviorisme, yakni berupa gambaran manusia sebagai makhluk yang bebas dan bermartabat serta selalu bergerak ke arah pengungkapan segenap potensi yang dimilikinya apabila lingkungan memungkinkan.

Sebagaimana telah kita ketahui, yang menjadi bapak atau pemimpin spiritual dari psikologi humanistik itu adalah Abraham Maslow. Dalam bab ini Maslow, dengan beberapa gagasannya yang utama, akan dihadirkan sebagai representasi dari kepribadian humanistik. Disamping karena kepemimpinannya, Maslow dihadirkan karena teorinya yang komprehensif, dan sangat jelas mencerminkan orientasi humanistik memiliki pengaruh yang besar terhadap pemikiran modern mengenai tingkah laku manusia.



1. Aktualisasi Diri Sebagai Corak Hidup Yang Ideal

Bagi siapa saja yang tertarik kepada psikologi humanistik, khususnya kepada teori kepribadian humanistik Maslow, pencapaian aktualisasi diri merupakan penggambaran yang optimistis dari corak kehidupan yang ideal. Dalam bagian tulisan ini akan diuraikan 15 ciri dari orang yang *self-actualized*, dengan harapan bisa memberi petunjuk bagaimana keadaan pribadi yang bisa mencapai taraf yang ideal itu. Dan tentu saja keadaan psikologis yang sehat yang menandai aktualisasi diri, serta taraf aktualisasi diri itu sendiri, tidak bisa dicapai dengan mudah hanya dengan mengikuti petunjuk-petunjuk dari buku atau anjuran-anjuran dari para ahli. Sebagaimana yang telah kita ketahui, pencapaian aktualisasi diri itu memerlukan banyak syarat yang tidak mudah untuk memenuhinya.

Maslow sendiri menyebutkan bahwa syarat yang paling pertama dan utama bagi pencapaian aktualisasi diri itu adalah terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan dasar dengan baik. Bagaimanapun, di lain pihak, pengetahuan mengenai ciri-ciri orang yang *self-actualized*, menurut Maslow, tetap memiliki arti penting, yakni sebagai patokan atau standar untuk mengukur kemajuan diri, sekaligus sebagai standar untuk perbaikan diri.

a. Mengamati realitas secara efisien

Barangkali ciri yang paling menonjol yang terdapat pada orang-orang yang *self-actualized* itu adalah kemampuannya untuk mengamati realitas dengan cermat dan efisien, melihat realitas apa adanya tanpa dicampuri oleh keinginan-keinginan atau harapan-harapannya. Karena memiliki kemampuan mengamati secara efisien, maka orang-orang yang *self-actualized* itu bisa menemukan kebohongan, kepalsuan, dan kecurangan pada diri orang lain dengan mudah. Maslow mencatat bahwa kemampuan mengamati secara efisien ini juga meliputi pengamatan terhadap bidang-bidang kehidupan lain seperti seni, musik, ilmu pengetahuan, politik, dan filsafat. Dan dalam suatu survey tak resmi, Maslow juga menemukan bahwa orang-orang yang *self-actualized* umumnya mampu meramalkan kejadian-kejadian yang akan datang dengan tepat.

Selain tidak dipengaruhi oleh keinginan-keinginan, pengamatan orang-orang yang *self-actualized* itu juga tidak dipengaruhi oleh kecemasan-kecemasan, prasangka-prasangka, atau optimisme dan pesimisme yang keliru. Maslow menyebut pengamatan yang demikian dengan istilah *being cognition*. Juga berkat kemampuan mengamatinya yang efisien, mereka bisa mentoleransi ambiguitas dan ketidaktentuan dengan lebih baik daripada orang lain pada umumnya.

b. Penerimaan atas diri sendiri, orang lain, dan kodrat

Orang-orang yang *self-actualized* menaruh hormat kepada dirinya sendiri dan kepada orang lain, serta mampu menerima kodrat dan segala kekurangan dan kelemahannya serta tawakal. Selain itu, mereka juga bebas dari perasaan berdosa yang berlebihan, perasaan malu yang tak beralasan, dan dari perasaan cemas yang melemahkan.

Penerimaan diri juga dicerminkan oleh tahap fisiologisnya. Orang-orang yang *self-actualized* pada umumnya memiliki cita rasa, makan dan tidur yang baik, serta menyukai kehidupan seksualnya tanpa hambatan yang tak perlu. Proses-proses biologis (kehamilan, menstruasi, menjadi tua) mereka terima sebagai bagian dari kodrat.

c. Spontan, sederhana, dan wajar

Tingkah laku orang-orang yang *self-actualized* adalah spontan, sederhana, tidak dibuat-buat atau wajar, tidak terikat. Spontanitas, kesederhanaan, dan kewajaran dan tingkah laku orang-orang yang *self-actualized* bersumber dari dalam pribadinya, dan bukan sesuatu yang hanya nampak di permukaan. Sebagai akibat atau tepatnya hubungan timbal balik dari sifat ini adalah bahwa orang-orang yang *self-actualized* memiliki kode etik yang relative otonom dan individual.

Menurut Maslow, orang-orang yang *self-actualized* juga bersedia mengikuti upacara-upacara, adat atau kebiasaan-kebiasaan yang berlaku di masyarakatnya, sejauh kesemuanya itu tidak menghambat tugas-tugas atau pekerjaan yang vital dan penting bagi mereka. Juga mereka akan mematuhi aturan-

aturan atau ketentuan-ketentuan sejauh aturan-aturan tersebut bisa melindungi diri mereka sendiri dan sesamanya dari kesakitan dan ketidakadilan. Dan bagaimanapun, mereka adalah orang-orang yang hidup dan bekerja dalam kerangka acuan yang luas, melampaui batas-batas aturan dan ketentuan lingkungannya.

d. Terpusat pada masalah

Tanpa kecuali, Maslow menemukan bahwa subjek-subjeknya adalah orang-orang yang selalu terlibat secara mendalam pada tugas, pekerjaan, atau misi yang mereka pandang penting. Ini bukan berarti mereka egosentris, melainkan lebih berarti bahwa mereka berorientasi pada masalah melampaui kebutuhan-kebutuhan mereka sendiri. Dedikasi terhadap tugas atau pekerjaan merupakan bagian dari misi hidup mereka. Mereka hidup untuk bekerja bukan bekerja untuk hidup. Maslow mencatat bahwa pekerjaan yang dilaksanakan oleh orang-orang yang *self-actualized* adalah pekerjaan non personal atau tidak ditujukan untuk kepentingan pribadi.

Orang-orang yang *self-actualized* juga memperhatikan masalah-masalah filsafat dan etika secara mendalam. Perhatiannya terhadap masalah-masalah filsafat dan etika ini menjadikan orang-orang yang *self-actualized* hidup dalam kerangka acuan yang seluas-luasnya, kurang dirisaukan oleh hal-hal yang remeh dan tak berarti.

e. Pemisahan diri dan kebutuhan privasi

Kebutuhan privasi pada orang-orang yang *self-actualized* lebih besar daripada kebutuhan privasi kebanyakan orang. Dalam pergaulan social mereka sering dianggap memisahkan diri, hati-hati, sombong, dan dingin. Ini disebabkan orang-orang yang *self-actualized* tidak membutuhkan orang lain dalam kaca mata persahabatan, biasa dan mereka sepenuhnya percaya atas potensi-potensi dan otonomi yang mereka miliki.

Pemisahan diri dan kebutuhan privasi juga berkaitan dengan aspek tingkah laku yang lainnya, yakni kemampuan memusatkan pikiran atau konsentrasi. Menurut Maslow, orang-

orang yang *self-actualized* memiliki kemampuan berkunsenirasi lebih kuat daripada rata-rata orang. Dan pada mereka konsentrasi yang kuat ini akan menghasilkan gejala-gejala seperti pelupa, kemampuan merupakan hal-hal di luar masalah yang sedang dihadapinya. Dari sinilah lahirnya kesan hati-hati, sombong, dan dingin pada orang-orang yang *self-actualized*.

f. Kemandirian dari kebudayaan dan lingkungan

Orang-orang yang *self-actualized* tidak menggantungkan kepuasan-kepuasaanya yang utama kepada lingkungan dan kepada orang lain. Kemandirian dari lingkungan ini bisa dilihat pada para mahasiswa yang *self-actualized*. Mereka bisa belajar dimana saja, sebab mereka memilih potensi dan percaya pada keutamaan potensi yng dimilikinya itu. Kemandirian dari lingkungan juga berarti kemantapan yang relatif terhadap pukulan-pukulan, guncangan-guncangan, atau frustasi-frustasi. Orang-orang yang *self-actualized* mampu mempertahankan ketenangan jiwanya di tengah-tengah keadaan yang bisa mendorong orang lain untuk bunuh diri.

Kemandirian orang-orang yang *self-actualized* menjadikan mereka memiliki kadar arah diri yang tinggi. Mereka memandang diri sebagai agen yang merdeka, aktif, bertanggung jawab, dan sebagai agen yang mendisiplinkan diri dalam menentukan nasibnya sendiri. mereka cukup kuat akan lupa akan opini orang lain, dan karenanya mereka cenderung menghindari diri dari penghormatan, status, prestise, dan popularitas.

g. Kesegaran dan apresiasi

Maslow menemukan bahwa para subyeknya menunjukkan kesanggupan untuk menghargai bahkan terhadap hal-hal yang biasa sekalipun. Mereka, menurut Maslow, menghargai hal-hal yang pokok dalam kehidupan dengan rasa kagum, gembira, dan bahkan heran, meski bagi orang lain hal itu membosankan. Pendek kata, bagi orang-orang *self-actualized* kehidupan yang rutin akan tetap merupakan fenomena baru yang mereka hadapi dengan "keharuan", kesegaran dan apresiasi.

Ada perbedaan bagi para subjek Maslow menyangkut objek-objek yang mereka pandang indah, mengharukan, dan menggembirakan. Sejumlah subjek terutama tertarik dan terharu oleh anak-anak, sedangkan yang lainnya memandang alam dan karya-karya seni sebagai penimbul pesona, tetapi dari objek-objek yang berbeda itu para subjek memperoleh berkah yang sama, yakni ilham dan kekuatan.

h. Pengalaman puncak dan mistik

Maslow mengamati bahwa orang-orang yang *self-actualized* umumnya memiliki apa yang ia sebut pengalaman puncak (peak experience) atau pengalaman mistik (mistic experience). Pengalaman puncak menunjuk kepada momen-momen dari perasaan yang mendalam dan meningginya tegangan seperti yang dihasilkan oleh relaksasi dan orgasme seksual.

Maslow menegaskan bahwa pengalaman puncak tidak perlu berupa pengalaman keagamaan atau pengalaman spiritual, sebab pengalaman puncak itu bisa dialami para subjeknya melalui buku, musik, dan kegiatan-kegiatan intelektual

i. Minat social

Meskipun orang-orang *self-actualized* kadang-kadang merasa terganggu, sedih, dan marah oleh cacat atau kekurangan umat manusia, mereka mengalami ikatan perasaan yang mendalam dengan sesamanya. Konsekuensinya mereka memiliki hasrat yang tulus untuk membantu memperbaiki sesamanya. Sikap memelihara (nurturance attitude) ini oleh Maslow dianalogikan dengan sikap seseorang terhadap saudaranya. Bagi orang-orang *self-actualized*, bagaimanapun cacat atau bodohnya, manusia adalah sesame yang selalu mengundang simpati dan persaudaraan.

j. Hubungan antarpribadi

Orang-orang yang *self-actualized* cenderung menciptakan hubungan antarpribadi yang lebih mendalam. Mereka cenderung membangun hubungan yang dekat dengan

orang-orang yang memiliki kesamaan karakter, kesanggupan, dan bakat, dan biasanya lingkup persahabatan mereka relative kecil.

Maslow selanjutnya menyatakan bahwa para subjeknya tabu untuk minta dikagumi, mencari pengikut atau pengabdian. Dan apabila mereka dipaksa masuk ke dalam pergaulan yang menyulitkan, mereka akan tetap tenang sambil berusaha untuk menghindari sebisanya. Hal ini tidak berarti mereka memiliki diskriminasi sosial. Dalam kenyataannya mereka dapat bersifat kasar apabila menghadapi orang yang sombong dan munafik.

k. Berkarakter demokratis

Maslow mengatakan bahwa orang-orang yang *self-actualized* memiliki karakter demokratis dalam pengertiannya yang terbaik. Karena mereka bebas dari prasangka, maka mereka cenderung menaruh hormat kepada semua orang. Lebih dari itu mereka mau belajar dengan siapa saja tanpa memandang derajat, pendidikan, usia, ras, ataupun keyakinan-keyakinan politik. Mereka tidak pernah berusaha merendahkan, mengurangi arti, atau merusak martabat orang lain, sekalipun terhadap penjahat. Pada saat yang sama mereka juga memiliki penilaian mengenai benar-salah dan baik-buruk yang tegas mengenai tingkah laku sesamanya.

l. Perbedaan antara cara dan tujuan

Dalam kehidupan sehari-harinya subjek-subjek Maslow adalah orang-orang yang kurang menunjukkan kekacauan, ketidakkonsistenan, dan konflik-konflik dalam benar-salah, baik-buruk, sebab mereka memiliki standar moral dan etis yang tegas meskipun di antara mereka terdapat orang yang kolot dan beragama.

Maslow mengemukakan bahwa para subjeknya juga memiliki kemampuan membedakan antara cara dan tujuan, dan mereka umumnya terpusat pada tujuan. Mereka, menurut Maslow, memiliki kecenderungan secara mutlak menilai tindakan demi tindakan itu sendiri, dan demi tindakan itu mereka sering dapat menikmati perjalanan ke suatu tujuan maupun tibanya di

tujuan itu. Orang-orang *self-actualized* bisa menjadikan suatu kegiatan yang paling kecil dan rutin menjadi kegiatan atau tindakan yang menyenangkan.

m. Rasa humor yang filosofis

Ciri lain yang umum terdapat pada orang-orang *self-actualized*, menurut Maslow, adalah memiliki rasa humor yang filosofis (*sense phylosophycal humor*). Sementara kebanyakan orang menyukai humor yang kelucuannya bertolak dari kelemahan dan penderitaan orang lain dengan tujuan untuk mengejek atau menertawakan orang lain, dengan rasa humornya yang filosofis orang-orang yang *self-actualized* menyukai humor yang mengekspresikan kritik atas kebodohan, kelancungan, atau kecurangan manusia. Humor filosofis itu lebih memancing senyum ketimbang tertawa.

n. Kreativitas

Bagi Maslow bukan suatu kejutan apabila ia menemukan bahwa orang-orang yang dipelajarinya memiliki ciri kreatif. Maslow mengartikan kreativitas pada orang-orang *self-actualized* sebagai suatu bentuk tindakan yang asli, naif, dan spontan sebagaimana yang dijumpai pada anak-anak yang masih polos dan jujur.

Sungguhpun oleh orang-orang *self-actualized* kreativitas ini pada umumnya dimanifestasikan dalam kegiatan-kegiatan mereka di bidang seni atau ilmu pengetahuan, kreativitas, menurut Maslow, tidak harus selalu berupa penciptaan karya-karya seni, penulisan buku, atau penciptaan karya-karya ilmiah yang berat dan serius, tetapi bisa juga berupa penciptaan sesuatu yang sederhana.

o. Penolakan enkulturasi

Ciri yang terakhir dari orang-orang yang *self-actualized* ini menunjukkan bahwa mereka adalah orang-orang otonom yang bisa dan berani membuat keputusan-keputusan sendiri, bahkan meskipun keputusan-keputusannya itu berbeda atau bertentangan dengan pendapat umum. Penolakan terhadap enkulturasi bukan berarti itu adalah pembangkang wewenang

atau penggugat kebiasaan, melainkan lebih berarti bahwa mereka adalah orang-orang yang selalu berusaha mempertahankan pendirian-pendirian tertentu, dan tidak begitu terpengaruh oleh kebudayaan masyarakatnya. Menurut Maslow, subjek-subjeknya bisa menyesuaikan diri dengan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku di sekitarnya. Tetapi bagaimanapun, mereka akan menunjukkan diri yang independent dan tidak terikat secara ekstrem dalam hal-hal yang mendasar.

Dengan membaca ciri-ciri orang yang menurut Maslow mampu mempertahankan aktualisasi diri itu, tak mustahil dan memang banyak orang yang beranggapan bahwa orang-orang yang *self-actualized* adalah orang-orang yang super dan ajaib. Tetapi mereka juga tetap manusia yang tidak luput dari kekurangan, mereka bisa menjadi keras kepala, mudah tersinggung, merasa bosan, lekas marah, merasa bangga akan anak-anak, keluarga, dan teman-teman mereka sendiri. Mereka memiliki "kebekuan hati" bila dihadapkan dengan kesulitan-kesulitan pribadi. Bagaimanapun meski memiliki banyak kekurangan Maslow tetap mengingatkan kepada kita bahwa potensi manusia untuk tumbuh jauh lebih besar dari yang selama ini kita duga.

Psikologi Humanistik adalah sebuah gerakan yang muncul dengan menampilkan gambaran manusia sebagai makhluk yang bebas dan bermartabat serta selalu bergerak ke arah pengungkapan segenap potensi yang dimilikinya apabila lingkungan memungkinkan. Adalah hal yang mengada dalam dunia dan menyadari penuh akan keberadaannya, serta bertanggungjawab atas pilihan dan keberadaan itu. Oleh karena itu eksistensialisme menekankan bahwa manusia memiliki kebebasan dan bertanggung jawab bagi tindakan-tindakannya.

Psikologi humanistik mengajarkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Individu sebagai Keseluruhan yang Integral
Manusia atau individu harus dipelajari sebagai keseluruhan yang integral, khas, dan terorganisasi.
2. Ketidakrelevanan penyelidikan dengan Hewan
Maslow menegaskan bahwa penyelidikan dengan hewan tidak

relevan bagi upaya memahami tingkah laku manusia karena hal itu mengabaikan ciri yang khas manusia seperti adanya gagasan, nilai-nilai, rasa malu, cinta, semangat, humor, rasa seni, kecemburuan, dan sebagainya, yang dengan kesemua ciri yang dimilikinya itu manusia bias menciptakan pengetahuan, puisi, musik.

3. Pembawaan Baik Manusia

Pada dasarnya manusia itu baik atau tepatnya netral, kekuatan jahat atau merusak yang ada pada manusia itu adalah hasil dari lingkungan yang buruk dan bukan merupakan bawaan.

4. Potensi kreatif manusia

Yaitu kekuatan yang mengarahkan manusia kepada pengekspresian dirinya menjadi pembuat sepatu, pembuat rumah, pedagang, eksekutif perusahaan dan sebagainya.

5. Penekanan pada kesehatan Psikologi

Bahwa kita tidak akan bias memahami gangguan mental sebelum kita memahami kesehatan mental kita sendiri.

Teori yang menonjol dari Maslow adalah mengenai teori kebutuhan yang bertingkat, yaitu :

1) Kebutuhan – kebutuhan Fisiologis

Yaitu sekumpulan kebutuhan dasar yang paling mendesak pemuasannya karena berkaitan langsung dengan pemeliharaan biologis dan kelangsungan hidup, antara lain kebutuhan makan, minum, oksigen, dan sebagainya.

2) Kebutuhan Akan Rasa Aman

Adalah sesuatu kebutuhan yang mendorong individu untuk memperoleh ketenteraman, kepastian, dan keteraturan dari keadaan lingkungannya.

3) Kebutuhan Akan Cinta dan Rasa memiliki

Adalah suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan hubungan afektif atau ikatan emosional dengan individu lain, baik dengan sesama jenis maupun dengan berlainan jenis.

4) Kebutuhan Akan Rasa Harga Diri

Adalah penghormatan atau penghargaan pada diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Rasa harga diri yang sehat lebih

39

type seperti ini tidak hanya membutuhkan keterampilan, komunikasi, atau hubungan dengan orang lain, tetapi dia memiliki fisik yang kuat. Bidang karier yang cocok, yaitu perburuhan, pertanian, *barber shop*, dan konstruksi.

2) Tipe intelektual/*investigative*

Menyukai hal-hal yang teoritis dan konseptual, cenderung pemikir daripada pelaku tindakan, senang menganalisis, dan memahami sesuatu. Biasanya menghindari hubungan sosial yang akrab. Tipe ini cocok bekerja di laboratorium penelitian, seperti peneliti, ilmuwan, ahli matematika.

3) Tipe sosial

Senang membantu atau bekerja dengan orang lain. Dia menyenangkan kegiatan yang melibatkan kemampuan berkomunikasi dan ketrampilan berhubungan dengan orang lain, tetapi umumnya kurang dalam kemampuan mekanikal dan sains. Pekerjaan yang sesuai, yaitu guru/pengajar, konselor, pekerja sosial, *guide*, dan bartender.

4) Tipe konvensional

Menyukai pekerjaan yang terstruktur atau jelas urutannya, mengolah data dengan aturan tertentu. Pekerjaan yang sesuai, yaitu sekretaris, *teller*, *filing*, serta akuntan.

5) Tipe usaha/enterprising

Cenderung mempunyai kemampuan verbal atau komunikasi yang baik dan menggunakannya untuk memimpin orang lain, mengatur, mengarahkan, dan mempromosikan produk atau gagasan. Tipe ini sesuai bekerja sebagai *sales*, politikus, manajer, pengacara atau agensi iklan.

6) Tipe artistik

Cenderung ingin mengekspresikan dirinya, tidak menyukai struktur atau aturan, lebih menyukai tugas-tugas yang memungkinkan dia mengekspresikan diri. Karier yang sesuai, yaitu sebagai musisi, seniman, dekorator, penari, dan penulis.

43

- c. *Melankolik*, tipe melankolik adalah orang yang terobsesi dengan karya yang paling bagus, yang paling sempurna dan dia memang adalah seseorang yang mengerti estetika keindahan hidup ini. Perasaannya sangat kuat, sangat sensitif maka kita bisa menyimpulkan bahwa cukup banyak seniman yang memang berdarah melankolik. Kelemahan orang melankolik, ia mudah sekali dikuasai oleh perasaan dan cukup sering perasaan yang mendasari hidupnya sehari-hari adalah perasaan murung.
- d. *Kolerik*, seseorang yang kolerik adalah seseorang yang dikatakan berorientasi pada pekerjaan dan tugas, dia adalah seseorang yang mempunyai disiplin kerja yang sangat tinggi. Kelebihannya adalah dia bisa melaksanakan tugas dengan setia dan akan bertanggung jawab dengan tugas yang diembannya. Kelemahan orang yang berciri kolerik adalah kurangnya kemampuan untuk bisa merasakan perasaan orang lain (empati), belas kasihannya terhadap penderitaan orang lain juga agak minim, karena perasaannya kurang bermain.



Ahli lain, John L. Holland, seorang praktisi yang mempelajari hubungan antara kepribadian dan minat pekerjaan, mengemukakan

Manusia diciptakan Tuhan sebagai pribadi yang berbeda antar satu dengan yang lain, dengan ciri dan karakteristik yang berbeda-beda. Adapun macam – macam karakteristik kepribadian manusia secara umum antara lain :

a. Tipe Pekerja

Menggambarkan orang yang selalu mengejar kesempurnaan. Mereka biasanya memperhatikan segala sesuatu sampai sedetail-detailnya. Tidak mudah menyerah meskipun harus menanggung beban berat. Namun, Karena menuntut setiap orang juga harus sempurna, mereka cenderung mencari-cari kesalahan.

Untuk membebaskan diri dari obsesi kesempurnaan, maka perlu mempelajari konsep pertumbuhan. Tujuannya, agar sementara mengejar kesempurnaan mereka bisa tumbuh dan mendekati sempurna secara perlahan-lahan. Melalui proses pertumbuhan itu, seseorang bisa memperlakukan diri sendiri maupun orang disekitarnya dengan lebih baik.

b. Tipe Penolong

Yaitu orang yang sangat bersahabat, penuh perhatian, dan rela melayani sesama. Mereka selalu berusaha bekerja keras untuk berbuat baik kepada sesama. Namun, bila sampai dikecewakan atau dikritik lantaran terlalu mencampuri urusan orang lain, mereka akan marah. Bawah sadarnya dihantui ketakutan terbuang dari lingkungannya. Itulah sebabnya, mereka selalu berusaha agar hidupnya berarti bagi orang lain. Meskipun secara nyata tidak menuntut balas jasa, sebenarnya mereka mengharapkan perhatian atau setidaknya pengakuan atas apa yang mereka lakukan untuk orang lain.

Tipe orang seperti ini sebaiknya disadarkan bahwa membantu orang lain bisa dilakukan tanpa harus mengorbankan kepentingan diri. Dan harus ditanamkan pengertian, usaha mencapai tujuan harus dilakukan dengan caranya sendiri tanpa perlu memanipulasi pihak lain dengan bermacam – macam bantuan

c. Tipe Motivator

Orang tipe ini biasanya para *workaholic* yang sangat terobsesi dengan efisiensi. Mereka cenderung menentukan target yang sangat tinggi dan bekerja dengan sangat efisien guna mencapai sukses. Kalau perlu, tidak segan-segan mengesampingkan kepentingan keluarga dan bahkan kesehatannya.

Pribadi tipe ini sebaiknya memiliki standar untuk mengukur kapasitas kerja tanpa harus dihubungkan dengan tujuan, efisiensi, atau suatu kesuksesan.

d. Tipe Individualis

Yaitu orang yang selalu menempatkan keunikan diri, kreativitas, dan emosi pada tingkat yang paling tinggi. Karena melihat dirinya sebagai insan yang berbeda dengan orang lain, mereka tidak suka terhadap hal-hal yang bersifat biasa-biasa saja. Baginya setiap orang harus punya keunikan yang menonjol. Mereka terobsesi bekerja dengan caranya sendiri yang unik, sehingga lebih suka menutup pintu untuk kerja sama dengan orang lain. Orang seperti ini apabila diberi kebebasan akan cenderung soliter dan bahkan terisolasi dari lingkungan sekitar.

Pribadi tipe ini sebaiknya memanfaatkan keunikannya secara optimal dan harus bisa belajar menerima keragaman

e. Tipe Pemikir

Pribadi ini biasanya pintar, berpikir analitis, dan tegas dalam mengambil keputusan, namun miskin dalam pergaulan. Karena pribadi tipe ini hanya perhatian dengan bidangnya dan terobsesi untuk mengejar ilmu. Namun, meskipun intelektualitasnya tidak diragukan biasanya mereka malas bekerja.

Cara mengatasi kelemahan ini, mereka harus mengambil inisiatif tindakan nyata. Ini logis, untuk bisa mengetahui apa yang telah terjadi, seseorang harus terlibat didalamnya. Orang tipe ini perlu belajar mengambil inisiatif untuk mengenal, berinteraksi dengan orang lain, serta mampu mengendalikan emosi. Dengan demikian mereka menemukan kebijaksanaan dan kekuatan yang sebelumnya selalu dihindari.

45

Berpegang pada kebenaran yang diyakininya, mereka berjuang untuk memperbaiki ketidakadilan yang ada di lingkungannya. Di sisi lain kegigihannya menanamkan keadilan kepada pihak lain menutup telinganya sendiri untuk mendengarkan pendapat orang lain yang berbeda, yang berakibat akan terlibat dalam banyak konflik.

Agar tidak menjadi korban dari "jebakan" yang diciptakannya sendiri, mereka harus belajar memahami dan memiliki rasa kasih sayang terhadap sesama. Mereka yang menyadari kelemahannya sendiri justru secara alami akan menjadi kuat, tanpa harus menindas atau menakuti orang lain dengan kekuatan.

i. Tipe Cinta Damai

Tertlihat dari kepribadiannya yang tidak menyukai persaingan. Mereka selalu berusaha agar lingkungannya menjadi tenang dan damai. Namun, karena seringnya menghindari konflik, sikapnya menjadi *terlalu rendah hati* terhadap siapapun. Mereka tidak mampu mengutarakan pendapatnya secara jelas dan transparan. Akibatnya, orang lain sering tidak bisa menangkap maksudnya. Padahal perilaku tersebut justru akan memicu masalah.

Dengan pembawaan yang terlalu rendah hati, mereka merasa tidak terlalu berarti dan tidak penting bagi orang lain. Ketladaan rasa percaya diri yang kuat cenderung membuatnya mengharap orang lain untuk memotivasi dirinya.

Pribadi ini perlu didorong untuk menyadari bahwa dirinya manusia yang berharga. Mata hatinya harus terbuka ke dunia luar yang lebih luas. Selain itu juga perlu ditumbuhkan suatu keberanian menghadapi konflik. Dengan demikian mereka berani mengatakan apa yang diinginkan mesti terkadang menyebabkan timbulnya konflik.

Masih banyak lagi teori-teori tentang kepribadian, baik teori dari Edwar Spranger, Kurt Lewin, Carl Rogers, Jung, H.J. Eysenck, dll. Pada tahun 2004, Taylor Hartman mencoba membedakan

47

f. Tipe Loyalis

Orang dengan tipe ini umumnya bisa dipercaya, jujur, dan bertindak sesuai hukum dan norma yang berlaku. Pembawaannya cenderung hati-hati dan selalu cemas. Perasaan seperti ini terus terbawa dalam pekerjaan. Biasanya mereka dihantui ketakutan dan kecemasan, jangan-jangan berbuat kesalahan. Apabila kecemasan tersebut tidak terkontrol, biasanya mereka tidak mampu membuat keputusan atau berbuat sesuai kehendak.

Orang yang berkepribadian seperti ini perlu memiliki rasa percaya diri yang besar dalam lingkungannya. Jika bisa diyakinkan bahwa mereka memiliki relasi yang dapat dipercaya, pelan-pelan kecemasan itu akan hilang dan mereka mampu meraih prestasi yang lebih dari biasanya.

g. Tipe Entusiastis

Orang dengan tipe ini umumnya selalu bersikap optimis akan masa depan meskipun dalam kondisi yang sangat buruk. Mereka akan berusaha sebaik-baiknya untuk menghindari stress. Akan tetapi jika situasi semakin memburuk, dengan mudah mereka akan banting stir memilih pekerjaan lain yang dianggap lebih baik. Meskipun hidupnya tidak selalu berhasil, mereka sulit menerima kegagalan atau penderitaan.

Orang yang berkepribadian seperti ini perlu dilatih untuk bisa menerima penderitaan atau kegagalan, sehingga mereka tidak akan jatuh kedalam obsesi keberhasilan terus. Keberanian menghadapi tantangan perlu terus dipupuk.

h. Tipe Pemimpin

Orang yang berkepribadian seperti ini adalah orang yang dikaruniai kekuatan dan kemampuan mempengaruhi orang, namun cenderung tampil kejam terhadap dunia sekitarnya. Mereka tidak mau berkompromi dengan apa yang telah diyakininya. Jika memegang kekuasaan, bisa berbahaya karena cenderung otoriter.

Disatu sisi, mereka terobsesi oleh keadilan. Mereka membanggakan dirinya sebagai yang "empunya" keadilan.

46

kepribadian manusia dengan menggunakan kode warna, karena masih baru, teori Taylor Hartman ini sangat menarik untuk diulas.



Taylor Hartman (2004) membagi tipe kepribadian menurut empat aspek dominan didalam alam – api, tanah, air dan udara. Atas dasar ini kemudian ia membedakan empat tipe kepribadian orang menurut kode warna, yaitu tipe kepribadian merah, biru, putih dan kuning. Kepribadian merah merepresentasikan sifat-sifat api – memiliki semangat yang membara dalam kehidupan; kepribadian biru merepresentasikan sifat-sifat tanah – kuat dan teguh dalam pendirian; kepribadian putih merepresentasikan sifat-sifat dasar air – mengalir dan mengikuti arus; kepribadian kuning merepresentasikan sifat-sifat angin – bertiup kesana kemari. Masing-masing tipe kepribadian memiliki keunikan sendiri yang merupakan gabungan antara kekuatan dan kelemahan.

Kepribadian memang bersifat unik, sehingga tidak ada satu orangpun yang sama persis dengan orang yang lain, meski terlahir kembar satu telur. Memang ada jutaan variasi kepribadian, namun menurut Hartman (2004) kepribadian setiap orang dapat digolongkan menurut motif dasar, kebutuhan dan keinginan yang cenderung stabil sepanjang hayat. Di pandang dari sudut perbedaan motif dasar, kebutuhan dan keinginan maka setiap orang dapat digolongkan kedalam tipe kepribadian merah, biru, putih dan kuning. Penggolongan berdasarkan warna ini dengan maksud agar lebih mudah untuk diingat.

48

Seseorang akan dapat menemukan perbedaan-perbedaan motif dasar, kebutuhan dan keinginan diantara empat tipe kepribadian, yakni merah, biru, putih dan kuning.

Tipe-tipe kepribadian tersebut antara lain :

- 1) Kepribadian merah menjalani hidup dengan penuh kekuatan. Merah sangat berkomitmen pada tujuan dan bertekad untuk menyelesaikan apapun yang disodorkan kehidupan di hadapannya. Kepribadian merah begitu penuh tekad dan produktif sehingga keintiman diabaikan atau disangkal sebagai bukan hal penting.
- 2) Kehidupan adalah rangkaian komitmen bagi biru. Berkomitmen pada hubungan mungkin merupakan kekuatan biru yang terbesar. Biru senang bersama orang lain dan dengan sukarela mengorbankan keuntungan pribadi demi memiliki hubungan yang akrab. Biru memberi diri dengan murah hati dalam hubungan bernilai. Karena kesediaan untuk komit dalam hubungan, biru menjalin persahabatan mendalam yang seringkali berlangsung seumur hidup. Biru sangat bisa diandalkan dan memandang janji verbal sama mengikatnya seperti kontrak tertulis manapun, bangga akan kemampuan mempertahankan hubungan jangka panjang. Sifat mengagumkan ini memberi kredibilitas konsep bahwa biru biasanya menikmati hubungan yang jauh lebih kaya daripada tipe kepribadian manapun. Biru sepenuhnya setia pada orang. Biru tetap setia dalam masa senang dan susah. Ketika orang menyadari dalamnya komitmen biru, mudah dipahami mengapa cuaca baik dan buruk tidak banyak berdampak pada kesetiaan biru.
- 3) Biru dan putih sama-sama mampu sangat komit pada satu sama lain. Biru dan putih menghargai rasa aman dan menemukan hubungan dalam komitmen sebagai cara paling alamiah untuk menikmati hidup. Biru cenderung merasakan komitmen emosional yang mendalam pada orang, sementara putih merasa mudah menerima dan mencintai orang-orang yang dijumpai. Putih toleran dan menerima orang lain. Putih komit tanpa banyak ribut dalam hubungan.
- 4) Tidak ada kepribadian lain yang mengejar kesenangan seperti kuning. Kuning seringkali hidup untuk bermain. Ketika kuning

tertekan ditempat kerja atau dirumah, hobi yang membangkitkan energi atau liburan singkat menggantikan wajah lusuh dengan semangat kemudahan. Kuning tidak mengerti mengapa ada yang mau komit pada sesuatu yang tidak mengandung kesenangan didalamnya. Karena menyukai kesenangan dan tidak suka dikekang, kuning jarang mau terikat dalam suatu pernikahan.

Pada penjabaran dari Hartman (2004) diatas, dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Tipe biru dan putih mempunyai komitmen paling tinggi dalam hubungan dengan pasangan. Biru cenderung merasakan komitmen emosional yang mendalam pada orang, sementara putih merasa mudah menerima dan mencintai orang-orang yang dijumpai. Putih toleran dan menerima orang lain. Putih komit tanpa banyak ribut dalam hubungan.
- 2) Tipe kuning mempunyai kadar komitmen yang paling rendah, kuning menyukai kesenangan dan tidak suka dikekang.
- 3) Tipe merah adalah tipe kepribadian yang paling rendah keintimannya karena kepribadian merah begitu penuh tekad dan produktif sehingga keintiman diabaikan atau disangkal sebagai bukan hal penting.

Tipologi semacam ini adalah usaha untuk menggambarkan kepribadian manusia dengan melakukan kategorisasi dan penyederhanaan terhadap berbagai kemungkinan kombinasi kepribadian. Karena salah satu sifatnya adalah penyederhanaan, maka apapun tipologi kepribadian sebenarnya tidak mampu untuk menggambarkan seluruh kemungkinan kepribadian.

Namun, dengan tetap berpegang pada pemahaman bahwa setiap manusia itu unik, tipologi kepribadian bagaimanapun dapat membantu siapapun untuk lebih memahami kepribadian diri maupun orang lain. Berikut ini ada beberapa tipologi lain mengenai kepribadian manusia.

Ada satu metode yang bisa digunakan untuk mengetahui kepribadian yaitu menggunakan enneagram. *Enneagram* diartikan sebagai "sebuah gambar bertitik sembilan". Metode ini dikabarkan telah ada sejak ratusan tahun yang lalu dan diajarkan secara lisan

dalam suatu kelompok sufi di Timur Tengah, hingga akhirnya mulai berkembang di Amerika Serikat sekitar tahun 1960-an. Kepribadian manusia dalam sistem *enneagram*, terbagi menjadi 9 tipe.

Kesembilan tipe kepribadian tersebut adalah tipe:

- 1) Perfeksionis. Orang dengan tipe ini termotivasi oleh kebutuhan untuk hidup dengan benar, memperbaiki diri sendiri dan orang lain dan menghindari marah.
- 2) Penolong. Tipe kedua dimotivasi oleh kebutuhan untuk dicintai dan dihargai, mengekspresikan perasaan positif pada orang lain, dan menghindari kesan membutuhkan.
- 3) Pengejar prestasi. Para pengejar prestasi termotivasi oleh kebutuhan untuk menjadi orang yang produktif, meraih kesuksesan, dan terhindar dari kegagalan.
- 4) Romantis. Orang tipe romantis termotivasi oleh kebutuhan untuk memahami perasaan diri sendiri serta dipahami orang lain, menemukan makna hidup, dan menghindari citra diri yang biasa-biasa saja.
- 5) Pengamat. Orang tipe ini termotivasi oleh kebutuhan untuk mengetahui segala sesuatu dan alam semesta, merasa cukup dengan diri sendiri dan menjaga jarak, serta menghindari kesan bodoh atau tidak memiliki jawaban.
- 6) Pencemas. Orang tipe ke-6 termotivasi oleh kebutuhan untuk mendapatkan persetujuan, merasa diperhatikan, dan terhindar dari kesan pemberontak.
- 7) Petualang. Tipe ke-7 termotivasi oleh kebutuhan untuk merasa bahagia serta merencanakan hal-hal menyenangkan, memberi sumbangsih pada dunia, dan terhindar dari derita dan dukacita.
- 8) Pejuang. Tipe pejuang termotivasi oleh kebutuhan untuk dapat mengandalkan diri sendiri, kuat, memberi pengaruh pada dunia, dan terhindar dari kesan lemah.
- 9) Pendamai. Para pendamai dimotivasi oleh kebutuhan untuk menjaga kedamaian, menyatu dengan orang lain dan menghindari konflik.

Demikian pula terdapat tipologi lain untuk mengelompokkan kepribadian manusia, yaitu *archetype*. *Archetype* adalah struktur, tema, atau karakter utama yang merepresentasikan diri seseorang,

yang mempengaruhi cara individu mempersepsikan pengalamannya, yang menggambarkan kebutuhan dasar individu yang berusaha dipenuhi. *Archetype* mengkomunikasikan dan mendasari pengekspresian keinginan-keinginan dasar, arti dan tujuan hidup, dan motivasi seseorang, dimana dalam pengekspresiaan tersebut, setiap individu mempunyai gaya, dan kekhasan masing-masing, yang berbeda satu sama lain tergantung archetype yang dominan dan aktif dalam diri individu.

Fungsi dari *archetype* sendiri bagi individu adalah mempengaruhi cara pandang seorang individu terhadap sebuah kejadian, terhadap diri sendiri, kebutuhannya, dan apa yang kita mau, apa yang mau kita pelajari, dan lain-lain; selain itu archetype juga yang membantu seseorang dalam menemukan pemenuhan keinginan dasarnya sehingga adanya kepuasan dalam hidup.

Terdapat dua belas *archetype*, dengan setiap *archetype* terdapat informasi berupa gambaran umum, bagaimana individu dengan *archetype* yang aktif tersebut menghadapi dan menyelesaikan masalah, kecenderungan apa yang terjadi jika *archetype* tersebut dominan dalam diri seorang individu, cerita-cerita yang bagaimana yang menarik individu disesuaikan dengan *archetype*, tipe kepemimpinan, dan kebutuhan terdasar yang menjadi landasan motivasi individu dalam melakukan sesuatu.

1) The Orphan

Individu dengan *archetype* orphan adalah individu yang akrab dengan masalah dan tragedi, sehingga mereka sangat terbiasa dan mengetahui dengan pasti bagaimana bertahan dari masalah, dan kekecewaan dalam hidup. Oleh karena itu mereka biasanya merasa hidup adalah tidak mudah, demikian pula hidup orang lain, sehingga mereka biasanya mempunyai empati yang tinggi akan orang-orang yang membutuhkan bantuan atau yang sama keadaannya dengan mereka.

Jika dihadapkan pada masalah, mula-mula mereka akan berpikir bahwa ini dia masalah yang memang akan selalu datang pada mereka, hal ini memicu perasaan putus asa, atau bahkan sebaliknya akan memberikan kepercayaan diri bahwa ini adalah sesuatu yang biasa terjadi sehingga orphan biasanya percaya bahwa mereka sudah sangat tanggap dalam menghadapi situasi

buruk. Kemudian orphan akan mengartikulasi masalahnya dengan teliti dan jelas, menekankan bahwa ini adalah sesuatu yang harus diselesaikan karena jika tidak akan menjadi masalah yang lebih serius, dan pada akhirnya akan bekerja dan berusaha sendiri maupun dengan orang lain untuk mendapatkan perhatian dari orang yang biasa menyelesaikan masalah tersebut. Menyadari bahwa tidak semua masalah dapat diselesaikan, orphan akan berusaha untuk menolong orang lain dalam coping dengan masalah yang dihadapi.

Individu ini cenderung berhati-hati dalam memperhatikan dan menyimpulkan karakter seseorang sebelum individu orphan tersebut meletakkan kepercayaan pada seseorang. Orphan juga mempunyai kecenderungan terlalu berhati-hati dalam melangkah karena mereka merasa semuanya bisa saja berjalan tidak baik dan menjadi masalah dan kesulitan baru, sehingga hal ini kadang membuat orphan melewatkan kesempatan-kesempatan, terutama yang berasal dari sumber yang tidak terduga, dengan cara yang tidak terduga.

Individu orphan juga mempunyai kecenderungan untuk menjadi sinis, ketakutan untuk percaya akan orang lain, karena mereka merasa terlalu sering dikecewakan oleh orang lain, hal ini membuat mereka enggan juga bersandar pada orang lain, atau mengandalkan orang lain dalam membantu dan mendukung mereka. Hal tersebut kadang membuat orphan menjadi individu yang dingin atau bertindak menyakiti orang lain karena mereka selalu mempunyai pembenaran bahwa hidup dan sekitar bukanlah sahabat.

Tipe kepemimpinan orphan adalah realistis akan apa saja yang dapat diselesaikan, tidak akan menjanjikan sesuatu yang tidak mampu diselesaikan, selain itu mereka baik dalam mengidentifikasi masalah, dan menyampaikan masalah yang sedang terjadi. Sebagai pemimpin, orphan akan menjadi pemimpin yang penuh empati, namun tidak akan membiarkan mereka menggunakan alasan-alasan untuk lari dari tugas.

Kebutuhan dasar: adalah untuk mengantisipasi kesulitan sehingga dapat membuat masalah atau kesulitan itu berlalu dari hidup, dan juga kebutuhan untuk dilihat sebagai individu yang

realistis, kuat dalam bertahan menghadapi masalah apapun, sehingga biasanya orphan sangat menghindari kesan naif dalam diri dan kesan rentan akan dimanfaatkan dan ditipu.

2) The Caregiver

Individu dengan archetype caregiver adalah individu penuh dengan cinta dan kepedulian dalam membantu sesamanya, individu dengan archetype ini melihat sesamanya dengan sisi kebaikan, menyayangi, dan memaafkan. Mereka biasanya membuat dunia menjadi tempat lebih aman dan lebih nyaman untuk semua orang. Dalam relasinya dengan orang lain, mereka cenderung berperilaku seperti orang tua yang penyayang, membuat lingkungan yang sehat, aman dan nyaman untuk sesama. Dalam menolong, caregiver memberikan yang terbaik sehingga terkadang mereka melupakan batas diri mereka, menyepelekan kondisi fisik mereka untuk menolong sesama. Keinginan menolong mereka yang tinggi, kadang mengakibatkan ketergantungan dari korban.

Jika dihadapkan pada masalah, caregiver akan fokus untuk mencari siapa korban yang terluka, dan akan melakukan apapun yang dapat dilakukan untuk menolong si korban. Biasanya mereka akan menyediakan kenyamanan dan bimbingan emosi, menenangkan, membimbing, dan membangun situasi dan hubungan yang terpelihara dan nyaman.

Individu dengan archetype caregiver cenderung memperhatikan masalah-masalah dan isu-isu yang berkenaan dengan kehidupan emosional dan fisik, misalnya kemiskinan, kesehatan masyarakat, dan bagaimana manusia saling menyakiti satu sama lain. Mereka akan segera mengambil tindakan atas masalah dan isu tersebut, memfokuskan diri pada strategi dan sumber-sumber yang bisa memberikan bantuan dalam jumlah besar. Kecenderungan negatif dari caregiver adalah biasanya mereka dapat menggunakan control manipulatifnya untuk membuat orang melakukan apa yang terbaik menurut caregiver tersebut.

Tipe kepemimpinan caregiver adalah mereka mempunyai kekuatan yang luar biasa dalam menjaga siapapun yang mereka pimpin, mereka mempunyai kemampuan natural untuk memberikan servis terbaik, karena rasa menyayangi dan peduli akan orang lain,

karena itu caregiver akan sangat mudah memenangkan kepercayaan dari berbagai pihak.

Kebutuhan dasar: adalah dilihat sebagai seseorang yang royal, peduli, dan baik, menghindari untuk terlihat egois, dan mementingkan diri sendiri. Mengekspresikan rasa sayang, peduli, menolong, memelihara, dan membuat perubahan yang baik bagi sesamanya.

3) The Innocent

Individu dengan archetype innocent adalah individu yang melihat dunia sebagai tempat yang aman dan nyaman untuk hidup, mereka percaya bahwa dunia penuh dengan kebaikan dan keadilan. Oleh karena itu mereka sangat mudah percaya pada orang lain, karena merasa bahwa semua orang adalah baik. Harapan, kenafian dan optimistik adalah ciri khas dari individu innocent, mereka sadar bahwa kebahagiaan datang dari menghidupkan hal-hal sederhana. Jika dihadapkan pada masalah, mereka biasanya akan menghadapinya dengan berpikir positif, atau melihat sebuah masalah sebagai sebuah kesempatan. Menyelesaikan dengan strategi tradisional, misalnya mencari ahlinya untuk mencari tahu apa yang harus dilakukan, sementara tetap berpegang pada kepercayaan bahwa masalah pasti terselesaikan, dan kepercayaan bahwa akan ada orang lain yang bersedia membantu menyelesaikan masalah.

Individu dengan archetype innocent cenderung memperhatikan kebaikan, apa yang dapat dipercaya dan bermanfaat dalam hidup dan dalam diri orang lain, dan mereka melupakan adanya sisi bahaya, ancaman dari orang lain, dan bagaimana sulit dan kerasnya hidup untuk orang lain. Innocent mempunyai kecenderungan menyepelkan dan menyederhanakan masalah dan kesulitan sehingga terkadang melewatkan banyak masalah, dan hal-hal kecil yang sebenarnya penting untuk diselesaikan atau ditangani. Optimis berlebih dan sangat percaya diri bahwa sebuah masalah pasti dapat diselesaikan dengan baik, terlalu percaya dan bersandar pada orang lain, sehingga kadang membuat orang lain merasa terbebani atau bahkan mengambil kesempatan untuk mengambil keuntungan dari innocent.

Tipe kepemimpinan innocent adalah mereka sangat baik dalam memberikan inspirasi pada orang lain, dapat mengidentifikasi kesempatan dengan baik, memper-tahankan keriang dan semangat dalam memimpin. Kebutuhan dasar: adalah untuk tetap mempertahankan harapan, walaupun dalam keadaan sesulit apapun. Innocent juga mempunyai kebutuhan untuk selalu dilihat baik dan positif oleh sekitar, sehingga mereka biasanya menghindari hal-hal yang dapat membuat mereka terlihat buruk, atau merugikan orang lain.

4) The Warrior

Individu dengan archetype warrior adalah individu yang berusaha untuk menunjukkan apa artinya dan bagaimana jika seseorang mempunyai keberanian sejati, dan kemauan. Biasanya orang-orang dengan archetype warrior mempunyai atau berkeinginan untuk mempunyai kemampuan untuk membela idealisme yang dianut, untuk membela diri sendiri, sesama, dan melakukan apapun untuk sukses, terlepas dari perasaan takut dan lelah yang harus dihadapi, seorang warrior akan berusaha mencapai tujuan tersebut. Warrior sangat menikmati kompetisi.

Jika dihadapkan pada masalah, warrior akan langsung menghadapi masalah tersebut, dan melakukan pembelaan, dalam melihat sebuah masalah, warrior mempunyai kecenderungan untuk mengidentifikasi musuh atau antagonis yang dilihat sebagai penyebab masalah, dan warrior akan merencanakan untuk mengalahkan musuh tersebut dengan mengembangkan strategi. Individu warrior mempunyai kecenderungan untuk memperhatikan adanya ketidakadilan, tantangan, dan antagonis di sekitarnya, serta menggunakan strategi untuk mencapai tujuan, dan mengevaluasi kelemahan dalam diri atau situasi tersebut. Kelemahan yang kadang muncul adalah warrior biasanya tidak dapat mengidentifikasi bakat dan kontribusi dari orang-orang yang di mata individu tersebut adalah orang lemah, atau inferior. Individu warrior juga cenderung melihat dunia ini sebagai sesuatu yang hitam atau putih, mereka menghindari wilayah abu-abu, dan melihat orang lain yang berbeda pendapat sebagai seseorang yang salah atau negatif. Dikarenakan individu warrior sangat menikmati kompetisi, mereka mempunyai

kecenderungan terperangkap dalam kompetisi, sehingga semua situasi dianggap kompetisi yang harus dimenangkan, hal ini terkadang membuat individu melupakan batas diri, sehingga terjadi kelelahan, kesulitan untuk memper-hatikan diri, mungkin dikarenakan individu warrior menghindari diri untuk menyadari adanya kelemahan, kebutuhan, dan batas.

Tipe kepemimpinan warrior adalah selalu memastikan adanya tujuan akhir atau dan bagaimana implementasinya dalam pencapaian tujuan tersebut, memotivasi tim untuk memberikan yang terbaik. Kebutuhan dasar adalah berkompetisi, orientasi tujuan atau berjuang dan berkemauan mencapai tujuan dengan mengembangkan strategi, menghindari kekalahan, atau menjadi pengecut, berjuang memberikan yang terbaik dari diri. Warrior selalu ingin dilihat sebagai seseorang yang kuat, kompeten, berkemauan dan terkontrol, serta mereka menghindari untuk terlihat lemah, dan rapuh.

5) The Seeker

Individu dengan archetype seeker adalah individu yang mandiri, berjiwa petualang, dan senantiasa mengetahui bagaimana memenuhi keinginan dirinya, selalu mencari pengalaman baru, menguji batas diri atas apa yang mungkin ditemukan dan dilakukan. Biasanya seeker menghindari konformitas, mencari identitas dan jati diri sesungguhnya dari diri, dan berusaha memaksimalkan potensi diri, berambisi, apapun tujuan yang ingin dicapai, seeker akan mengutamakan pengembangan diri, dan penemuan diri dalam mencapai tujuan tersebut.

Jika dihadapkan pada masalah, seeker mempunyai kecenderungan untuk lari meninggalkan masalah mereka. Namun seeker adalah individu yang baik dalam mengamati sekitar dan mencari ide-ide baru, atau pendekatan-pendekatan dalam menyelesaikan masalah tersebut, memberikan solusi baru yang berbeda dalam menyelesaikan sebuah masalah. Individu seeker mempunyai kecenderungan untuk menghindari komitmen dan menjadi terikat, karena keinginan untuk bebas dan mandiri. Dalam kelompok, seeker terfokus untuk menjadi berbeda, sehingga dalam usaha menghindari konformiti terkadang seeker dapat melangkah

terlampau jauh, sehingga dipandang sekitar menjadi seseorang yang eksentrik, kadang tidak sesuai, beberapa dari mereka kadang dapat berakhir sendiri dan kesepian, karena keinginan untuk menjadi berbeda dan unik.

Sebagai seorang pemimpin, seeker adalah seorang individu yang sangat mandiri, dan individualis, berjiwa petualang, sehingga bersedia menerima dan mencoba ide-ide baru, juga memberikan orang lain privasi dan otonomi selama itu tidak disalahgunakan dan tetap menunjukkan hasil. Kebutuhan dasar: adalah mencari sesuatu yang baru, unik, dan eksotis, terus melihat jauh ke depan, menemukan apa yang belum terpuaskan dalam diri, dan menjadikan ketidakpuasan itu sebagai motivasi, dan bekal untuk melanjutkan petualangan mencari hal-hal baru. Kebutuhan untuk menjadi unik, berbeda dan tidak biasa.

6) The Lover

Individu dengan archetype lover adalah individu yang penuh dengan cinta untuk orang lain dalam hidupnya, membalas afeksi sesama dengan cinta yang lebih, dan menikmati kegiatan-kegiatan menyayangi dan berbagi cinta, baik terhadap anak-anak, hewan, keindahan, maupun benda. Lover juga sangat pandai dalam menciptakan suasana yang romantis, dan indah, dimana situasi dan suasana menjadi terasa spesial. Lover berbeda dengan caregiver, karena cinta dan sayang yang diekspresikan oleh lover adalah rasa cinta dan sayang terhadap sesama terlepas dari apakah orang tersebut membutuhkan atau tidak, bukanlah rasa cinta dan sayang terhadap seseorang yang membutuhkan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa caregiver cenderung menuangkan rasa sayangnya kepada orang yang dianggap membutuhkan.

Jika dihadapkan pada masalah, lover akan memberikan perhatian pada kualitas dari hubungan, bagaimana sebuah hubungan telah dihadapkan pada situasi yang buruk, dan lover biasanya akan mencari cara bagaimana untuk memperbaiki hubungan tersebut dengan komunikasi, atau membantu sebagai pendengar apa yang mengganggu sebuah hubungan, kemudian akan kembali berusaha mengembalikan hubungan yang baik. Selain itu biasanya lover juga cenderung membuat orang yang sedang

menghadapi masalah untuk menjadi seseorang yang lebih menarik, dan lebih baik, karena lover percaya bahwa semua masalah dapat dipecahkan jika saja orang dapat membuka hati mereka, kembali bergaul dan mencintai lebih lagi.

Individu dengan archetype lover cenderung memperhatikan orang, obyek, aktivitas, seting, maupun pengalaman yang membutuhkan dan menimbulkan cinta, gairah, dan sensualitas, biasanya sesuatu yang indah, romantis, artistik, dan sesuatu yang memiliki kualitas. Biasanya ada kecenderungan dimana lover akan melewatkan sesuatu yang hanya mempunyai daya guna, namun tidak indah, anggun, maupun mempesona. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya pengasingan terhadap sesuatu yang dianggap tidak cantik, dan tidak indah, di lain pihak, lover akan memfavoritkan hal-hal tertentu saja.

Tipe kepemimpinan lover adalah karismatik, penuh gairah atas apa yang dipimpinnya, jika lover mencintai pekerjaannya maka akan timbul antusiasme yang besar, sehingga orang yang dipimpinnya akan terpicu untuk bekerja lebih keras dan mendapatkan kepuasan atas pekerjaan tersebut. Pemimpin dengan archetype lover juga pandai untuk membuat tim menjadi solid, dan berteman. Kebutuhan dasar: adalah mengekspresikan cinta, melihat semua hal dengan kacamata cinta, dilihat sebagai individu yang menarik secara fisik dan dalam segala aspek, sehingga dicintai banyak orang.

7) The Destroyer

Individu dengan archetype destroyer adalah individu yang mengerti bagaimana mengatasi sebuah kehilangan dengan kerelaan, dan kembali maju melanjutkan hidup. Individu dengan archetype ini juga tanpa kesulitan yang teramat, dapat menyingkirkan kebiasaan-kebiasaan lama, aktivitas-aktivitas lama yang dianggap sudah tidak produktif atau memenuhi lagi. Dengan kata lain, individu dengan archetype destroyer adalah individu yang mengerti kapan harus melepaskan sesuatu, mengambil tindakan keras untuk mengakhiri sesuatu, meniupkan peluit ketidakadilan, dan memusnahkan sesuatu yang dianggap sudah tidak produktif dan berguna lagi.

Jika dihadapkan pada masalah, terutama yang menghancurkan, dan membutuhkan kerelaan untuk melepas, pertamamata destroyer juga merasakan ketakutan dan kebingungan, memicu pertanyaan-pertanyaan mendalam dan mendasar mengenai sebuah masalah. Namun, biasanya individu destroyer pada akhirnya akan mencoba mengeluarkan kebijaksanaan atas apa yang terjadi, untuk mengubah sesuatu yang bisa dirubah dan menerima sesuatu yang tidak dapat dirubah, membuka diri atas perubahan lewat pengalaman baik pengalaman baik maupun pengalaman buruk. Jika destroyer mengidentifikasi ada yang salah, maka mereka biasanya cenderung akan mengambil alih peran untuk membuat perubahan, kadang individu ini juga merasa ingin mempertahankan sesuatu, namun hal tersebut dipertimbangkan ulang dan jika dianggap lebih baik melepaskan, individu ini akan memilih untuk melepaskan.

Individu dengan archetype destroyer cenderung memperhatikan sesuatu yang berkenaan dengan krisis dan masalah yang ditunda, bagaimana mereka biasanya akan membuat strategi untuk mencapai keseimbangan, dan tidak menunda dalam penyelesaian masalah terutama yang berkenaan dengan melepaskan dan perubahan. Destroyer juga mempunyai kecenderungan untuk membuat pembenaran atas pelanggaran norma yang dilakukan, merasionalisasikan segalanya, hal ini dapat menyakiti orang lain, merusak sesuatu, dan berefek buruk pada orang banyak, jika kesulitan mengontrol dorongan impulsive dalam diri.

Tipe kepemimpinan destroyer adalah mempunyai kemampuan yang baik dalam reorganisasi sebuah kelompok atau organisasi, mengakhiri program yang tidak menghasilkan, memecat karyawan yang tidak produktif. Kebutuhan dasar: adalah menyelesaikan masalah dan membiarkan hal tersebut lewat menjadi masa lalu, membuat perubahan dari sebuah masalah yang dihadapi. Individu dengan archetype destroyer biasanya ingin dilihat sebagai seseorang yang kuat, sehingga biarpun sedang mengalami masa sulit, biasanya destroyer tidak akan berbagi dengan orang lain, dan akan menyimpannya sendiri.

8) The Creator

Individu dengan archetype creator adalah individu yang penuh dengan imajinasi dan aspirasi, dan kemampuan diri creator biasanya mendukung individu dengan archetype creator untuk merealisasikan imajinasi, kreatifitas, dan aspirasinya dengan kemudahan. Individu ini biasanya mempunyai saat-saat dimana ide mengalir begitu saja, dan kreatifitas menjadi hal yang tidak sulit dan tanpa usaha untuk dikeluarkan dalam menghasilkan sesuatu. Individu ini juga biasanya mempunyai selera estetik yang berkembang dengan baik, dan dikelilingi oleh benda-benda yang mencerminkan selera tersebut sebagai bentuk ekspresi diri. Melihat hidup sebagai pekerjaan seni, dimana creator akan menghindari hal yang biasa, dangkal, dan akan memenuhi kepuasan diri dengan caranya, walaupun dengan cara tersebut kadang tidak dimengerti oleh orang lain.

Jika dihadapkan pada masalah, creator akan mencari inspirasi secara garis besar bagaimana untuk meredakan masalah tersebut, memutuskan apa yang harus dibuat untuk mengembalikan semua ke keadaan yang baik, atau harus memilih langkah inovatif lainnya dalam menyelesaikan masalah tersebut. Atau cara lainnya adalah mengubah fokus diri dari masalah dengan mengambil proyek atau pekerjaan yang membutuhkan kreativitas, sementara memegang kepercayaan bahwa jawaban dari masalah akan datang dengan proses, sehingga selama proses tersebut, biarkan creator menghasilkan sesuatu dengan kemampuannya. Individu dengan archetype creator cenderung memperhatikan kebutuhan untuk penemuan baru atau interpretasi atas sebuah hal yang sulit dimengerti. Creator juga fokus kepada sumber-sumber yang dapat membantu meningkatkan keahlian creator dalam inovasi dan kreatifitas. Individu creator juga biasanya kritis dalam melihat sesuatu, dapat dengan mudah menemukan kekurangan akan suatu hal di diri sendiri maupun di orang lain atau di sebuah masalah, yang terkadang membuat perasaan kurang puas, kurang percaya pada sumber lain, dan dengan hidup.

Tipe kepemimpinan creator adalah individu yang berjiwa pengusaha, inovatif, dan tidak terikat pada norma atau aturan keras dan ekstrim lainnya. Kebutuhan dasar: adalah merealisasikan

sesuatu yang inovatif, dari kreatifitas dan inspirasi diri, menciptakan sesuatu untuk diri sendiri, maupun orang lain. Terlihat sebagai seseorang yang praktikal, dan dipercaya mempunyai kemampuan untuk membuat sesuatu yang dibutuhkan dunia. Jadi biasanya creator akan menghindari melakukan sesuatu yang tipikal, dan biasa.

9) The Ruler

Individu dengan archetype ruler adalah individu yang akan mengambil alih sesuatu hal jika dilihat sesuatu telah berantakan dan tidak terkontrol, sehingga individu mengambil kontrol atas situasi tersebut. Seperti pemimpin yang baik, ruler akan mengutamakan apa yang baik untuk orang-orang yang mengikutinya, mengembangkan rasa tanggung jawab diri dalam menciptakan kondisi yang menguntungkan setiap orang. Mereka biasanya percaya bahwa sistem masyarakat yang teratur dan sehat tidak terjadi begitu saja, butuh seseorang yang bersedia bertanggung jawab atas terciptanya hal tersebut. Ruler tidak saja bersedia menjadi orang tersebut, namun juga mengumpulkan orang lain dan membimbing serta melatih mereka untuk membantu individu tersebut dalam mewujudkan keteraturan sistem yang tidak terkontrol.

Jika dihadapkan pada masalah, ruler akan mencoba menyelesaikan masalah sesuai dengan aturan, prosedur, dan sistem yang berlaku, tidak hanya berpikir bahwa masalah tersebut harus diselesaikan, namun juga masalah yang serupa dan juga menghindari terjadinya masalah serupa di masa yang akan datang. Sebagai penanggung jawab, ruler akan memonitor jalannya penyelesaian masalah, dan juga menghindari terjadinya situasi yang lebih rumit dan lebih buruk terutama dikarenakan orang-orang yang dipimpinnya. Individu dengan archetype ruler tahu bagaimana menggunakan status, tampilan dan prestise untuk mengintensifkan kekuatannya dan sebagai hasilnya, individu sangat memperhatikan bagaimana tampilan individu dihadapan orang lain dan dalam konteks yang pantas (sebagai contoh, tidak berpakaian berlebihan pada saat mengunjungi program untuk orang miskin). Individu mungkin gagal untuk mendeteksi masukan yang penting dari orang-orang yang memiliki status yang rendah atau bahkan

yang tidak mempunyai status. Ruler juga dapat salah menginterpretasikan perbedaan opini sebagai ancaman terhadap kekuatan mereka, dan menaruh banyak aturan pada tempat yang mereka ciptakan.

Sebagai pemimpin, ruler sangat baik dalam meletakkan struktur, aturan, dan prosedur pada wilayahnya sehingga lebih teratur dan efisien. Individu dengan archetype ruler juga baik dalam jaringan sosialisasi, dan proses penyelesaian sebuah proyek. Individu ini baik dalam tanggung jawab sekalipun dihadapkan pada tugas atau situasi yang tidak menyenangkan. Kebutuhan dasar: adalah mengambil alih dan kontrol, serta menyelesaikan sebuah masalah atau proyek. Individu ruler ingin dilihat sebagai individu yang dapat memimpin secara natural, dimana pada akhirnya orang-orang akan dengan sukarela menjadi pengikut, menghindari diri supaya terlihat lemah, dan rapuh, dan menghindari melakukan sesuatu yang terlalu tegas atau keras.

10) The Magician

Individu dengan archetype magician adalah individu yang karismatik, dan mempunyai kemampuan natural seakan-akan dapat menyembuhkan dan menenangkan sesuatu yang terpecah belah, menyatukan orang-orang di balik sebuah visi yang sama, dan visi tersebut masih dalam batasan real. Individu magician percaya bahwa struktur kesadaran yang memegang kendali atas apa yang terjadi dalam hidup, biasanya sangat memegang teguh pada kesadaran diri, doa, meditasi, dan metode tertentu lainnya dalam mempertahankan dan mencapai tujuan diri. Pada dasarnya, individu magician percaya bahwa kejadian buruk mungkin saja dialami atau diketahui oleh manusia, yang terpenting adalah bagaimana manusia dengan kecerdasannya mencoba mengerti dengan cara menyeimbangkan antara pikiran, alam, dan roh.

Jika dihadapkan pada masalah, hal pertama yang akan dilakukan oleh individu ini adalah mengubah cara bersikap, memperluas perspektif diri, dan menyesuaikan sikap diri untuk menciptakan efek yang dapat mengubah keseluruhan sistem. Individu ini juga biasanya langsung menggambarkan situasi atas sebuah masalah, dan memikirkan bagaimana caranya untuk

membantu dengan solusi selama solusi tersebut dipercaya tulus dan baik, maka magician percaya masalah akan dapat diselesaikan. Individu dengan archetype magician cenderung memperhatikan hal-hal kecil, dan kebetulan kemudian memberikan arti pada kejadian tersebut. Individu ini juga tertarik pada bagaimana sesuatu terjadi secara metafisika atau spiritual dan juga menurut prespektif sains. Terkadang hal ini membuat individu terlihat melewatkan sesuatu yang nyata, dan terlihat kehilangan akal sehat karena ketertarikannya pada prespektif spiritual. Individu magician juga mempunyai kecenderungan untuk percaya terlalu berlebih pada hal-hal spiritual karena keinginan mereka untuk mempunyai sebuah kekuatan spiritual dan magis. Magician juga biasanya dapat menggunakan karismanya untuk memanipulasi orang lain dan menyenangkan orang lain dengan ekspektasi yang berdasarkan kepercayaan dan prespektif spiritual yang dipercaya oleh magician.

Tipe kepemimpinan magician adalah mempunyai kemampuan untuk memberikan energi pada orang lain dengan cara menginspirasi mereka untuk jujur dan mengetahui apa mimpi dan tujuan terdalam dan sejati yang ada dalam diri, dan bagaimana bekerja sama untuk mengeluarkan mimpi dan tujuan tersebut menjadi nyata, seperti contoh tokoh Martin Luther King Jr.. Individu magician juga baik dalam mempertahankan fleksibilitas dari struktur dan perilaku tanggung jawab dan respon dari bawahannya. Individu dapat membentuk kerjasama yang sinergis dimana keseluruhan lebih baik daripada beberapa.

Kebutuhan dasar: adalah mempunyai visi, dan bekerjasama bagaimana mewujudkan visi tersebut menjadi realitas. Individu Magician selalu ingin dilihat sebagai individu yang berkarisma dan mempunyai visi, namun juga sedikit misterius dan tidak tertebak.

11) The Sage

Individu dengan archetype sage adalah individu yang tidak hanya mempunyai banyak pengetahuan, namun juga bijaksana, individu ini mempunyai rasa keingintahuan dan senang sekali memikirkan sesuatu, berjuang untuk memberikan opini pada suatu hal dengan meminimalisir bias diri atas opini tersebut, berusaha

sebaik mungkin untuk menjadi obyektif dan seadil-adilnya dalam melihat dan memikirkan sesuatu. Motivasi yang mendasari individu ini adalah kelaparannya atas kebenaran. Individu ini sangat tanggap melihat suatu pola yang terjadi dari sebuah kejadian atau hal, mereka sadar dan memperhatikan jika terjadi kesalahan atau hilangnya sebuah logika, atau alasan yang mendasari sebuah hal. Individu ini menyadari bahwa kebenaran tidak akan dapat diketahui secara keseluruhan, namun mereka tetap berjuang mencari kebenaran yang relatif, individu ini juga biasanya mempunyai pembawaan yang tenang dan tidak sembrono.

Jika dihadapkan pada masalah, sage akan mencari tahu bagaimana orang lain menyampaikan masalah tersebut, berdasarkan hal tersebut sage akan mencari tahu bagaimana proses terbaik yang mungkin dapat digunakan untuk memikirkan masalah tersebut supaya terpecahkan, mencari jawaban, dan akhirnya mengambil langkah penyelesaian. Setelah itu sage akan melihat kembali proses penyelesaian tersebut dan melakukan evaluasi.

Individu dengan archetype sage cenderung lambat dalam memberikan respon terhadap sebuah situasi, kecuali situasi darurat, karena sage sadar adalah sangat beresiko saat seseorang mengambil tindakan tanpa dipikirkan dan dipertimbangkan dahulu dengan lebih matang. Secara natural, sage sangat menyukai konsep berpikir dan penemuan ide, sehingga sage cenderung tidak tertarik pada hal-hal yang tidak mengandung intelektualitas. Tipe kepemimpinan sage adalah tipe analisa, perencanaan, evaluasi, dan membuat keputusan terencana yang baik, saat yang lainnya panik, sebagai pemimpin sage tetap dapat bertindak hati-hati, menangkap gambaran besar, berpikir jauh ke depan, dan mengetahui apa yang harus dilakukan. Sage mempunyai kemampuan untuk membawakan ketenangan dalam suasana panik, dan dibawah kepemimpinan sage, semua kejadian berjalan maju ke depan, terukur dengan baik, dan disadari dengan baik bahwa hal yang benar telah dilakukan dengan jalan yang benar.

Kebutuhan dasar: adalah memenuhi keingin-tahuannya yang besar atas sebuah kebenaran, memberikan opini dan cara pandangnya atas sesuatu. Selain itu sage juga ingin dilihat sebagai

individu yang pintar, dan tanggap dalam mempersepsikan sesuatu, sehingga sage menghindari untuk terlihat tidak peduli terhadap sesuatu.



12) The Jester

Individu dengan archetype jester adalah individu yang selalu terlihat senang, lucu, dan menyenangkan jika jester ada di sekitar, jester biasanya yang memicu suasana senang terjadi dalam hidup untuk orang-orang sekitar. Mengajarkan pada orang-orang bagaimana untuk menikmati waktu sekarang, menjadi senang, dan menikmati hidup, walaupun sedang dalam situasi sulit dan tegang. Sementara orang-orang mengalami rasa takut dan cemas akan perubahan yang harus mereka hadapi dalam hidup, jester merasakan adanya rasa senang dan semangat yang teramat sangat atas perubahan tersebut. Jester biasanya menyampaikan sesuatu dengan humor, karena Jester sangat menikmati dan puas jika membuat orang lain tertawa, namun terkadang untuk keadaan tertentu, hal tersebut tidak dapat diterima oleh orang lain.

Jika dihadapkan pada masalah, Jester berpikir dari luar kotak, mempunyai trik-trik dan manuver-manuver bagaimana membuat orang lain membantu jester untuk menyelesaikan masalah tersebut. Namun dalam diri jester, individu juga mencari jalan untuk menghadapi masalah tersebut, namun biasanya jalan tersebut adalah jalan yang menyenangkan hati individu, misalnya memesan makanan favorit supaya dapat bekerja semalaman suntuk.

Individu dengan archetype jester cenderung memperhatikan bagaimana tetap bersenang-senang di situasi yang berbeda-beda, cara pintar bagaimana membuat halangan menjadi tidak berat di mata individu, dimana akhirnya jester membuat hal tersebut menjadi cerita hidupnya yang lucu dan menjadi cerita pengalaman yang menyenangkan dan menarik. Di lain pihak, Jester mempunyai kecenderungan untuk menjadi individu yang tidak pernah menanggapi segala sesuatu secara serius, bahkan mimpi mereka, karena terdapat kecenderungan untuk tidak bertanggung jawab dan kurang serius.

Tipe kepemimpinan jester adalah baik dalam menyelesaikan kontradiksi, dan masalah dalam sebuah sistem, namun jester tidaklah merasa nyaman menyadari bahwa dirinya adalah pemimpin. Sehingga karena hal ini biasanya jester mempunyai kecenderungan untuk mengabaikan bawahan, dan tanggung jawabnya sebagai seorang pemimpin. Kebutuhan dasar: adalah bagaimana menyenangkan hidup dan orang lain, membuat susunan lebih hidup dan penuh dengan humor. Jester ingin dilihat sebagai individu yang menyenangkan, lucu, sehingga individu jester menghindari untuk terlihat membosankan.

Setiap individu memiliki ciri-ciri kepribadian tersendiri, mulai dari yang menunjukkan kepribadian yang sehat atau yang tidak sehat. **Kepribadian yang sehat adalah :**

1. Mampu menilai diri sendiri secara realistik; mampu menilai diri apa adanya tentang kelebihan dan kekurangannya, secara fisik, pengetahuan, keterampilan dan sebagainya.
2. Mampu menilai situasi secara realistik; dapat menghadapi situasi atau kondisi kehidupan yang dialaminya secara realistik dan mau menerima secara wajar, tidak mengharapkan kondisi kehidupan itu sebagai sesuatu yang sempurna.

3. Mampu menilai prestasi yang diperoleh secara realistik; dapat menilai keberhasilan yang diperolehnya dan meraksinya secara rasional, tidak menjadi sombong, angkuh atau mengalami *superiority complex*, apabila memperoleh prestasi yang tinggi atau kesuksesan hidup. Jika mengalami kegagalan, dia tidak mereaksinya dengan frustrasi, tetapi dengan sikap optimistik.
4. Menerima tanggung jawab; dia mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan yang dihadapinya.
5. Kemandirian; memiliki sifat mandiri dalam cara berfikir, dan bertindak, mampu mengambil keputusan, meng-arahkan dan mengembangkan diri serta menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku di lingkungannya.
6. Dapat mengontrol emosi; merasa nyaman dengan emosinya, dapat menghadapi situasi frustrasi, depresi, atau stress secara positif atau konstruktif, tidak destruktif (merusak)
7. Berorientasi tujuan; dapat merumuskan tujuan-tujuan dalam setiap aktivitas dan kehidupannya berdasarkan pertimbangan secara matang (rasional), tidak atas dasar paksaan dari luar, dan berupaya mencapai tujuan dengan cara mengembangkan kepribadian (wawasan), pengetahuan dan keterampilan.
8. Berorientasi keluar (ekstrovert); bersifat respek, empati terhadap orang lain, memiliki kepedulian terhadap situasi atau masalah-masalah lingkungannya dan bersifat fleksibel dalam berfikir, menghargai dan menilai orang lain seperti dirinya, merasa nyaman dan terbuka terhadap orang lain, tidak membiarkan dirinya dimanfaatkan untuk menjadi korban orang lain dan mengorbankan orang lain, karena kekecewaan dirinya.
9. Penerimaan sosial; mau berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosial dan memiliki sikap bersahabat dalam berhubungan dengan orang lain.
10. Memiliki filsafat hidup; mengarahkan hidupnya berdasarkan filsafat hidup yang berakar dari keyakinan agama yang dianutnya.
11. Berbahagia; situasi kehidupannya diwarnai kebahagiaan, yang didukung oleh faktor-faktor *achievement* (prestasi) *acceptance* (penerimaan), dan *affection* (kasih sayang)

Sedangkan kepribadian yang tidak sehat adalah :

1. Mudah marah (tersinggung)
2. Menunjukkan kekhawatiran dan kecemasan
3. Sering merasa tertekan (stress atau depresi)
4. Bersikap kejam atau senang mengganggu orang lain yang usianya lebih muda atau terhadap binatang
5. Ketidakmampuan untuk menghindari dari perilaku menyimpang meskipun sudah diperingati atau dihukum
6. Kebiasaan berbohong
7. Hiperaktif
8. Bersikap memusuhi semua bentuk otoritas
9. Senang mengkritik/ mencemooh orang lain
10. Sulit tidur
11. Kurang memiliki rasa tanggung jawab
12. Sering mengalami pusing kepala (meskipun penyebabnya bukan faktor yang bersifat organis)
13. Kurang memiliki kesadaran untuk mentaati ajaran agama
14. Pesimis dalam menghadapi kehidupan
15. Kurang bergairah (bermuram durja) dalam menjalani kehidupan

3.2 Perkembangan Kepribadian

Terdapat beberapa macam pendekatan tentang hal ini, yaitu pendekatan psikoanalisis klasik yang meliputi pendekatan Freudian maupun neo-Freudian. Pendekatan psikoanalisis klasik ini lebih menekankan pada aspek psikoseksual seorang individu, di mana perkembangan yang terjadi digerakkan oleh libido yang mempengaruhi tiga komponen kepribadian yaitu ego, id dan superego.

Pendekatan yang kedua adalah pendekatan interpersonal, di mana individu dilihat sebagai suatu makhluk sosial yang dibentuk oleh lingkungan budaya dan interpersonal. Perkembangan kepribadian seseorang dilihat pada interaksi yang terjadi antara individu yang sedang berkembang dengan teman sebaya, orang tua, sahabat, musuh, dan masyarakat sekitar. Interaksi yang terjadi merupakan suatu pertukaran cinta, kasih sayang dan perhatian. Pendekatan yang ketiga adalah pendekatan epigenesis, di mana tahapan perkembangan yang terjadi tidak berdiri sendiri-sendiri,

69

1. Trust Vs Mistrust (0-1/1,5 tahun).
Perkembangan basic trust, essential. Dalam derajat tertentu diperlukan juga perkembangan ketidakpercayaan (mistrust) untuk mendeteksi suatu bahaya atau suatu yang tidak menyenangkan & membedakan orang-orang yang dapat dipercaya / tidak
2. Otonomi Vs Rasa Malu dan Ragu (early childhood : 1/1,5-3 tahun).
Mulai mengembangkan kemandirian. Bisa timbul kegelisahan, ketakutan dan kehilangan rasa percaya diri apabila suatu kegagalan terjadi.
3. Inisiatif Vs Rasa Bersalah (late childhood:3-6th).
Komponen positif adalah berkembangnya inisiatif. Modalitas dasar psikososialnya : "membuat", "campur tangan", "mengambil inisiatif", "membentuk", melaksanakan pencapaian tujuan dan berkompetisi"
4. Industri Vs Inferiority (usia sekolah:6-12 tahun).
Dimulai industrial age. Pengalaman berhasil memberikan rasa produktif, menguasai dan kompetitif. Kegagalan menimbulkan perasaan tidak adekuat & inferioritas merasa diri tidak berguna.
5. Identitas dan Penolakan Vs difusi Identitas (masa remaja: 12-20 tahun).
Tahap perkembangan sebelumnya memberi kontribusi yang berarti pada pembentukan Identitas dapat terjadi krisis identitas. Fungsi dasar remaja adalah mengintegrasikan berbagai identifikasi yang mereka dapat pada masa kanak-kanak untuk melengkapi proses pencarian identitas
6. Intimasi dan Solidaritas Vs Isolasi (Early adulthood : 20-35 th).
Perkembangan identitas mendasari perkembangan keakraban individu dengan orang lain. Kemampuan mengembangkan hubungan dengan sejenis/lawan jenis. Salah satu aspek keintiman adalah solidaritas. Jika keintiman gagal dicapai, individu cenderung menutup diri.
7. Generativitas Vs Stagnasi/ mandeg (middle adulthood : 35-65 th).
Generativitas bertitik tolak pada ' pentingnya dan pengarahan

namun tahapan perkembangan sebelumnya menjadi fondasi bagi tahapan perkembangan berikutnya.

Salah satu teori besar yang didasarkan pada pendekatan epigenesis ini adalah teori perkembangan menurut Erikson. Menurut Erikson, perkembangan manusia melewati suatu proses dialektik yang harus dilalui dan hasil dari proses dialektik ini adalah salah satu dari kekuatan dasar manusia yaitu harapan, kemauan, hasrat, kompetensi, cinta, perhatian, kesetiaan dan kebijaksanaan. Perjuangan di antara dua kutub ini meliputi proses di dalam diri individu (psikologis) dan proses di luar diri individu (sosial). Dengan demikian, perkembangan yang terjadi adalah suatu proses adaptasi aktif.

Remaja menurut Erikson, memiliki dua kutub dialektik yaitu Identitas dan Kebingungan. Salah satu dari pencarian individu dalam tahapan ini yaitu pencarian identitas dirinya dengan menjawab satu pertanyaan penting yaitu "Siapa Aku?". Bila individu berhasil menjawabnya akan menjadi basis bagi perkembangan ke tahap selanjutnya. Namun, apabila gagal, maka akan menimbulkan kebingungan identitas di mana individu tidak berhasil menjawab siapa dirinya yang sebenarnya. Apabila seorang individu tidak berhasil menemukan identitas dirinya, maka ia akan sulit sekali mengembangkan keintiman dengan orang lain terutama dalam hubungan heteroseksual dan pembentukan komitmen seperti yang terdapat dalam pernikahan.



generasi berikutnya'. Penting menumbuhkan upaya-upaya kreatif dan produktif. Bila generativitas gagal, terjadi stagnasi.

8. Integritas Vs Keputusasaan (later years: diatas 65 th).

Secara ideal telah mencapai integritas Integritas : menerima keterbatasan hidup, merasa menjadi bagian dari generasi sebelumnya, memiliki rasa kearifan sesuai bertambahnya usia, merupakan integrasi akhir dari tahap-tahap sebelumnya. Bila integritas gagal : timbul keputusasaan, penyesalan terhadap apa yang telah dan belum dilakukannya, ketakutan dalam menghadapi kematian

B. Perkembangan Kepribadian (Harry Stack Sullivan)

Sullivan membagi perkembangan kepribadian menjadi beberapa masa, yaitu :

1. Masa bayi : Kebutuhan akan rasa aman dalam mengembangkan rasa percaya yang mendasar (*basic trust*).
2. Masa kanak-kanak awal: belajar berkomunikasi
3. Pra sekolah : mengembangkan *body image*
4. Usia sekolah : mengembangkan hubungan dengan sebaya, melalui kompetisi, kompromi dan kooperatif
5. Remaja : mengembangkan kemandirian, melakukan hubungan dengan jenis kelamin yang berbeda
6. Dewasa : belajar untuk saling tergantung, tanggung jawab terhadap orang lain.

C. Perkembangan kepribadian menurut Allport

Menurut Allport perkembangan kepribadian dapat dikategorikan 3 fase :

a. Masa Bayi (*neonatus*)

Pada waktu lahir, anak telah mempunyai potensi- potensi fisik maupun temperamen. Tapi bayi belum memiliki kepribadian karena bayi merupakan makhluk yang eksistensinya nyaris semata-mata berupa dorongan primitif. Bayi mampu memberikan respons dengan beberapa refleks yang sangat spesifik. Allport juga menyatakan bahwa pada usia dua tahun, anak telah menunjukkan dengan pasti watak yang khas, memperlihatkan kualitas-kualitas unik yang merupakan atribut-atribut kepribadian yang bersifat tetap.

b. Masa Kanak- Kanak

Manusia adalah organisasi yang pada waktu lahir adalah makhluk biologis, akan berubah/ berkembang menjadi individu yang egonya selalu berkembang. Didalam perkembangan ini, peranan orang tua dan lingkungan tempat anak tumbuh akan sangat berpengaruh pada perkembangan kepribadian dimasa mendatang. Tingkah laku individu sesudah kelahiran secara bertahap menjadi kurang memadai sampai dengan berkembangnya kesadaran tentang 'diri'.

c. Masa Dewasa

Dalam diri individu dewasa ditemukan kepribadian yang tingkah lakunya ditentukan oleh sekumpulan sifat yang terorganisasi dan harmonis. Pribadi dewasa harus memiliki hal- hal sebagai berikut:

- Perluasan Diri (*Extension of Self*)

Aspek penting dari perluasan diri adalah proyeksi di masa depan, dimana individu harus dapat mengantisipasi masa depannya, merencanakan dan mempunyai harapan tentang hal yang telah direncanakannya.

- Orientasi Diri yang Realistik (*Self- Objectification*)

Dua komponen yang penting dalam hal ini adalah :

- ★ Humor, kecakapan untuk membina hubungan positif dengan diri sendiri dan obyek yang disenangi
- ★ *Insight*, kemampuan individu untuk mengerti dan memahami dirinya sendiri.

- Filsafat Hidup

Filsafat hidup merupakan latar belakang yang mendasari segala sesuatu yang dikerjakannya, yang memberikan arti dan tujuan (misal : Agama).

d. Perkembangan kepribadian menurut Sigmund Freud

Perkembangan manusia dalam psikoanalitik merupakan suatu gambaran yang sangat teliti dari proses perkembangan psikososial dan psikoseksual, mulai dari lahir sampai dewasa. Dalam teori Freud setiap manusia harus melewati serangkaian tahap perkembangan dalam proses menjadi dewasa. Tahap-tahap ini sangat penting bagi pembentukan sifat-sifat kepribadian yang bersifat menetap. Menurut Freud, kepribadian orang terbentuk pada usia sekitar 5-6 tahun, yaitu:

- (1) tahap oral,
- (2) tahap anal: 1-3 tahun,
- (3) tahap palus: 3-6 tahun,
- (4) tahap laten: 6-12 tahun,
- (5) tahap genetal: 12-18 tahun,
- (6) tahap dewasa, yang terbagi dewasa awal, usia setengah baya dan usia senja.

LATIHAN !!!

1. Jelaskan tipologi kepribadian manusia yang didasarkan pada cairan tubuh manusia !
2. Apa maksud dari tipologi kepribadian archetype? Dan sebutkan contohnya !
3. Apa maksud dari tipologi kepribadian minner ? dan sebutkan contohnya !
4. Jelaskan perkembangan kepribadian menurut Allport !
5. Apa ciri-ciri orang yang berpkepribadian sehat?

Bab IV

Pengembangan Kepribadian

4.1 Pendahuluan

Untuk mengembangkan kepribadian memerlukan berbagai langkah dan tindakan. Banyak hal yang dapat dilakukan. Dalam bab ini akan dibahas mengenai berbagai langkah tersebut, seperti pengenalan diri, membangun konsep diri, membangun harga diri dan membentuk karakter. Dibanding ciptaan Tuhan yang lainnya, manusia adalah ciptaan yang paling sempurna. Kesempurnaan di sini dilihat dari kelengkapan sisi-sisi manusia itu sendiri, yaitu adanya kebaikan, ada pula keburukan. Ada sisi yang kuat, ada pula sisi yang lemah. Manusia sebagai makhluk penuh potensi diri, harus selalu bertumbuh menuju aktualisasi dirinya. Manusia harus mengenali kedua sisi tersebut sebaik-baiknya. Sebab, mengenal diri sendiri adalah dasar dari action atau tindakan-tindakan, demi meraih sebuah cita-cita yang besar.

4.2 Pengenalan Diri

Sejak kurang lebih 4 abad sebelum masehi, filsuf besar, Socrates dari Yunani mengatakan: "Kenalilah diri sendiri". Pengenalan diri merupakan kemampuan seseorang untuk melihat kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya sehingga dapat melakukan respon yang tepat terhadap tuntutan yang muncul dari dalam maupun dari luar. Pengenalan diri ini dikatakan Noesjiwan (lihat Koentjoro, 1989) merupakan langkah yang diperlukan orang untuk dapat menjalankan kehidupan ini secara efektif. Kekuatan-kekuatan yang ada pada diri merupakan aset dalam kehidupan sehari-hari, namun demikian apabila kekuatan-kekuatan ini tidak disadari maka kesempatan untuk mengaktualisasikan diri akan

hilang. Demikian halnya dengan kelemahan-kelemahan yang ada pada diri seseorang. Kelemahan-kelemahan yang tidak disadari, tidak hanya merugikan diri sendiri tetapi juga dapat menyusahkan orang lain. Ada orang yang tidak tahu bahwa dirinya orang terlalu percaya diri sehingga dia merasa lebih mampu, sementara orang lain menganggap bahwa kemampuannya 'biasa-biasa' saja. Pengenalan diri adalah salah satu cara untuk membentuk konsep diri. Konsep diri (Grinder, 1978) merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri, baik secara fisik, psikis, sosial, maupun moral. Persepsi tersebut meliputi sesuatu yang dicita-citakan maupun keadaan yang sesungguhnya. Aspek fisik yang dipersepsi meliputi penilaian terhadap tubuh, pakaian, benda miliknya dsb. Aspek sosial meliputi bagaimana peranan sosial dalam masyarakat. Sementara aspek moral meliputi nilai dan prinsip yang memberi arti dan arah dalam kehidupan seseorang.



Adapun cara-cara yang dapat dilakukan untuk mengenal diri adalah sebagai berikut :

a. Introspeksi diri (pengukuran individual)

Dalam cara ini, individu meluangkan waktu untuk mengevaluasi apa yang telah dilakukannya, apa yang telah ia capai dan apa yang ia miliki sebagai suatu kelebihan yang dapat mendukung dan apa yang ia miliki sebagai suatu kekurangan yang

menghambat tercapainya prestasi tinggi. Cara ini efektif bila individu bersikap jujur, terbuka pada dirinya sendiri, mau dengan sungguh-sungguh memperhatikan kata hati

b. Feedback dari orang lain

Dalam cara ini karyawan meminta masukan berupa informasi atau data penilaian tentang dirinya dari orang lain, apakah itu rekan kerja, atasan, bawahan maupun dari anggota keluarga. Masukan berupa umpan balik (*feedback*) ini meliputi segala sesuatu tentang sikap dan perilaku seseorang yang tampak/terlihat, dipersepsi oleh orang lain yang bertemu, berinteraksi dengannya. Cara ini bertujuan untuk membantu seseorang menelaah dan memperbaiki tingkah laku.

Beberapa persyaratan suatu *feedback* efektif adalah :

- Diberikan secara langsung kepada individu, jika diberikan secara tidak langsung Akan bermanfaat jika bukan berupa penilaian.
- Pernyataan yang disampaikan bersifat evaluatif dan deskriptif. Artinya akan lebih bijaksana mendeskripsikan tingkah laku yang dinilai 'positif' maupun 'negatif' karena tidak memberi 'cap' tertentu kepada individu yang diberi umpan balik.
- Diberikan sesuai kebutuhan dan dikehendaki penerima. Artinya individu yang memang membutuhkan umpan balik akan lebih mudah menerima penilaian tentang dirinya baik yang bersifat positif maupun negative sehingga memungkinkan perubahan yang signifikan pada tingkah lakunya.
- Disampaikan pada waktu yang tepat. Artinya umpan balik disampaikan kepada penerima pada saat penerima siap mendengarkan umpan balik, pada waktu yang khusus, misalnya tidak dihadapan orang lain, dan pada waktu yang tidak terlalu jauh dengan waktu terjadinya perilaku.
- Dicek pada si pengirim. Artinya umpan balik akan efektif bila penerima umpan balik mengecek apa yang ia 'tangkap' dari pesan penilaian yang disampaikan oleh penerima
- Dicek pada orang lain dalam kelompok. Untuk meyakinkan bahwa umpan balik yang diterima tidak salah dimaknakan, penerima bisa mengecek juga kepada sesama rekan kerja dalam kelompok.

c. Tes Psikologi

Tes Psikologi yang mengukur potensi psikologis individu dapat memberi gambaran kekuatan dan kelemahan individu pada berbagai aspek psikologis seperti kecerdasan/ kemampuan intelektual (a.l kemampuan analisa , logika berpikir, berpikir kreatif, berpikir numerikal), potensi kerja (a.l vitalitas, sumber energy kerja, motivasi, ketahanan terhadap stress kerja), kemampuan sosiabilitas (a.l stabilitas emosi, kepekaan perasaan, kemampuan membina relasi sosial) dan potensi kepemimpinan .

4.3 Membangun Konsep Diri

Untuk mengembangkan diri (kepribadian) seseorang, setelah mengenal diri sendiri adalah membangun tentang konsep diri itu sendiri. Konsep diri sangat erat kaitannya dengan diri individu. Kehidupan yang sehat, baik fisik maupun psikologi salah satunya di dukung oleh konsep diri yang baik dan stabil. Konsep diri adalah hal-hal yang berkaitan dengan ide, pikiran, kepercayaan serta keyakinan yang diketahui dan dipahami oleh individu tentang dirinya. Hal ini akan mempengaruhi kemampuan individu dalam membina hubungan interpersonal.

Meski konsep diri tidak langsung ada, begitu individu di lahirkan, tetapi secara bertahap seiring dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan individu, konsep diri akan terbentuk karena pengaruh lingkungan. selain itu konsep diri juga akan di pelajari oleh individu melalui kontak dan pengalaman dengan orang lain termasuk berbagai stressor yang dilalui individu tersebut. Hal ini akan membentuk persepsi individu terhadap dirinya sendiri dan penilaian persepsinya terhadap pengalaman akan situasi tertentu.

Gambaran penilaian tentang konsep diri dapat di ketahui melalui rentang respon dari adaptif sampai dengan maladaptif. Konsep diri itu sendiri terdiri dari beberapa bagian, yaitu : gambaran diri (body Image), ideal diri, harga diri, peran dan identitas.

Konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Stuart dan Sudeen, 1998). Hal ini termasuk persepsi individu akan sifat dan

g. Standard sosial budaya.

Hal ini berkaitan dengan kultur sosial budaya yang berbeda-setiap pada setiap orang dan keterbatasannya serta keterbelakangan dari budaya tersebut menyebabkan pengaruh pada gambaran diri individu, seperti adanya perasaan minder.

Beberapa gangguan pada gambaran diri tersebut dapat menunjukkan tanda dan gejala, seperti :

- Syok Psikologis.

Syok Psikologis merupakan reaksi emosional terhadap dampak perubahan dan dapat terjadi pada saat pertama tindakan syok psikologis digunakan sebagai reaksi terhadap ansietas. Informasi yang terlalu banyak dan kenyataan perubahan tubuh membuat klien menggunakan mekanisme pertahanan diri seperti mengingkari, menolak dan proyeksi untuk mempertahankan keseimbangan diri.

- Menarik diri.

Klien menjadi sadar akan kenyataan, ingin lari dari kenyataan , tetapi karena tidak mungkin maka klien lari atau menghindari secara emosional. Klien menjadi pasif, tergantung , tidak ada motivasi dan keinginan untuk berperan dalam perawatannya.

- Penerimaan atau pengakuan secara bertahap.

Setelah klien sadar akan kenyataan maka respon kehilangan atau berduka muncul. Setelah fase ini klien mulai melakukan reintegrasi dengan gambaran diri yang baru. Tanda dan gejala dari gangguan gambaran diri di atas adalah proses yang adaptif, jika tampak gejala dan tanda-tanda berikut secara menetap maka respon klien dianggap maladaptif sehingga terjadi gangguan gambaran diri yaitu :

- Menolak untuk melihat dan menyentuh bagian yang berubah.
- Tidak dapat menerima perubahan struktur dan fungsi tubuh.
- Mengurangi kontak sosial sehingga terjadi menarik diri.
- Perasaan atau pandangan negatif terhadap tubuh.
- Preokupasi dengan bagian tubuh atau fungsi tubuh yang hilang.
- Mengungkapkan keputusasaan.

Gambaran diri (*Body Image*) berhubungan dengan kepribadian. Cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologinya. Pandangan yang realistis terhadap dirinya manarima dan mengukur bagian tubuhnya akan lebih rasa aman, sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri. Individu yang stabil, realistis dan konsisten terhadap gambaran dirinya akan memperlihatkan kemampuan yang mantap terhadap realisasi yang akan memacu sukses dalam kehidupan. Banyak Faktor dapat yang mempengaruhi gambaran diri seseorang, seperti, munculnya Stresor yang dapat mengganggu integrasi gambaran diri. Stresor-stresor tersebut dapat berupa :

- a. Operasi.
Seperti : mastektomi, amputasi, luka operasi yang semua-nya mengubah gambaran diri. Demikian pula tindakan koreksi seperti operasi plastik, protesa dan lain -lain.
- b. Kegagalan fungsi tubuh.
Seperti hemiplegi, buta, tuli dapat mengakibatkan depersonalisasi yaitu tidak mengkuai atau asing dengan bagian tubuh, sering berkaitan dengan fungsi saraf.
- c. Paham yang berkaitan dengan bentuk dan fungsi tubuh
Seperti sering terjadi pada klien gangguan jiwa, klien mempersiapkan penampilan dan pergerakan tubuh sangat berbeda dengan kenyataan.
- d. Tergantung pada mesin.
Seperti : klien intensif care yang memandang imobilisasi sebagai tantangan, akibatnya sukar mendapatkan informasi umpan balik engan penggunaan Intensif care dipandang sebagai gangguan.
- e. Perubahan tubuh berkaitan
Hal ini berkaitan dengan tumbuh kembang dimana seseorang akan merasakan perubahan pada dirinya seiring dengan bertambahnya usia. Tidak jarang seseorang menanggapi dengan respon negatif dan positif. Ketidakpuasan juga dirasakan seseorang jika didapati perubahan tubuh yang tidak ideal.
- f. Umpan balik interpersonal yang negative
Umpan balik ini adanya tanggapan yang tidak baik berupa celaan, makian sehingga dapat membuat seseorang menarik diri.

- Mengungkapkan ketakutan ditolak,
- Depersonalisasi
- Menolak penjelasan tentang perubahan tubuh,

B. Ideal Diri.

Ideal diri adalah persepsi individu tentang bagaimana ia harus berperilaku berdasarkan standart, aspirasi, tujuan atau penilaian personal tertentu. Standar dapat berhubungan dengan tipe orang yang akan diinginkan atau sejumlah aspirasi, cita-cita, nilai- nilai yang ingin di capai . Ideal diri akan mewujudkan cita-cita, nilai-nilai yang ingin dicapai. Ideal diri akan mewujudkan cita- cita dan harapan pribadi berdasarkan norma sosial (keluarga budaya) dan kepada siapa ingin dilakukan .

Ideal diri mulai berkembang pada masa kanak-kanak yang di pengaruhi orang yang penting pada dirinya yang memberikan keuntungan dan harapan pada masa remaja ideal diri akan di bentuk melalui proses identifikasi pada orang tua, guru dan teman.

Agar individu mampu berfungsi dan mendemonstrasikan kecocokan antara persepsi diri dan ideal diri. Ideal diri ini hendaknya ditetapkan tidak terlalu tinggi, tetapi masih lebih tinggi dari kemampuan agar tetap menjadi pendorong dan masih dapat dicapai.

C. Harga diri.

Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh prilaku memenuhi ideal diri (Stuart and Sundeen, 1991). Frekuensi pencapaian tujuan akan menghasilkan harga diri yang rendah atau harga diri yang tinggi. Jika individu sering gagal, maka cenderung harga diri rendah. Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Aspek utama adalah di cintai dan menerima penghargaan dari orang lain.

Biasanya harga diri sangat rentan terganggu pada saat remaja dan usia lanjut. Dari hasil riset ditemukan bahwa masalah kesehatan fisik mengakibatkan harga diri rendah. Harga diri tinggi terkait dengan ansietas yang rendah, efektif dalam kelompok dan diterima oleh orang lain. Sedangkan harga diri rendah terkait dengan hubungan interpersonal yang buruk dan resiko terjadi depresi dan

skizofrenia. Gangguan harga diri dapat digambarkan sebagai perasaan negatif terhadap diri sendiri termasuk hilangnya percaya diri dan harga diri. Harga diri rendah dapat terjadi secara situasional (trauma) atau kronis (negatif self evaluasi yang telah berlangsung lama). Dan dapat di ekspresikan secara langsung atau tidak langsung (nyata atau tidak nyata).

Menurut beberapa ahli dikemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan harga diri, seperti :

a. Perkembangan individu.

Faktor predisposisi dapat dimulai sejak masih bayi, seperti penolakan orang tua menyebabkan anak merasa tidak dicintai dan mengakibatkan anak gagal mencintai dirinya dan akan gagal untuk mencintai orang lain. Pada saat anak berkembang lebih besar, anak mengalami kurangnya pengakuan dan pujian dari orang tua dan orang yang dekat atau penting baginya. Ia merasa tidak adekuat karena selalu tidak dipercaya untuk mandiri, memutuskan sendiri akan bertanggung jawab terhadap perilakunya. Sikap orang tua yang terlalu mengatur dan mengontrol, membuat anak merasa tidak berguna.

b. Ideal Diri tidak realistis.

Individu yang selalu dituntut untuk berhasil akan merasa tidak punya hak untuk gagal dan berbuat kesalahan. Ia membuat standart yang tidak dapat dicapai, seperti cita-cita yang terlalu tinggi dan tidak realistis. Yang pada kenyataan tidak dapat dicapai membuat individu menghukum diri sendiri dan akhirnya percaya diri akan hilang.

c. Gangguan fisik dan mental

Gangguan ini dapat membuat individu dan keluarga merasa rendah diri.

d. Sistim keluarga yang tidak berfungsi.

Orang tua yang mempunyai harga diri yang rendah tidak mampu membangun harga diri anak dengan baik. Orang tua memberi umpan balik yang negatif dan berulang-ulang akan merusak harga diri anak. Harga diri anak akan terganggu jika kemampuan menyelesaikan masalah tidak adekuat. Akhirnya anak memandang negatif terhadap pengalaman dan kemampuan di lingkungannya.

- e. Pengalaman traumatik yang berulang, misalnya akibat aniaya fisik, emosi dan seksual. Penganiayaan yang dialami dapat berupa penganiayaan fisik, emosi, peperangan, bencana alam, kecelakaan atau perampokan. Individu merasa tidak mampu mengontrol lingkungan. Respon atau strategi untuk menghadapi trauma umumnya mengingkari trauma, mengubah arti trauma, respon yang biasa efektif terganggu. Akibatnya koping yang biasa berkembang adalah depresi dan denial pada trauma.

D. Peran

Peran adalah sikap dan perilaku nilai serta tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat. Peran yang ditetapkan adalah peran dimana seseorang tidak punya pilihan, sedangkan peran yang diterima adalah peran yang terpilih atau dipilih oleh individu. Posisi dibutuhkan oleh individu sebagai aktualisasi diri. Harga diri yang tinggi merupakan hasil dari peran yang memenuhi kebutuhan dan cocok dengan ideal diri. Posisi di masyarakat dapat merupakan stresor terhadap peran karena struktur sosial yang menimbulkan kesukaran, tuntutan serta posisi yang tidak mungkin dilaksanakan.

Stress peran terdiri dari konflik peran yang tidak jelas dan peran yang tidak sesuai atau peran yang terlalu banyak. Faktor-faktor yang mempengaruhi dalam menyesuaikan diri dengan peran yang harus dilakukan adalah :

- a. Kejelasan perilaku dengan penghargaan yang sesuai dengan peran.
- b. Konsisten respon orang yang berarti terhadap peran yang dilakukan.
- c. Kesesuaian dan keseimbangan antara peran yang di emban.
- d. Keselarasan budaya dan harapan individu terhadap perilaku peran.
- e. Pemisahan situasi yang akan menciptakan ketidak sesuaian perilaku peran.

Menurut Stuart and Sunden Penyesuaian individu terhadap perannya di pengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- Kejelasan perilaku yang sesuai dengan perannya serta pengetahuan yang spesifik tentang peran yang diharapkan
- Konsistensi respon orang yang berarti atau dekat dengan peranannya.
- Kejelasan budaya dan harapannya terhadap perilaku perannya.
- Pemisahan situasi yang dapat menciptakan ketidak selarasan

Sepanjang kehidupan individu sering menghadapi perubahan-perubahan peran, baik yang sifatnya menetap atau sementara yang sifatnya dapat karena situasional. Hal ini, biasanya disebut dengan transisi peran. Transisi peran tersebut dapat di kategorikan menjadi beberapa bagian, seperti :

a. Transisi Perkembangan.

Setiap perkembangan dapat menimbulkan ancaman pada identitas. Setiap perkembangan harus di lalui individu dengan menjelaskan tugas perkembangan yang berbeda-beda. Hal ini dapat merupakan stresor bagi konsep diri.

b. Transisi Situasi.

Transisi situasi terjadi sepanjang daur kehidupan, bertambah atau berkurang orang yang berarti melalui kelahiran atau kematian, misalnya status sendiri menjadi berdua atau menjadi orang tua. Perubahan status menyebabkan perubahan peran yang dapat menimbulkan ketegangan peran yaitu konflik peran, peran tidak jelas atau peran berlebihan.

c. Transisi sehat sakit

Stresor pada tubuh dapat menyebabkan gangguan gambaran diri dan berakibat diri dan berakibat perubahan konsep diri. Perubahan tubuh dapat mempengaruhi semua kompoen konsep diri yaitu gambaran diri, identitas diri peran dan harga diri. Masalah konsep diri dapat di cetuskan oleh faktor psikologis, sosiologi atau fisiologi, namun yang penting adalah persepsi klien terhadap ancaman. Selain itu dapat saja terjadi berbagai gangguan peran, penyebab atau faktor-faktor gangguan peran tersebut dapat di akibatkan oleh :

1. Konflik peran interpersonal, Individu dan lingkungan tidak mempunyai harapan peran yang selaras.
2. Contoh peran yang tidak adekuat.

3. Kehilangan hubungan yang penting
4. Perubahan peran seksual
5. Keragu-raguan peran
6. Perubahan kemampuan fisik untuk menampilkan peran sehubungan dengan proses menua
7. Kurangnya kejelasan peran atau pengertian tentang peran
8. Ketergantungan obat
9. Kurangnya keterampilan social
10. Perbedaan budaya
11. Harga diri rendah
12. Konflik antar peran yang sekaligus di perankan

Gangguan-gangguan peran yang terjadi tersebut dapat ditandai dengan tanda dan gejala, seperti :

- a. Mengungkapkan ketidakpuasan perannya atau kemampuan menampilkan peran
- b. Mengingkari atau menghindari peran
- c. Kegagalan trnsisi peran
- d. Ketegangan peran
- e. Kemunduran pola tanggungjawab yang biasa dalam peran
- f. Proses berkabung yang tidak berfungsi
- g. Kejenuhan pekerjaan
- h. Identitas

Identitas adalah kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sendiri sebagai satu kesatuan yang utuh. Seseorang yang mempunyai perasaan identitas diri yang kuat akan yang memandang dirinya berbeda dengan orang lain. Kemandirian timbul dari perasaan berharga (aspek diri sendiri), kemampuan dan penyesuaian diri. Seseorang yang mandiri dapat mengatur dan menerima dirinya. Identitas diri terus berkembang sejak masa kanak-kanak bersamaan dengan perkembangan konsep diri. Hal yang penting dalam identitas adalah jenis kelamin.

Identitas jenis kelamin berkembang sejak lahir secara bertahap dimulai dengan konsep laki-laki dan wanita banyak dipengaruhi oleh pandangan dan perlakuan masyarakat terhadap

masing-masing jenis kelamin tersebut. perasaan dan perilaku yang kuat akan identitas diri individu dapat ditandai dengan:

- a. Memandang dirinya secara unik
- b. Merasakan dirinya berbeda dengan orang lain
- c. Merasakan otonomi : menghargai diri, percaya diri, mampu diri, menerima diri dan dapat mengontrol diri.
- d. Mempunyai persepsi tentang gambaran diri, peran dan konsep diri.

4.4 Etika Diri

Pengertian Etika (Etimologi), berasal dari bahasa Yunani adalah "Ethos", yang berarti watak kesusilaan atau adat kebiasaan (custom). Etika biasanya berkaitan erat dengan perkataan moral yang merupakan istilah dari bahasa Latin, yaitu "Mos" dan dalam bentuk jamaknya "Mores", yang berarti juga adat kebiasaan atau cara hidup seseorang dengan melakukan perbuatan yang baik (kesusilaan), dan menghindari hal-hal tindakan yang buruk. Etika dan moral lebih kurang sama pengertiannya, tetapi dalam kegiatan sehari-hari terdapat perbedaan, yaitu moral atau moralitas untuk penilaian perbuatan yang dilakukan, sedangkan etika adalah untuk pengkajian sistem nilai-nilai yang berlaku. Istilah lain yang identik dengan etika, yaitu:

- Susila (Sanskerta), lebih menunjukkan kepada dasar-dasar, prinsip, aturan hidup (sila) yang lebih baik (su).
- Akhlak (Arab), berarti moral, dan etika berarti ilmu akhlak.

Filsuf Aristoteles, dalam bukunya Etika Nikomacheia, menjelaskan tentang pembahasan Etika, sebagai berikut:

- Terminus Techicus

Pengertian etika dalam hal ini adalah, etika dipelajari untuk ilmu pengetahuan yang mempelajari masalah perbuatan atau tindakan manusia.

- Manner dan Custom

Membahas etika yang berkaitan dengan tata cara dan kebiasaan (adat) yang melekat dalam kodrat manusia (In herent in human nature) yang terikat dengan pengertian "baik dan buruk" suatu tingkah laku atau perbuatan manusia.

Pengertian dan definisi Etika dari para filsuf atau ahli berbeda dalam pokok perhatiannya; antara lain:

- a. Merupakan prinsip-prinsip moral yang termasuk ilmu tentang kebaikan dan sifat dari hak (*The principles of morality, including the science of good and the nature of the right*)
- b. Pedoman perilaku, yang diakui berkaitan dengan memperhatikan bagian utama dari kegiatan manusia. (*The rules of conduct, recognize in respect to a particular class of human actions*)
- c. Ilmu watak manusia yang ideal, dan prinsip-prinsip moral sebagai individual. (*The science of human character in its ideal state, and moral principles as of an individual*)
- d. Merupakan ilmu mengenai suatu kewajiban (*The science of duty*)

Dalam membahas Etika sebagai ilmu yang menyelidiki tentang tanggapan kesusilaan atau etis, yaitu sama halnya dengan berbicara moral (*mores*). Manusia disebut etis, ialah manusia secara utuh dan menyeluruh mampu memenuhi hajat hidupnya dalam rangka asas keseimbangan antara kepentingan pribadi dengan pihak yang lainnya, antara rohani dengan jasmaninya, dan antara sebagai makhluk berdiri sendiri dengan penciptanya. Termasuk di dalamnya membahas nilai-nilai atau norma-norma yang dikaitkan dengan etika, terdapat dua macam etika (Keraf: 1991).

Etika yang menelaah secara kritis dan rasional tentang sikap dan perilaku manusia, serta apa yang dikejar oleh setiap orang dalam hidupnya sebagai sesuatu yang bernilai. Artinya Etika deskriptif tersebut berbicara mengenai fakta secara apa adanya, yakni mengenai nilai dan perilaku manusia sebagai suatu fakta yang terkait dengan situasi dan realitas yang membudaya. Dapat disimpulkan bahwa tentang kenyataan dalam penghayatan nilai atau tanpa nilai dalam suatu masyarakat yang dikaitkan dengan kondisi tertentu memungkinkan manusia dapat bertindak secara etis.

Etika yang menetapkan berbagai sikap dan perilaku yang ideal dan seharusnya dimiliki oleh manusia atau apa yang seharusnya dijalankan oleh manusia dan tindakan apa yang bernilai dalam hidup ini. Jadi Etika Normatif merupakan norma-norma yang dapat menuntun agar manusia bertindak secara baik dan

menghindarkan hal-hal yang buruk, sesuai dengan kaidah atau norma yang disepakati dan berlaku di masyarakat.

Dari berbagai pembahasan definisi tentang etika tersebut di atas dapat diklasifikasikan menjadi tiga (3) jenis definisi, yaitu sebagai berikut:

- a. Jenis pertama, etika dipandang sebagai cabang filsafat yang khusus membicarakan tentang nilai baik dan buruk dari perilaku manusia.
- b. Jenis kedua, etika dipandang sebagai ilmu pengetahuan yang membicarakan baik buruknya perilaku manusia dalam kehidupan bersama. Definisi tersebut tidak melihat kenyataan bahwa ada keragaman norma, karena adanya ketidaksamaan waktu dan tempat, akhirnya etika menjadi ilmu yang deskriptif dan lebih bersifat sosiologis.
- c. Jenis ketiga, etika dipandang sebagai ilmu pengetahuan yang bersifat normatif, dan evaluatif yang hanya memberikan nilai baik buruknya terhadap perilaku manusia. Dalam hal ini tidak perlu menunjukkan adanya fakta, cukup informasi, menganjurkan dan merefleksikan. Definisi etika ini lebih bersifat informatif, direktif dan reflektif.

Untuk memenuhi kebutuhan dan kepentingan kehidupan dengan aman, tertib dan damai tanpa gangguan tersebut, maka diperlukan suatu tata (*orde=ordnung*), dan tata itu diwujudkan dalam "aturan main" yang menjadi pedoman bagi segala pergaulan kehidupan sehari-hari, sehingga kepentingan masing-masing anggota masyarakat terpelihara dan terjamin. Setiap anggota masyarakat mengetahui "hak dan kewajibannya masing-masing sesuai dengan tata peraturan", dan tata itu lazim disebut "*kaedah*" (bahasa Arab), dan "norma" (bahasa Latin) atau ukuran-ukuran yang menjadi pedoman, norma-norma tersebut mempunyai dua macam menurut isinya, yaitu:

- a. Perintah, yang merupakan keharusan bagi seseorang untuk berbuat sesuatu oleh karena akibatnya dipandang baik.
- b. Larangan, yang merupakan keharusan bagi seseorang untuk tidak berbuat sesuatu oleh karena akibatnya dipandang tidak baik.



Artinya norma adalah untuk memberikan petunjuk kepada manusia bagaimana seseorang harus bertindak dalam masyarakat serta perbuatan-perbuatan mana yang harus dijalankannya, dan perbuatan-perbuatan mana yang harus dihindari (Kansil, 1989). Norma-norma itu dapat dipertahankan melalui sanksi-sanksi, yaitu berupa ancaman hukuman terhadap siapa yang telah melanggarnya. Tetapi dalam kehidupan masyarakat yang terikat oleh peraturan hidup yang disebut norma, tanpa atau dikenakan sanksi atas pelanggaran, bila seseorang melanggar suatu norma, maka akan dikenakan sanksi sesuai dengan tingkat dan sifatnya suatu pelanggaran yang terjadi.

Dalam pelaksanaannya, terbagi lagi menjadi norma-norma umum (non hukum) dan norma hukum, pemberlakuan norma-norma itu dalam aspek kehidupan dapat digolongkan ke dalam dua macam kaidah, sebagai berikut:

1. Aspek kehidupan pribadi (individual) meliputi:
 - Kaidah kepercayaan untuk mencapai kesucian hidup pribadi atau kehidupan yang beriman.

- Kehidupan kesusilaan, nilai moral, dan etika yang tertuju pada kebaikan hidup pribadi demi tercapainya kesucian hati nu-rani yang berakhlak berbudi luhur (akhlakul kharimah).
- 2. Aspek kehidupan antar pribadi (bermasyarakat) meliputi:
 - Kaidah atau norma-norma sopan-santun, tata krama dan etiket dalam pergaulan sehari-hari dalam bermasyarakat (*pleasant living together*).
 - Kaidah-kaidah hukum yang tertuju kepada terciptanya ketertiban, kedamaian dan keadilan dalam kehidupan bersama atau bermasyarakat yang penuh dengan kepastian atau ketenteraman (*peaceful living together*).

Sedangkan masalah norma non hukum adalah masalah yang cukup penting dan selanjutnya akan dibahas secara lebih luas mengenai kode perilaku dan kode profesi Humas/PR, yaitu seperti nilai-nilai moral, etika, etis, etiket, tata krama dalam pergaulan sosial atau bermasyarakat, sebagai nilai aturan yang telah disepakati bersama, dihormati, wajib dipatuhi dan ditaati.

Norma moral tersebut tidak akan dipakai untuk menilai seorang dokter ketika mengobati pasiennya, atau dosen dalam menyampaikan materi kuliah terhadap para mahasiswanya, melainkan untuk menilai bagaimana sebagai profesional tersebut menjalankan tugas dan kewajibannya dengan baik sebagai manusia yang berbudi luhur, jujur, bermoral, penuh integritas dan bertanggung jawab.

Terlepas dari mereka sebagai profesional tersebut jitu atau tidak dalam memberikan obat sebagai penyembuhnya, atau metodologi dan keterampilan dalam memberikan bahan kuliah dengan tepat. Dalam hal ini yang ditekankan adalah "sikap atau perilaku" mereka dalam menjalankan tugas dan fungsi sebagai profesional yang diembannya untuk saling menghargai sesama atau kehidupan manusia.

Pada akhirnya nilai moral, etika, kode perilaku dan kode etik standard profesi adalah memberikan jalan, pedoman, tolok ukur dan acuan untuk mengambil keputusan tentang tindakan apa yang akan dilakukan dalam berbagai situasi dan kondisi tertentu dalam memberikan pelayanan profesi atau keahliannya masing-masing.

Pengambilan keputusan etis atau etik, merupakan aspek kompetensi dari perilaku moral sebagai seorang profesional yang telah memperhitungkan konsekuensinya, secara matang baik buruknya, akibat yang ditimbulkan dari tindakannya itu secara obyektif, dan sekaligus memiliki tanggung jawab atau integritas yang tinggi. Kode etik profesi dibentuk dan disepakati oleh para profesional tersebut bukanlah ditujukan untuk melindungi kepentingan individual (subyektif), tetapi lebih ditekankan kepada kepentingan yang lebih luas (obyektif).

Pengertian etiket dan etika sering dicampuradukkan, padahal kedua istilah tersebut terdapat arti yang berbeda, walaupun ada persamaannya. Istilah etika sebagaimana dijelaskan sebelumnya adalah berkaitan dengan moral (mores), sedangkan kata etiket adalah berkaitan dengan nilai sopan santun, tata krama dalam pergaulan formal. Persamaannya adalah mengenai perilaku manusia secara normatif yang etis. Artinya memberikan pedoman atau norma-norma tertentu yaitu bagaimana seharusnya seseorang itu melakukan perbuatan dan tidak melakukan sesuatu perbuatan. Istilah etiket berasal dari Etiquette (Perancis) yang berarti dari awal suatu kartu undangan yang biasanya dipergunakan semasa raja-raja di Perancis mengadakan pertemuan resmi, pesta dan resepsi untuk kalangan para elite kerajaan atau bangsawan.

Dalam pertemuan tersebut telah ditentukan atau disepakati berbagai peraturan atau tata krama yang harus dipatuhi, seperti cara berpakaian (tata busana), cara duduk, cara bersalaman, cara berbicara, dan cara bertamu dengan si kap serta perilaku yang penuh sopan santun dalam pergaulan formal atau resmi. Definisi etiket, menurut para pakar ada beberapa pengertian, yaitu merupakan kumpulan tata cara dan sikap baik dalam pergaulan antar manusia yang beradab. Pendapat lain mengatakan bahwa etiket adalah tata aturan sopan santun yang disetujui oleh masyarakat tertentu dan menjadi norma serta panutan dalam bertingkah laku sebagai anggota masyarakat yang baik dan menyenangkan.

Ada empat perbedaan antara etika dan etiket, yaitu secara umumnya sebagai berikut:

1. Etika adalah niat, apakah perbuatan itu boleh dilakukan atau tidak sesuai pertimbangan niat baik atau buruk sebagai akibatnya. Etiket adalah menetapkan cara, untuk melakukan perbuatan benar sesuai dengan yang diharapkan.
2. Etika adalah nurani (bathiniah), bagaimana harus bersikap etis dan baik yang sesungguhnya timbul dari kesadaran dirinya. Etiket adalah formalitas (lahiriah), tampak dari sikap luarnya penuh dengan sopan santun dan kebaikan.
3. Etika bersifat absolut, artinya tidak dapat ditawar-tawar lagi, kalau perbuatan baik mendapat pujian dan yang salah harus mendapat sanksi. Etiket bersifat relatif, yaitu yang dianggap tidak sopan dalam suatu kebudayaan daerah tertentu, tetapi belum tentu di tempat daerah lainnya.
4. Etika berlakunya, tidak tergantung pada ada atau tidaknya orang lain yang hadir. Etiket hanya berlaku, jika ada orang lain yang hadir, dan jika tidak ada orang lain maka etiket itu tidak berlaku.

Etika pergaulan mahasiswa yang sesuai dengan PP 60 tahun 1999 tentang Sistem Pendidikan Tinggi, diwujudkan dengan diberlakukannya tata tertib kehidupan kampus, tata tertib ujian, ketentuan-ketentuan pemilihan lembaga kemahasiswaan yang prinsipnya mengatur tentang perilaku mahasiswa guna menunjang tercapainya tujuan pendidikan tinggi seperti yang diisyaratkan di dalam PP 60 tahun 1999 tersebut :

1. Faktor Kunci Keberhasilan Mahasiswa dalam Belajar

- Perlu diingat bahwa tugas mahasiswa adalah belajar. Untuk mencapai keberhasilan, maka perlu diketahui faktor-faktor yang menjadi kunci yakni :
- Atribut Individu, Atribut individu / mahasiswa adalah karakteristik yang dimiliki oleh setiap mahasiswa yang menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan mahasiswa dalam belajar. Ada tiga karakteristik yang melekat dalam setiap mahasiswa dengan proporsi yang berbeda-beda yakni :
 - a. Karakteristik Demografi seperti umur dan jenis kelamin;
 - b. Karakteristik Kompetensi seperti kecerdasan dan kemampuan;
 - c. Karakteristik Psikologi seperti nilai, perilaku dan kepribadian.

- Keinginan Kerja, Keinginan kerja ini artinya keinginan untuk belajar, karena tugas mahasiswa adalah belajar. Selain itu juga harus ada motivasi, baik dari dalam maupun dari luar. Motivasi dari dalam berasal dari diri sendiri untuk berhasil dalam rangka menyongsong masa depan yang lebih baik. Motivasi dari luar berasal dari luar diri sendiri baik berasal dari orang tua atau dari pihak lain.
- Dukungan Organisasi

Dukungan organisasi adalah segala sesuatu yang mendukung kepada mahasiswa untuk memaksimalkan hasil dari belajar. Untuk mencapai hasil yang optimal, maka ketiga faktor tersebut harus dimaksimalkan. Kehilangan salah satu faktor saja, maka hasilnya tidak dapat optimal. Berdasarkan pengamatan terhadap para alumni yang sukses meniti karier di tempatnya bekerja, maka berikut ini saran-saran yang perlu dikemukakan agar saudara juga dapat meraih kesuksesan di masa depan :

a. Perbanyak Menggunakan Komputer

Komputer adalah benda mati yang diciptakan oleh daya nalar (logika) manusia, karenanya, prinsip kerja komputer sama dengan cara kerja nalar manusia. Komputer tak ubahnya sebagai "pembantu" kerja yang dapat diperintah dengan perintah yang sesuai dengan logika atau nalar. Karenanya, diharapkan mahasiswa untuk sering menggunakan komputer agar lebih mengenal "sifat" komputer. Semakin sering menggunakannya, maka kesalahan-kesalahan perintah yang mungkin terjadi akan semakin berkurang atau sama sekali tidak akan ada kesalahan. Untuk sering menggunakannya, maka alangkah baiknya jika setiap mahasiswa memiliki komputer pribadi.

b. Memilih Teman

Penyesalan biasanya datang terlambat. Ini banyak dialami mahasiswa yang merasa "tertipu" oleh dirinya sendiri karena salah memilih teman bergaul. Kesenangan sesaat justru menjerumuskan mereka ke kepedihan yang berkepanjangan. Jangan sampai saudara mengalami hal ini. Pilihlah teman, dan bentuklah kelompok-kelompok belajar yang memiliki jiwa inovatif. Artinya, tidak hanya mengulang pelajaran yang sudah

diberikan oleh dosen, melainkan mencari referensi lain yang mendukung pelajaran tersebut, dan kuasai materi berikutnya yang akan diajarkan dosen di kelas. Ingat, masa depan saudara tergantung saudara sendiri, dan mulailah dengan bekerja keras dalam belajar sejak dini untuk meraih masa depan.

c. Jangan Mudah Mengeluh

Orang yang sering berkeluh-kesah menandakan kurang memiliki kemampuan. Dalam ilmu psikologi, ada satu alat ukur kemampuan seorang manusia yang disebut dengan adversity quotient (AQ), yaitu daya ketahananmalangan seseorang, yang nilainya di atas IQ (kecerdasan otak) dan EQ (kecerdasan emosi). Orang yang memiliki nilai AQ tinggi, maka ia tidak mudah mengeluh dan tidak mudah berputus asa walau pada kondisi seburuk apapun. Justru sebaliknya, dengan segala keterbatasan yang dimilikinya, ia mampu berpikir dan bertindak mensiasati diri untuk dapat terus maju. Hal ini terjadi atau dapat dilihat para pengusaha ekonomi lemah yang tetap survive dan maju meskipun krisis ekonomi melanda negara kita.

d. Kembangkan Gairah Membaca dan Menulis

Gunakan waktu-waktu senggang untuk membaca dan menulis yang berkaitan dengan tugas belajar. Keengganan membeli buku dan membaca buku yang berkaitan dengan materi pelajaran yang sedang dijalannya akan menghambat proses belajar. Mahasiswa pada umumnya sangat gemar meng-copy transparansi dosen, padahal, transparansi itu adalah sarana untuk mengajar, bukan sarana untuk belajar. Pada semester 6, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menulis sebuah penulisan ilmiah, yang setiap kata, setiap kalimat, dan setiap alineanya diperiksa oleh dosen pembimbing dan dosen penguji. Kesalahan dalam memilih kata, mengungkapkan ide dalam kalimat, dan ketidaksesinambungan antara satu kalimat dengan kalimat lain di dalam sebuah alinea, merupakan kesalahan yang cukup fatal.

e. Jauhkan Sifat Sombong

Tidak ada satupun manusia yang segala kemampuannya melebihi orang lain. Kesombongan hanya akan menjauhkan

diri kita pada kesempatan baik yang semestinya dapat kita raih. Bisa saja, karena sifat sombong kita, teman kita yang tadinya mau mengajak bekerja di perusahaan besar menjadi enggan, teman-teman yang tadinya simpati karena kepintaran kita, menjadi antipati. Seorang professor, yang sangat ahli dan sangat menguasai bidangnya, ia tetap tidak bisa sombong, karena, ilmu terus berkembang, dan suatu saat apa yang telah dikuasainya ternyata belum apa-apa, karenanya ia harus terus belajar. Konsep belajar adalah long-life education (belajar seumur hidup), tidak ada hentinya.

f. **Miliki Target-target Pribadi**

Biasakan memiliki target-target pribadi, misalkan, di semester depan IPK saya harus naik, di tahun kelima saya harus bisa membuka usaha di bidang informatika, dan sebagainya. Untuk mencapai target-target tersebut, maka kita harus memiliki strategi atau siasat-siasat yang mungkin dapat kita kerjakan. Kita harus dapat menilai tentang kemampuan diri kita (apa yang kita miliki, apa kelebihan kita, apa kekurangan kita), selanjutnya kita harus dapat memandang masa depan (apa peluang yang bisa kita raih, apa tantangan yang bakal kita hadapi), dan dari sana kita dapat melakukan manajemen diri (mengatur waktu, mengatasi kekurangan, memilih teman, dan sebagainya).

Dengan memiliki target-target pribadi, maka, jalan hidup kita menjadi lebih terarah, dan kita tahu prioritas apa yang harus dikerjakan terlebih dulu. Bila target itu tidak terpenuhi, maka susun target baru sambil mengintrospeksi diri, mengapa target tersebut tidak tercapai, dan benahi.

2. Etika dalam Berperilaku Mahasiswa

Dalam rangka menciptakan kehidupan ilmiah yang kondusif di dalam dan di luar lingkungan kampus, maka perlu diketahui etika perilaku sebagai mahasiswa adalah sebagai berikut :

1) **Etika Pergaulan di Lingkungan Kampus**

- a. Berpakaian dan bersepatu rapi di lingkungan kampus;
- b. Menjunjung tinggi nilai-nilai ilmiah;

- c. Mengetahui, memahami dan melaksanakan peraturan-peraturan yang berlaku di lingkungan kampus dan berusaha tidak melanggar;
 - d. Memberi contoh yang baik dalam berperilaku kepada adik tingkat, teman setingkat dan kakak tingkat;
 - e. Saling menghormati dan menghargai terhadap sesama mahasiswa;
 - f. Berperilaku dan bertutur kata yang sopan, baik di dalam kelas dan di luar kelas yang mencerminkan perilaku sebagai mahasiswa dan dijiwai oleh nilai-nilai agama/kepercayaan yang dianut;
 - g. Tidak berperilaku asusila atau tidak bermoral;
 - h. Bersedia menerima sanksi yang ditetapkan atas pelanggaran terhadap peraturan yang berlaku sebagai bagian dari pendidikan disiplin.
- 2) Etika Pergaulan di Luar Kampus
- a. Menjadi contoh yang baik di lingkungan dimana mahasiswa tersebut berada;
 - b. Berperilaku dan bertutur kata yang baik yang mencerminkan sebagai mahasiswa;
 - c. Berupaya mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah dipelajarinya di masyarakat sebagai wujud pengabdian;
 - d. Mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi di luar kampus.

Tata krama dalam pergaulan merupakan aturan kehidupan yang mengatur hubungan antar sesama manusia. Tata krama pergaulan berkaitan erat dengan etiket atau etika. Kata etiket berasal dari bahasa perancis *Etiquette* yang berarti tata cara bergaul yang baik, dan etika berasal dari bahasa latin *Ethic* merupakan pedoman cara hidup yang benar dilihat dari sudut Budaya, Susila dan Agama.

Dasar - dasar etiket terdiri dari :

1. Bersikap sopan dan ramah kepada siapa saja.
2. Memberi perhatian kepada orang lain.
3. Berusaha selalu menjaga perasaan orang lain.

4. Bersikap ingin membantu.
5. Memiliki rasa toleransi yang tinggi.
6. Dapat menguasai diri, mengendalikan emosi dalam situasi apapun.

Jadi pada prinsipnya dalam etiket anda harus 'Selalu berusaha untuk menyenangkan orang lain '(Always wants to please anybody)'. Manfaat etiket dalam kehidupan seorang manusia adalah:

1. Membuat anda menjadi disegani, dihormati, disenangi orang lain.
2. Memudahkan hubungan baik anda dengan orang lain (Better Human Relation).
3. Memberi keyakinan pada diri sendiri dalam setiap situasi.
4. Menjadikan anda dapat memelihara suasana yang baik dalam berbagai lingkungan, baik itu lingkungan keluarga, pergaulan, dan tempat anda bekerja.

Ciri seorang individu yang memiliki Tata Krama yang baik:

- a. Memiliki rasa percaya diri ketika menghadapi masyarakat dari tingkat manapun.
- b. Tingkah laku dan ucapannya selalu mempertimbangkan serta mencerminkan perhatian kepada orang lain.
- c. Bersikap sopan, ramah dan selalu menunjukkan sikap yang menyenangkan dan bersahabat dengan orang lain.
- d. Bisa menguasai diri sendiri dan selalu berusaha tidak menyinggung, mengganggu, menyakiti perasaan dan pikiran orang lain.
- e. Selalu berusaha tidak mengecewakan, membuat gusar apalagi membuat marah orang lain, walaupun diri sendiri dalam keadaan sedih, kesal, lelah ataupun jenuh.

Suatu hubungan antar individu biasanya dimulai dengan suatu perkenalan, dan hal ini mungkin akan menjadi pertemuan pertama yang akan melahirkan 'First Image' dan hal ini akan mempengaruhi penilaian seseorang pada hubungan selanjutnya. Cara mengenalkan:

1. Pada waktu mengenalkan orang, ucapkan namanya dengan jelas, dan apabila tidak terdengar jelas tanyakan sekali lagi.

2. Tipe individu terdiri dari introvert dan extrovert oleh karena itu pada waktu mengenalkan seseorang berikan sedikit informasi mengenai orang tersebut.
3. Lakukan Personal Contact dengan cara sebagai berikut:
 - Jabatlah tangannya dalam waktu 3 - 4 detik.
 - Pandanglah mata orang yang diperkenalkan pada anda.
 - Tersenyumlah.
 - Tubuh sedikit dibungkukkan kedepan.

4.5 Membangun Percaya Diri

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa, karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proposional, diantaranya :

- Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, panguan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain.
- Tidak terdorong untuk menunjukan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
- Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri
- Punya pengendalian diri yang baik (tidak *moody* dan emosinya stabil)
- Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/ mengharapakan bantuan orang lain.
- Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya
- Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Sedangkan karakteristik yang kurang percaya diri :

- Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
- Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan
- Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapanyang tidak realistik terhadap diri sendiri
- Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif
- Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
- Cenderung menolak pujian yang ditunjukan secara tulus (karena *undervalue* diri sendiri)
- Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu
- Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).



Dalam kehidupan sehari-hari, kita banyak menemukan orang yang sangat percaya diri serta orang-orang sombong. Orang yang percaya diri biasanya mudah bergaul dengan orang lain. Sedangkan orang sombong biasanya malas didekati oleh siapapun.

Pasalnya banyak orang yang bingung sebenarnya posisinya ada dimana. Sombongkah atau percaya dirikah Anda? Berikut perbedaan antara orang sombong dan orang percaya diri:

- 1) Orang sombong menganggap dirinya lebih tinggi dari orang lain. Sedangkan orang percaya diri percaya bahwa dirinya memiliki keunikan dan talenta sebagaimana yang dianugerahkan berbeda kepada setiap orang.
- 2) Orang sombong seolah selalu tahu apa yang paling baik untuk orang lain. Sedangkan orang yang percaya diri selalu terbuka tentang pendapatnya terhadap orang lain.
- 3) Orang sombong biasanya tajam terhadap orang yang ia lihat sebagai saingan. Orang percaya diri sudah lahir dengan kemampuan untuk bersaing.
- 4) Orang sombong sulit dan bahkan tidak pernah mengakui kesalahan mereka. Orang percaya diri tidak takut untuk mengaku bahwa ia melakukan kesalahan.
- 5) Orang sombong biasanya suka jika orang lain melakukan kesalahan. Sedangkan mereka yang percaya diri suka membantu orang menghadapi kesalahan yang mereka buat.
- 6) Orang sombong biasanya sangat peduli dengan pendapat orang lain terhadap dirinya. Sedangkan orang percaya diri tidak terlalu peduli dengan pendapat orang lain terhadap dirinya.
- 7) Orang sombong biasanya suka membanggakan dirinya, sedangkan mereka yang percaya diri cenderung diam.

Kemudian kalau sudah terlanjur demikian, maka bagaimana cara menjadi percaya diri tanpa berubah menjadi sombong? Berikut ini adalah cara untuk menanggulangi hal tersebut:

- a. Peduli akan penampilan
Perbaiki penampilan Anda tanpa maksud bahwa orang lain akan kemudian memuji Anda karena itu. Lakukan itu karena Anda tahu bahwa Anda harus mengeluarkan sisi terbaik dari diri Anda.
- b. Berikan senyuman tulus
Berusahalah untuk senyum kepada semua orang sebagai ungkapan hati Anda yang paling dalam, bukan senyum karena orang bisa terpesona terhadap senyuman Anda. Senyuman tulus adalah lambang percaya diri dan kode kepada orang lain bahwa

Anda adalah orang baik yang bisa menjadi teman yang baik pula.

c. Perhatikan orang lain

Mulai sekarang, berikan waktu Anda untuk menanyakan kepada teman atau orang sekitar Anda apa kabar mereka dan libatkan diri pada mereka, serta lakukan itu dengan tulus pula. Tunjukkan bahwa Anda melihat mereka sebagai orang-orang yang Anda hargai, siapapun dan apapun posisi mereka.

d. Jangan ketinggalan jaman

Untuk jadi orang yang percaya diri, Anda perlu terus menginformasikan kepada diri Anda tentang apa yang terjadi di sekitar Anda. Caranya, ikuti berita di koran dan televisi. Ini membantu Anda percaya diri jika terlibat percakapan dengan siapa saja. Asal jangan jadi sok tahu!

e. Luaskan pergaulan

Jangan puas berada di lingkungan kecil milik Anda sekarang. Sebisa mungkin luaskan pergaulan. Jangan pilih-pilih teman dari segala kalangan. Melihat dunia dari segala perspektif bisa membantu Anda untuk menjadi percaya diri tanpa menjadi sombong. Karena Anda tahu bahwa di atas langit masih ada langit dan Andapun tahu bahwa di dunia ini masih banyak orang yang hidup dalam kesulitan.

f. Mensyukuri keberadaan Anda

Ini adalah kunci penting untuk menjadi orang yang percaya diri. Banyak orang yang tidak percaya diri karena melihat kelemahan dirinya. Dan banyak orang yang menjadi sombong karena merasa apa yang mereka punya lebih dari orang lain. Padahal inti bersyukur ialah menyadari bahwa semua itu berasal dari Tuhan semata. Tuhanpun bisa mengambilnya kapan saja Ia mau. Karena itu tidak ada yang perlu disombongkan tapi tidak ada pula yang tidak disyukuri. Dengan keunikan Anda, Anda bisa menjadi diri sendiri dan bisa berusaha memberi yang terbaik.

Untuk menumbuhkan rasa yang proposional maka individu harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Berikut

ini layak menjadi pertimbangan jika anda sedang mengalami krisis kepercayaan diri :

1. Evaluasi diri secara obyektif

Belajar menilai diri secara objektif dan jujur. Susunlah daftar "kekayaan" pribadi, seperti prestasi yang pernah diraih, sifat-sifat positif, potensi diri baik yang sudah diaktualisasikan maupun yang belum, keahlian yang dimiliki, serta kesempatan atau pun sarana yang mendukung kemajuan diri. Sadari semua asset-asset berharga anda dan temukan asset yang belum dikembangkan. Pelajari kendala yang selama ini menghalangi perkembangan diri anda, seperti : pola pikir yang keliru, niat dan motivasi yang lemah, kurangnya disiplin diri, kurangnya ketekunan dan kesabaran, tergantung pada bantuan orang lain, atau pun sebab-sebab eksternal lain. Hasil analisa dan pemetaan terhadap SWOT (Strengths, Weaknesses, Obstacles and Threats) diri, kemudian digunakan untuk membuat dan menerapkan strategi pengembangan diri yang lebih realistik.

2. Beri penghargaan yang jujur terhadap diri

Sadari dan hargailah sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang anda miliki. Ingatlah bahwa semua itu didapat melalui proses belajar, berevolusi dan transformasi diri sejak dahulu hingga kini. Mengabaikan/meremehkan satu saja prestasi yang pernah diraih, berarti mengabaikan atau menghilangkan satu jejak yang membantu anda menemukan jalan yang tepat menuju masa depan. Ketidak mampuan menghargai diri sendiri, mendorong munculnya keinginan yang tidak realistic dan berlebihan. Contohnya ingin cepat kaya, ingin cantik, populer, mendapat jabatan penting dengan segala cara. Jika ditelaah lebih lanjut semua itu sebenarnya bersumber dari rasa rendah diri yang kronis, penolakan terhadap diri sendiri, ketidak mampuan menghargai diri sendiri hingga berusaha menutupi keaslian diri.

3. Positive thinking

Cobalah menerangi setiap asumsi, prasangka atau persepsi negative yang muncul dalam benak anda. Anda bisa katakan pada diri sendiri, bahwa *nobody 's perfect* dan *it 's okay if made a mistake*. Jangan biarkan pikiran negatif berlarut-larut karena

tanpa sadar pikiran itu akan terus berakar, bercabang dan berdaun. Semakin besar dan menyebar, makin sulit dikendalikan dan dipotong. *Jangan biarkan pikiran negative menguasai pikiran dan perasaan anda. Hati-hatilah agar masa depan anda tidak rusak karena keputusan keliru yang dihasilkan oleh pikiran keliru.* Jika pikiran itu muncul cobalah menuliskannya untuk kemudian di review kembali secara logis dan rasional. Pada umumnya, orang lebih bisa melihat bahwa pikiran itu ternyata tidak benar.

4. Gunakan *self-affirmation*

Untuk menerangi negative tingking gunakan *self-affirmation* yaitu berupa kata-kata yang membangkitkan rasa percaya diri, contohnya :

- Saya pasti bisa
- Saya adalah penentu dari hidup saya sendiri. Tidak ada orang yang boleh menentukan hidup saya
- Saya bisa belajar dari kesalahan ini. Kesalahan ini sungguh menjadi pelajaran yang sangat berharga karena sangat berharga karena membantu saya memahami tantangan
- Sayalah yang memegang kendali hidup ini
- Saya bangga pada diri sendiri

5. Berani mengambil resiko

Berdasarkan pemahaman diri yang obyektif, anda bisa memprediksi resiko setiap tantangan yang dihadapi. Dengan demikian, anda tidak perlu menghindari setiap resiko, melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah ataupun mengatasi resikonya. Contohnya, anda tidak perlu menyenangkan orang lain untuk menghindari resiko ditolak. Jika anda ingin mengembangkan diri sendiri (bukan diri seperti yang diharapkan orang lain), pasti ada resiko dan tantangannya. Namun lebih buruk berdiam diri dan tidak berbuat apa-apa dari pada maju bertumbuh dengan mengambil resiko.



6. Belajar mensyukuri dan menikmati rahmat Tuhan

Ada pepatah mengatakan "yang mengatakan orang yang paling menderita hidupnya adalah orang yang tidak bisa bersyukur pada Tuhan atas apa yang telah diterimanya dalam hidup". Artinya individu tersebut tidak pernah berusaha melihat segala sesuatu dari kaca mata positif. Bahkan kehidupan yang dijalaninya selama inipun tidak dilihat sebagai pemberian dari Tuhan. Akibatnya ia tidak bisa bersyukur atas semua berkatkekayaan, kelimpahan, prestasi, pekerjaan, kemampuan, keahlian, uang, keberhasilan, kegagalan, kesulitan serta berbagai pengalaman hidupnya. Ia adalah ibarat orang yang selalu melihat matahari tenggelam, tidak pernah melihat matahari terbit. Hidupnya dipenuhi dengan keluhan, rasa marah, iri hati dan dengki, kecemburuan, kekecewaan, kekesalan, kepahitan dan keputusasaan. Dengan "beban" seperti itu, bagaimana individu itu bisa menikmati hidup dan melihat hal-hal baik yang terjadi dalam hidupnya? Tidak heran jika dirinya dihipngapi rasa kurang percaya diri yang kronis, karena selalu memandangkan dirinya dengan orang-orang yang membuat "cemburu" hatinya.

7. Menetapkan tujuan yang realistik

Anda perlu mengevaluasi tujuan-tujuan yang anda tetapkan selama ini, dalam arti apakah tujuan tersebut sudah realistik atau tidak. Dengan menerapkan tujuan yang lebih realistik, maka akan memudahkan anda dalam mencapai tujuan tersebut. Dengan demikian anda akan menjadi lebih percaya diri dalam mengambil langkah, tindakan dan keputusan dalam mencapai masa depan, sambil mencegah terjadinya resiko yang tidak diinginkan.

Beberapa langkah untuk membangun dan mengembangkan rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

1. Persiapan

Menyiapkan perjalanan Anda menuju pribadi yang percaya diri. Anda perlu menyadari posisi di mana anda berada sekarang, memikirkan tentang ke mana Anda ingin pergi, memikirkan sebuah perjalanan yang menyenangkan pikiran Anda, dan komitmen diri Anda untuk memulai dengan apa yang Anda pikirkan dan tetap fokus dengan pemikiran Anda.

2. Pencapaian

Anda dapat melihat apa yang telah Anda capai selama ini. Jika perlu, Anda dapat memasukkan top 10 hal terbaik yang pernah Anda terima, ke dalam sebuah "Achievement log". Seperti kejuaraan, menjadi pemimpin tim di sekolah, atau Anda pernah membuat top skor dalam proyek bisnis Anda. Anda dapat menyimpannya dalam format dokumen yang mudah Anda lihat sesering mungkin, dan Anda bisa menghabiskan beberapa menit tiap minggu untuk menikmati kesuksesan yang telah Anda capai.

3. Pemikiran

Anda dapat berpikir tentang kekuatan yang Anda miliki. Dengan melihat penyimpanan kesuksesan Anda, dan merefleksikannya pada kehidupan Anda sekarang, Anda dapat berpikir mengenai kekuatan dan kelemahan Anda. Dari sini, Anda dapat memikirkan mengenai kesempatan untuk sukses dan ancaman yang menghalangi Anda.

4. Pengaturan

Men-setting tujuan dan pikiran Anda dapat memunculkan rasa percaya diri. Tujuan hidup adalah proses di mana Anda akan

menargetkan diri Anda untuk mencapainya, dan mengukur kesuksesan dari target yang telah Anda peroleh nantinya. Mengatur pikiran Anda, dapat menghilangkan sisi pikiran yang berbicara mengenai hal negative dan mampu memperkuat mental Anda. Yang terakhir, komitmen atau janji Anda untuk mencapai kesuksesan. Jika Anda masih bingung dengan komitmen, Anda dapat menuliskannya dalam diary dan tetap berpikir rasional juga fokus untuk mencapai apa yang Anda tulis.

5. Enjoy

Ketika Anda sudah memulai segala usaha untuk membangun kepercayaan dalam diri Anda, mungkin Anda tidak perlu terlalu berpikir keras dan mengejar kesempurnaan. Anda dapat menikmati usaha yang sedang Anda jalankan, untuk mencapai kesuksesan yang lebih baik.

6. Perayaan

Jika Anda telah memulai dengan tujuan kecil, maka Anda dapat membuatnya sebagai tujuan untuk menimbulkan kebiasaan, meraih tujuan tersebut, dan merayakan kesuksesan yang Anda terima. Anda dapat mensyukuri hasil yang telah Anda peroleh dari usaha dan kerja keras Anda, dengan merayakannya, mungkin dengan teman atau keluarga.

Beberapa kiat praktis untuk meningkatkan rasa percaya diri. Utamanya meliputi aspek kemauan, pemahaman serta keterampilan. Untuk memenuhi aspek kemauan, Anda perlu melakukan berbagai usaha, antara lain:

- a. Bekerjalah dengan ikhlas. Yakinkan bahwa seluruh amalan baik akan mendapatkan pahala walau tidak enak untuk dikerjakan.
- b. Kerjakan setiap aktifitas dengan penuh tanggung jawab, memiliki landasan nilai (value) dan prinsip-prinsip yang kuat.
- c. Milikilah kebiasaan menerima. Ini akan meningkatkan rasa memiliki.
- d. Tingkatkan rasa tanggung jawab pribadi. Dengan itu, rasa tanggung jawab untuk menyelesaikan problem umat akan tumbuh.
- e. Miliki kebiasaan mempertahankan hak. Dengan cara mendorong sikap percaya diri untuk membela hak-hak kita yang hilang.
- f. Milikilah kebiasaan hidup dengan tujuan. Tanpa tujuan yang kuat tak akan ada target dan kurang termotivasi untuk melakukan aktifitas yang baik sekalipun.

- g. Memiliki integritas diri. Kekuatan utama bagi penyeru kebaikan terletak pada kekuatan integritas, yaitu kesatuan antara ucapan, statement tertulis dan tindakan kita.

4.6 Membangun Harga Diri

Harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang mempunyai peran penting dan berpengaruh besar terhadap sikap dan perilaku individu. Coopersmith (dikutip dalam Burn, 1998) mengatakan bahwa : "Harga diri merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, keberhargaan". Secara singkat, harga diri adalah "*Personal judgment*" mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya". Stuart dan Sundeen (1991), mengatakan bahwa harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Dapat didimpulkan bahwa harga diri menggambarkan sejauhmana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten.

Menurut Coopersmith (dalam Burn, 1998) harga diri mempunyai beberapa karakteristik, yaitu : (1) harga diri sebagai sesuatu yang bersifat umum; (2) harga diri bervariasi dalam berbagai pengalaman; dan (3) evaluasi diri. Individu yang memiliki harga diri tinggi menunjukkan perilaku menerima dirinya apa adanya, percaya diri, puas dengan karakter dan kemampuan diri dan individu yang memiliki harga diri rendah, akan menunjukkan penghargaan buruk terhadap dirinya sehingga tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial (Stuart dan Sundeen, 1991).

Harga diri mulai terbentuk setelah anak lahir, ketika anak berhadapan dengan dunia luar dan berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Interaksi secara minimal memerlukan pengakuan, penerimaan peran yang saling tergantung pada orang yang bicara dan orang yang diajak bicara. Interaksi menimbulkan pengertian tentang kesadaran diri, identitas, dan pemahaman tentang diri. Hal ini akan membentuk penilaian individu terhadap dirinya sebagai orang yang berarti, berharga, dan

menerima keadaan diri apa adanya sehingga individu mempunyai perasaan harga diri (Burn, 1998).

Harga diri mengandung pengertian "siapa dan apa diri saya". Segala sesuatu yang berhubungan dengan seseorang, selalu mendapat penilaian berdasarkan kriteria dan standar tertentu, atribut-atribut yang melekat dalam diri individu akan mendapat masukan dari orang lain dalam proses berinteraksi dimana proses ini dapat menguji individu, yang memperlihatkan standar dan nilai diri yang terinternalisasi dari masyarakat dan orang lain.

Coopersmith (1998) membagi harga diri kedalam empat aspek :

1) *Kekuasaan (power)*

Kemampuan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku orang lain. Kemampuan ini ditandai adanya pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain

2) *Keberatan (significance)*

Adanya kepedulian, penilaian, dan afeksi yang diterima individu dari orang lain.

3) *Kebajikan (virtue)*

Ketaatan mengikuti standar moral dan etika, ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang tidak diperbolehkan.



4) *Kemampuan (competence)* Sukses memenuhi tuntutan prestasi.

Faktor-faktor yang melatarbelakangi harga diri yaitu : (1) pengalaman; (2) pola asuh; (3) lingkungan; dan (4) sosial ekonomi (Coopersmith, dalam Burn, 1998). Pengalaman merupakan suatu bentuk emosi, perasaan, tindakan, dan kejadian yang pernah dialami individu yang dirasakan bermakna dan meninggalkan kesan dalam hidup individu. Pola asuh merupakan sikap orangtua dalam berinteraksi dengan anak-anaknya yang meliputi cara orangtua memberikan aturanaturan, hadiah maupun hukuman, cara orangtua menunjukkan otoritasnya, dan cara orangtua memberikan perhatiannya serta tanggapan terhadap anaknya. Lingkungan memberikan dampak besar kepada remaja melalui hubungan yang baik antara remaja dengan orangtua, teman sebaya, dan lingkungan sekitar sehingga menumbuhkan rasa aman dan nyaman dalam penerimaan sosial dan harga dirinya. Sosial ekonomi merupakan suatu yang mendasari perbuatan seseorang untuk memenuhi dorongan sosial yang memerlukan dukungan finansial yang berpengaruh pada kebutuhan hidup sehari-hari.

Menurut Dariuszky (2004) yang menghambat perkembangan harga diri adalah : Perasaan takut , yaitu kekhawatiran atau ketakutan (*fear*). Dalam kehidupan sehari-hari individu harus menempatkan diri di tengah-tengah realita. Ada yang menghadapi fakta-fakta kehidupan dengan penuh kebenaran, akan tetapi ada juga yang menghadapinya dengan perasaan tidak berdaya. Ini adalah tanggapan negatif terhadap diri, sehingga sekitarnya pun merupakan sesuatu yang negatif bagi dirinya. Tanggapan ini menjadikan individu selalu hidup dalam ketakutan yang akan mempengaruhi seluruh alam perasaannya sehingga terjadi keguncangan dalam keseimbangan kepribadian, yaitu suatu keadaan emosi yang labil.

Maka dalam keadaan tersebut individu tidak berpikir secara wajar, jalan pikirannya palsu, dan segala sesuatu yang diluar diri yang dipersepsikan secara salah. Dengan demikian tindakan-tindakannya menjadi tidak adekuat sebab diarahkan untuk kekurangan dirinya. Keadaan ini lama kelamaan tidak dapat dipertahankan lagi, yang akhirnya akan menimbulkan kecemasan, sehingga jelaslah bahwa keadaan ini akan berpengaruh pada perkembangan harga dirinya.

4.7 Membangun Kecerdasan

Manusia adalah makhluk yang paling cerdas, dan Tuhan, melengkapi manusia dengan komponen kecerdasan yang paling kompleks. Sejumlah temuan para ahli mengarah pada fakta bahwa manusia adalah makhluk yang diciptakan paling unggul dan akan menjadi unggul asalkan bisa menggunakan keunggulannya. Kemampuan menggunakan keunggulan ini dikatakan oleh William W Hewitt, pengarang buku *The Mind Power*, sebagai faktor yang membedakan antara orang jenius dan orang yang tidak jenius di bidangnya.

Sayangnya, menurut Leonardo Da Vinci, kebanyakan manusia mengangurkan kecerdasan itu. Punya mata hanya untuk melihat tetapi tidak untuk memperhatikan, punya perasaan hanya untuk merasakan tetapi tidak untuk menyadari, punya telinga hanya untuk mendengar tetapi tidak untuk mendengarkan dan seterusnya.



Sebenarnya, kalau sejak dini kita bisa mengerti macam kecerdasan yang kita mau dan jeli, maka akan dimiliki anak kita! Setelah kita membuat suasana belajar yang kondusif dan nyaman untuk anak didik kita, langkah berikutnya adalah mengaplikasikan pendekatan gaya belajar kepada kurikulum dan aktivitas belajar. Dr. Howard Gardner mengembangkan teori macam-macam kecerdasan yang digunakan manusia untuk memecahkan

masalahnya. Pada umumnya siswa cenderung mempunyai kekuatan dalam satu atau dua macam kecerdasan. Walau demikian di kemudian hari mereka akan cukup mahir dalam beberapa macam kecerdasan, jadi tujuan kita sebagai guru adalah mengenalkan/mempertunjukkan/menjelaskan kepada siswa sebagai macam cara kegiatan/aktivitas belajar.

a. Kecerdasan Berbahasa (*Linguistic Intelligence*).

Orang yang berbakat dalam bidang bahasa dapat mengerti dan menggunakan bahasa dengan mudah. Mereka berpikir logis, analisis, berurutan dan hasil pekerjaannya menunjukkan hal tersebut. Mereka gemar membaca, menulis, mengingat informasi (walaupun hal yang remeh), berbicara dan membuat kosa-kata (mereka sangat pandai mengeja). Tidak ada rahasia dalam mengajar siswa yang mempunyai kekuatan ini, mereka suka bersekolah dan sekolah suka dengan mereka.

b. Kecerdasan Matematis-Logis (*Logical-Mathematical Intelligence*)

Orang tipe ini menggunakan angka dan konsep matematik dengan mudah. Mereka memahami penjelasan abstrak dan sering tertarik pada IPA. Mereka tertarik pada bagaimana benda dapat bekerja, bergerak, mereka suka pada permainan, teka-teki, komputer. Mereka dapat mengenali pola dan sering mempunyai cara yang tak biasa dalam memecahkan masalah, walaupun mereka tak dapat menjelaskan cara bekerjailah. Banyak pemikiran yang baik yang ada di benak kepala mereka.

c. Kecerdasan Spasial-Visual (*Visual-Spatial Intelligence*)

Orang ini mengerti hubungan antara bentuk dan gambaran dalam berbagai ruang/bidang yang berbeda. Mereka dapat dengan mudah menggambarkan secara artistik atas apa yang mereka lihat. Mereka sangat terampil dalam membongkar dan memasang kembali barang-barang. Mereka akan mencoret-coret dan menggambar setiap waktu dan membuat gambar multi-dimensi. Mereka gemar puzzle, khususnya yang tiga dimensi, kemungkinan mereka mahir dalam permainan papan catur misalnya. Mereka sangat menguasai arah dan mudah memahami peta. Siswa dengan kekuatan dalam bidang ini memiliki potensi yang besar untuk sukses dalam penemuan teknologi.

- d. Kecerdasan Ritmis-Musikal (*Musical-Rhythmic Intelligence*). Calon pemusik memahami teori musik dan dapat memainkan musik dengan érasal kadang tanpa instruksi formal. Sudah menjadi pembawaannya untuk selalu émendengari bunyi dan nada. Mereka mempunyai pemahaman yang sangat baik terhadap irama, mereka akan membuat éketukani setiap waktu dengan stik, pensil, kayu atau apa saja. Mereka senang menyanyi, bersenandung sambil bekerja. Mereka mempunyai kesadaran akan keriuhan suasana dan bunyi lebih peka dari lainnya. Mereka mempunyai kemampuan untuk mengimprovisasikan atau membuat aransir baru untuk sepotong lagu.
- e. Kecerdasan Kinestik-Tubuh (*Bodily-Kinesthetic Intelligence*). Pada budaya yang menghargai olahraga ini merupakan bentuk kecerdasan yang dapat diterima. Orang yang memiliki kecerdasan Kinestetik-tubuh dapat bergerak dengan anggun, kuat dan lentur. Mereka menikmati latihan badan dan menjaga fisiknya dengan baik. Mereka membutuhkan kesempatan untuk sering bergerak, dan biasanya mereka menyukai permainan yang menggunakan gerakan. Mereka sangat cakap dalam memanipulasi obyek dan oke dalam ketrampilan. Mereka dapat menirukan gerakan, tingkah laku maupun mimik orang lain. Mereka dapat belajar dengan baik bila mereka dapat merasakan atau mempunyai pengalaman atas apa yang dipelajari. Duduk dalam waktu yang lama sangat tidak nyaman buat mereka.
- f. Kecerdasan Interpersonal (*Interpersonal Intelligence*). Orang dengan tipe ini adalah pemimpin kita masa kini dan masa depan. Ia dapat bekerjasama dengan baik dengan banyak orang dan memimpin mereka, ia mudah mengerti dan menanggapi mood dan perasaan orang. Sayangnya terkadang bakat ini tidak digunakan dalam hal yang positif, banyak pemimpin égangsi (penjahat) yang memiliki kemampuan ini.
- g. Kecerdasan Intrapersonal (*Intrapersonal Intelligence*). Orang dengan tipe ini memahami dirinya lebih baik dari orang lain. Mereka sangat termotivasi dengan tujuannya dan tidak terlalu perduli dengan apa yang orang lain pikir mengenai dirinya. Mereka dapat belajar dengan baik bila mereka dapat

menghubungkan apa yang mereka ingin pelajari dengan apa yang telah ada dalam ingatannya.

h. Kecerdasan Naturalis (*Naturalist Intelligence*).

Orang dengan kecerdasan ini memiliki pengetahuan yang mengagumkan mengenai alam, seperti flora dan fauna, mempunyai kemampuan dan kepekaan bagaimana suatu benda dapat dimasukkan ke suatu kategori (walaupun bendatersebut tidak termasuk benda alami). Mereka senang ikan, kebun, memasak dan sangat teliti dalam mengamati apayang menjadi perhatiannya.

Ada beberapa kecerdasan yang harus dimiliki, antara lain:

1). Kecerdasan Intelektual.

Berisi dari akal yang baik, ilmu pengetahuan yang bermanfaat, dapat membedakan mana yang baik dan mana yang buruk. Mana yang positif dan mana yang negative. Kecerdasan akal ini berguna kelak pada anak, agar ia tak menjadi sampah, atau beban masyarakat, tetapi berguna bagi masyarakatnya.

2). Kecerdasan Spritual.

Anak-anak yang cerdas dalam intelektual, namun lemah dalam kecerdasan spritual, akan menimbulkan penurunan akhlak dan moral yang baik dan terpuji.

3) Kecerdasan Social.

Kecerdasan ini sangat perlu dilatih dan dididik agar anak tumbuh menjadi manusia yang peka terhadap lingkungannya. Punya simpati dan empati pada masyarakat yang ada dalam lingkungannya. Kita bukan hanya memikirkan diri kita sendiri saja,tetapi memikirkan dan memperhatikan serta mensolusi problema atau masalah-masalah di sekeliling kita. Betapa banyak diantara kita yang punya jabatan tinggi, IQ yang tinggi, namun semua itu untuk kepentingan diri kita sendiri, atau keluarga kita. Kita tak melihat betapa banyaknya permasalahan-permasalahan dan kemiskinan-kemiskinan yang melanda masyarakat kita.

4). Kecerdasan Emotional.

Orang yang sukses adalah mereka yang banyak mempunyai masalah-masalah yang berat, dan dapat diselesaikannya

dengan baik. Tidak lari dari masalah, tapi dihadapi, dan bukan menambah permasalahan lainnya

Thorndike adalah salah satu ahli yang membagi kecerdasan manusia menjadi tiga, yaitu kecerdasan Abstrak — Kemampuan memahami simbol matematis atau bahasa, Kecerdasan Kongkrit — kemampuan memahami objek nyata dan Kecerdasan Sosial — kemampuan untuk memahami dan mengelola hubungan manusia yang dikatakan menjadi akar istilah Kecerdasan Emosional.

Pakar lain seperti Charles Handy juga punya daftar kecerdasan yang lebih banyak, yaitu: Kecerdasan Logika (menalar dan menghitung), Kecerdasan Praktek (kemampuan mempraktekkan ide), Kecerdasan Verbal (bahasa komunikasi), Kecerdasan Musik, Kecerdasan Intrapersonal (berhubungan ke dalam diri), Kecerdasan Interpersonal (berhubungan ke luar diri dengan orang lain) dan Kecerdasan Spasial.

Bahkan pakar Psikologi semacam Howard Gardner & Associates konon memiliki daftar 25 nama kecerdasan manusia termasuk misalnya saja Kecerdasan Visual / Spasial, Kecerdasan Natural (kemampuan untuk menyelaraskan diri dengan alam), atau Kecerdasan Linguistik (kemampuan membaca, menulis, berkata-kata), Kecerdasan Logika (menalar atau menghitung), Kecerdasan Kinestik / Fisik (kemampuan mengolah fisik seperti penari, atlet, dll), Kecerdasan sosial yang dibagi menjadi Intrapersonal dan Interpersonal. Kecerdasan Intelektual, Emosional & Spiritual

1. Seputar Kecerdasan Intelektual

Sudah bertahun-tahun dunia akademik, dunia militer (sistem rekrutmen dan promosi personel militer) dan dunia kerja, menggunakan IQ sebagai standar mengukur kecerdasan seseorang. Tetapi namanya juga temuan manusia, istilah teknis yang berasal dari hasil kerja Alfred Binet ini (1857 – 1911) lama kelamaan mendapat sorotan dari para ahli dan mereka mencatat sedikitnya ada dua kelemahan (bukan kesalahan) yang menuntut untuk diperbarui, yaitu:

a. Pemahaman absolut terhadap skor IQ .

Steve Hallam berpandangan, pendapat yang menyatakan kecerdasan manusia itu sudah seperti angka mati dan tidak

bisa diubah, adalah tidak tepat. Penemuan modern menunjuk pada fakta bahwa kecerdasan manusia itu hanya 42% yang dibawa dari lahir, sementara sisanya, 58% merupakan hasil dari proses belajar.

- b. Cakupan kecerdasan manusia kecerdasan nalar, matematika dan logika

Steve Hallam sekali lagi mengatakan bahwa pandangan tersebut tidaklah tepat, sebab dewasa ini makin banyak pembuktian yang mengarah pada fakta bahwa kecerdasan manusia itu bermacam-macam. Buktinya, Michael Jordan dikatakan cerdas selama berhubungan dengan bola basket. Mozart dikatakan cerdas selama berurusan dengan musik. Mike Tyson dikatakan cerdas selama berhubungan dengan ring tinju.

2. Seputar Kecerdasan Emosional(EQ)

Daniel Goleman, dalam bukunya *Emotional Intelligence* (1994) menyatakan bahwa "kontribusi IQ bagi keberhasilan seseorang hanya sekitar 20 % dan sisanya yang 80 % ditentukan oleh serumpun faktor-faktor yang disebut Kecerdasan Emosional. Dari nama teknis itu ada yang berpendapat bahwa kalau IQ mengangkat fungsi pikiran, EQ mengangkat fungsi perasaan. Orang yang ber-EQ tinggi akan berupaya menciptakan keseimbangan dalam dirinya; bisa mengusahakan kebahagiaan dari dalam dirinya sendiri dan bisa mengubah sesuatu yang buruk menjadi sesuatu yang positif dan bermanfaat

3. Seputar Kecerdasan Spiritual

Danah Zohar, penggagas istilah teknis SQ (Kecerdasan Spiritual) dikatakan bahwa kalau IQ bekerja untuk melihat ke luar (mata pikiran), dan EQ bekerja mengolah yang di dalam (telinga perasaan), maka SQ (spiritual quotient) menunjuk pada kondisi 'pusat-diri' (Danah Zohar & Ian Marshall: *SQ the ultimate intelligence*; 2001).

Kecerdasan ini adalah kecerdasan yang mengangkat fungsi jiwa sebagai perangkat internal diri yang memiliki

kemampuan dan kepekaan dalam melihat makna yang ada di balik kenyataan apa adanya ini. Kecerdasan ini bukan kecerdasan agama dalam versi yang dibatasi oleh kepentingan-pengertian manusia dan sudah menjadi ter-kavling-kavling sedemikian rupa. Kecerdasan spiritual lebih berurusan dengan pencerahan jiwa.

Orang yang ber – SQ tinggi mampu memaknai penderitaan hidup dengan memberi makna positif pada setiap peristiwa, masalah, bahkan penderitaan yang dialaminya. Dengan memberi makna yang positif itu, ia mampu membangkitkan jiwanya dan melakukan perbuatan dan tindakan yang positif.

IQ, EQ, dan SQ bisa digunakan dalam mengambil keputusan tentang hidup kita. Seperti yang kita alami setiap hari, keputusan yang kita buat, berasal dari proses :

1. merumuskan keputusan,
2. menjalankan keputusan atau eksekusi,
3. menyikapi hasil pelaksanaan keputusan.

Rumusan keputusan itu seyogyanya didasarkan pada fakta yang kita temukan di lapangan realita (apa yang terjadi) – bukan berdasarkan pada kebiasaan atau preferensi pribadi suka – tidak suka. Kita bisa menggunakan IQ yang menonjolkan kemampuan logika berpikir untuk menemukan fakta obyektif, akurat, dan untuk memprediksi resiko, melihat konsekuensi dari setiap pilihan keputusan yang ada.

Rencana keputusan yang hendak kita ambil – hasil dari penyingkapan logika, juga tidak bisa begitu saja diterapkan, semata-mata demi kepentingan dan keuntungan diri kita sendiri. Bagaimana pun, kita hidup bersama dan dalam proses interaksi yang konstan dengan orang lain. Oleh sebab itu, salah satu kemampuan EQ, yaitu kemampuan memahami (empati) kebutuhan dan perasaan orang lain menjadi faktor penting dalam menimbang dan memutuskan.

Banyak fakta dan dinamika dalam hidup ini, yang harus dipertimbangkan, sehingga kita tidak bisa menggunakan rumusan logika – matematis untung rugi. Kita pun sering menjumpai

kenyataan, bahwa faktor human touch, turut mempengaruhi penerimaan atau penolakan seseorang terhadap kita (perlakuan kita, ide-ide atau bahkan bantuan yang kita tawarkan pada mereka). Salah satu contoh kongkrit, di Indonesia, budaya "kekeluargaan" sangat kental mendominasi dan mempengaruhi perjanjian bisnis, atau bahkan penyelesaian konflik.

Emotional Intelligence adalah istilah yang dimunculkan oleh Peter Salovey dari Yale University dan John Mayer dari University of New Hampshire pada tahun 1990 yang lalu. Istilah ini menunjuk pada kumpulan kemampuan personal, emosional dan sosial yang sedang mereka teliti. Menurut mereka, EQ adalah suatu bentuk intelegensi yang mencakup kemampuan untuk "menyadari dan mengidentifikasi perasaan-perasaan dan emosi-emosi yang muncul dalam diri sendiri dan juga orang lain, kemudian menggunakan hal itu untuk menuntun pemikiran dan tindakan, baik untuk diri sendiri maupun bagi orang lain."

Jauh sebelum Salovey dan Mayer, hal kecerdasan emosional juga sudah pernah diangkat oleh peneliti lain, E.L. Thorndike pada tahun 1920. Ia menggunakan istilah "*social intelligence*" untuk menjelaskan kemampuan dalam mengelola hubungan antara pribadi. Menurut Thorndike, kecerdasan sosial merupakan syarat penting agar seseorang dapat meraih kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupannya.

Puncak popularitas EQ adalah ketika Daniel Goleman, seorang brain science journalist untuk New York Times menerbitkan buku "*Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*" pada tahun 1995. Walau kemudian disusul oleh banyak kritikan, berkat buku ini banyak orang tersadar bahwa IQ saja tidak cukup untuk menghantar orang kepada kesuksesan dan kebahagiaan. Orang mulai sadar pentingnya fungsi emosi dalam diri manusia. Goleman telah berjasa membangun kesadaran baru tentang perlunya memperhatikan dan mengelola emosi agar menjadi cemerlang.

Daniel Goleman mendefinisikan EQ sebagai kapasitas untuk mengenal dan menyadari perasaan-perasaan diri sendiri dan orang lain, dan untuk mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Dengan demikian EQ dapat dibedakan menjadi dua kategori:

Intrapersonal intelligence: kemampuan untuk menyadari, memahami, mengelola dan mengarahkan emosi dan diri sendiri. Di sini termasuk soal cita-cita, intensi, tingkah laku, cara berespon terhadap orang lain, dsb.). *Interpersonal intelligence* (kemampuan untuk menyadari dan memahami orang lain termasuk emosi-emosinya. Daniel Goleman menyebut kemampuan ini sebagai *social intelligence*). Melalui intelegensi intrapersonal kita dapat memotivasi diri sendiri, mengontrol dorongan-dorongan perasaan dan menjaganya agar menunjang aktivitas kerja fisik dan pikiran kita. Intelegensi intrapersonal bermanfaat untuk menjaga daya tahan atau persistensi kerja kita.

Sedangkan intelegensi interpersonal membuat kita peka terhadap perasaan dan kondisi psikologis orang lain, sehingga kita dapat memilih dengan tepat sikap dan tindakan mana yg harus kita putuskan. Intelegensi interpersonal sangat berguna bagi kita yang berprofesi sebagai sales, manager, konselor, guru dan profesi lain yang menuntut interaksi dengan orang lain.

Pada abad lalu, orang-orang sangat mengagungkan IQ dan merendahkan faktor emosi manusia. Emosi sering diupayakan untuk diredam dan bahkan kalau bisa dihilangkan sepenuhnya. Mungkin sebagian dari kita masih bisa menemukan paradigma kuno ini dari para orangtua yang sangat mengikuti tradisi masa lalu. Mereka tidak mau tertawa dan gembira walaupun hatinya senang, dan pantang meneteskan airmata walaupun sangat berduka. Bagi mereka, ekspresi emosi merupakan tanda adanya kelemahan dalam diri. Dalam dunia pendidikan, hal seperti ini juga terjadi. Orang yang ber-IQ tinggi dianggap siswa pilihan. Diperlakukan khusus, bisa diterima di sekolah mana saja, dan dunia kerja pun mengharapakan kehadiran mereka.

Tetapi pernahkah Anda mendengar, atau bahkan mungkin mengalami sendiri, teman Anda yang pada waktu SMA dan mahasiswa selalu masuk peringkat 3 besar, tetapi gagal dan tidak pernah maju dalam karirnya? Dan sebaliknya, pernahkah Anda mendengar bahwa Thomas Alva Edison dianggap anak idiot di sekolahnya? Atau dalam konteks Indonesia, tahukah Anda bahwa motivator no.1 Indonesia, Andrie Wongso, tidak tamat SD? Tahukah juga bahwa Hermawan Kartajaya, salah satu pakar Marketing dunia,

pemah tidak naik kelas waktu SD? Tetapi toh mereka sukses dalam karirnya dan mampu memberikan pengaruh bagi masyarakat sekitarnya.

Para pemikir memang mulai menyadari bahwa IQ saja tidak cukup membuat orang meraih kemajuan dan keberhasilan. Beberapa penelitian menemukan bahwa ternyata IQ hanya berperan sekitar 25% saja terhadap performance kerja. Bahkan, ada penelitian lain yang memperkirakan lebih rendah dari itu, yaitu sekitar 5 hingga 10%. Nah, sekalipun kita menerima prosentasi yang maksimal, yaitu 25%, ini berarti masih ada 75% faktor pengaruh keberhasilan di luar IQ. Faktor itu adalah EQ!

Namun walaupun peran EQ jauh lebih besar daripada IQ, bukan berarti IQ kurang penting bagi hidup manusia. Ia tetap sangat dibutuhkan agar manusia mampu menganalisa dan menghadapi setiap tantangan hidup. Bahkan IQ dan EQ sebenarnya terkait satu sama lain. Josept LeDeux, seorang neuroscientist dan profesor di Center for Neural Science, New York University, mengatakan, "Kita harus meletakkan kembali emosi ke dalam sistem otak kita dan mengintegrasikannya dengan sistem kognitif (berpikir)." Hal ini dikuatkan oleh Candace Pert seorang ahli biologi saraf, "Di dalam otak kita senantiasa terjadi pertukaran informasi antara 'perasaan' dan 'pikiran'. Sementara IQ bertugas melakukan analisa dan membuat strategi, EQ melakukan penyesuaian dan membantu memenangkan suatu tujuan". Dalam bahasa Zig Ziglar: "Logika membuat manusia berpikir, dan Emosi membuat mereka bertindak."

"Emosi pada prinsipnya menggambarkan perasaan manusia menghadapi berbagai situasi yang berbeda. Orang yang cerdas secara emosional akan mampu mengelola dan mengarahkan setiap perasaannya sehingga prestasi kerjanya akan tetap terjaga." Harus diakui, tantangan di dalam dunia kerja dan -bahkan juga di dunia pendidikan- tidak hanya soal kemampuan berlogika.

Tantangan besarnya justru ada pada kemampuan mengelola perasaan diri dan menjalin relasi, khususnya berempati, dalam menghadapi orang-orang lain dan situasi yang berbeda-beda. Misalnya seorang Sales Manager akan lebih mudah mengarahkan, memimpin dan memotivasi para anak buahnya kalau ia mampu terlebih dahulu memotivasi dirinya sendiri, dan serentak mampu berempati dan memahami setiap bawahannya.

Konsep EQ menyediakan sebuah cara baru untuk memahami dan mengelola tingkah laku, gaya manajemen, sikap, keterampilan interpersonal, dan potensi terpendam dari setiap orang. Karena itu, EQ sangat penting dan aplikatif untuk kegiatan HR seperti *human resources planning*, *job profiling*, *recruitment interviewing* dan *seleksi*, *management development*, *customer relations* dan *customer service*, dan masih banyak lagi.

4.8 Mengelola Waktu

Menjadi pribadi yang mandiri juga harus menghargai waktu. Ada dua hal yang harus diperhatikan, yaitu

- a. waktu boleh sama tapi isi harus beda orang-orang yang mengisi waktunya dengan efektif dan berusaha lebih baik adalah orang yang beruntung.
- b. sekarang harus lebih baik daripada tadi waktu adalah modal dalam mengarungi kehidupan. Kalau modal itu dioptimalkan maka beruntunglah kita, tapi kalau modal itu disia-siakan maka kita pasti akan merugi. Orang yang bodoh adalah orang yang diberi modal (waktu), kemudian dengan modal itu ia sia-siakan. Ingatlah, bahwa andaikata hari ini sama dengan hari kemarin berarti kecepatan kita sama, tak ada peningkatan, maka tak akan pernah bisa menyusul siapapun. Andaikata orang lain selalu meningkat maka kita akan tertinggal dan jadi pecundang.

Dari uraian diatas, sebenarnya ada tiga kelompok orang yang menggunakan waktu, yaitu :

1. orang sukses, yaitu orang yang menggunakan waktu dengan optimal, dan ia melakukan sesuatu yang tidak diminati oleh orang yang gagal.
2. orang malang, yaitu orang yang hari-harinya diisi dengan kekecewaan dan selalu memulai sesuatu pada keesokan harinya.
3. orang hebat, yaitu orang yang bersedia melakukan sesuatu sekarang juga. Bagi orang hebat, tidak ada hari esok. Dia berkata bahwa membuang waktu bukan saja sesuatu kejahatan, tetapi suatu pembunuhan yang kejam.

Oleh sebab itu mulai sekarang waspadalah terhadap waktu. Setiap detik yang kita lalui harus diperhitungkan dengan secermat-cermatnya, sematang-matangnya, dan seakurat-akuratnya lalu mengisinya dengan hal-hal yang membuahkan peningkatan kemampuan kita. Kita tidak hanya perlu bekerja keras, tapi kita juga perlu bekerja keras dengan cerdas. Lebih jauh lagi kita perlu kerja keras, cerdas, dan efektif dibarengi hati yang ikhlas, sehingga waktu yang kita gunakan benar-benar optimal serta bermakna badi dunia dan akhirat.

Dua puluh empat jam adalah waktu sehari semalam yang sama diberikan kepada setiap orang. Dengan rentang waktu sepanjang itu sebgaiian orang ada yang mampu mengurus dunia. Sebagian yang lain malah bisa mengelola perusahaan raksasa dengan sukses. Bahkan, sebagian yang lainnya lagi sanggup mengurus berjuta-juta manusia. Akan tetapi, ternyata ada juga sementara orang yang selama dua puluh empat jam tersebut mengurus diri sendiri saja tidak sanggup. Padahal, bukankah jatah waktu yang dimilikinya sama? Bila demikian halnya, maka jangan salahkan siapapun kalau kita tidak pernah merasakan gemilangnya hidup ini.

Dalam hal ini, maka hal pertama yang harus dicurigai adalah bagaimana komitmen kita terhadap waktu yang kita kini jalani. Hendaknya ikhtiar mengevaluasi diri menjadi bagian yang sangat dipentingkan dalam kerangka agenda aktivitas hidup seharian kita. Kalau kita termasuk orang yang sangat menganggap remeh atas berlalunya waktu, tidak merasa kecewa manakala episode pertambahan waktu tu tidak menjadi saat bagi peningkatan kemampuan diri, maka berarti kita memang akan sulit menjadi unggul dalam kancah pertarungan hidup ini. Ingat, kita ini telah, sedang, dan senantiasa berpacu dengan waktu. Satu desah nafas adalah ssatu langkah menuju maut. Alangkah besarnya kerugian yang menimpa diri kita manakala bersamaan dengan banyaknya keinginan, melambungnya angan-angan dan cita-cita, serta meluapnya harapan untuk dapat menggapai sesuatu, namu tidak seraya meningkatkan kemampuan.

Pendeknya kata, kita harus berbuat lebih baik daripada yang dilakukan orang lain. Hendaknya kita tidak sekedar bekerja keras,

tetapi yang jauh lebih baik adalah bahwa kita harus mampu bekerja keras sekaligus efektif! Sebab, betapa banyak orang yang sibuk bekerja, namun dengan itu pula dia pun sibuk barang yang tertinggal, sibuk lupa, dan sibuk mencari sesuatu yang seharusnya tidak lagi dilakukan karena semua harus sudah siap. Tegasnya, banyak orang yang tampak sibuk, tetapi ternyata tidak efektif.

Untuk menjadi seorang yang efektif dalam mengatur waktu, kita memang harus adil dalam membaginya. Ada hak untuk belajar, hak membantu orang tua, hak untuk beribadah, hak untuk peningkatan kemampuan diri, hak untuk melakukan evaluasi, hak untuk beristirahat, hak untuk melakukan rekreasi; semua harus dibagi secara adil. Sibuk dan hebatnya belajar, misalnya, tetapi tanpa dibarengi dengan istirahat, bahkan tanpa diiringi dengan mantapnya ibadah kepada Tuhan, semua itu hanya menunggu waktu yang suatu saat akan menjadi bumerang yang berbalik menyerang kita. Namun, tentu saja jangan Cuma membuat perencanaan tanpa melatih kedisiplinan untuk menjalankannya. Betapa banyak orang yang hanya pandai membuat rencana. Dan sebuah rencana tidak perlu muluk-muluk. Si rencana itu sendiri harus proposional agar mudah menjalankannya.

Untuk mengelola waktu dengan efektif, perlu memperhatikan beberapa hal berikut :

1. Biasakan tertib dan teratur

a. Tahu dan taat aturan

Pastikan anda mengawali segala tindakan dengan berusaha mengetahui dan memahami aturan yang berlaku dengan baik dan benar di tempat anda berada atau bekerja. Atau kalau belum ada aturan, maka kitalah yang harus membuat aturan terlebih dahulu yang jelas, teratur, dan dapat dipahami dengan baik, sehingga tidak ada waktu yang terbuang.

b. Tertib mengambil dan menyimpan

Ambilah barang yang diperlukan dengan cara terbaik dan selalu kembalikan ketempatnya semula dengan cara terbaik pula, jangan pernah enggan, malas, dan ceroboh. Tertib dalam menyimpan, hanya memakan waktu yang sedikit, tetapi manfaat dikemudian hari akan berdampak besar sekali.

c. Selalu rapih dan bersih

Kebiasaan berantakan, kotor, tidak rapih dan tidak teratur adalah kebiasaan memalukan yang menunjukkan perilaku yang tidak profesional dan juga merupakan kunci pemborosan waktu, dan akan membuat suasana hatipun menjadi runyam.

d. Segalanya mudah dikenal

Usahakan agar segala sesuatu dapat dikenali dan dicari dengan mudah, kelompokkan dengan baik dan beri tanda atau nama yang jelas (tidak boleh kehilangan waktu sedikit pun hanya karena lupa atau sulit mencari).

e. Lalu lintas lancar

Atur lalu lintas gerak orang ataupun barang sedemikian rupa sehingga lancar, tidak saling mempersulit satu sama lain atau bahkan saling bertabrakan, buatlah tanda atau informasi yang jelas.

2. Selalu terencana

a. Harus ada target

Pelajarilah teknik membuat rencana dan buatlah rencana yang matang dan teruji. Program atau rencana kita, dalam bentuk harian, bulanan atau jangka panjang, harus rasional dari segi ukuran waktu dan target. Semakin tidak jelas target dan ukuran waktu, maka peluang rencana untuk tidak efektif dan gagal akan semakin besar.

b. Rencana cadangan

Kita pun harus membaca dengan seksama situasi yang akan kita hadapi dengan segala kemungkinannya yang tak terduga, oleh karena itu kita harus membuat rencana "B" dan "C" sebagai rencana cadangan bila rencana utama gagal. Maka anda tak akan kehilangan waktu untuk panik dan khawatir gagal.

c. Disiplin dalam rencana

Sehebat apapun program kita, tidak akan ada artinya sama sekali andaikata kita tidak berdisiplin dalam melaksanakannya, jangan tergiur oleh kegiatan, kesenangan spontan, hal-hal mendadak yang tidak sesuai dengan rencana dan jangan pula terlena oleh malas atau lalai yang mencelakakan. Karena tidak ada prestasi tanpa disiplin. Siapa lagi yang dapat memaksa diri kita untuk maju selain diri sendiri.

d. Program harus adil

Selain harus realistis, terukur juga harus adil dengan hak-hak yang harus dipenuhi diantaranya adalah hak Tuhan, hak tubuh, hak orang tua, hak keluarga, hak diri, hak tetangga, hak guru dan lain-lain. setiap ketidakadilan pasti akan menimbulkan masalah, yang akan menghambat terealisasinya rencana.

3. Biasa dengan data dan informasi akurat

a. Selalu jelas dengan akurat

Harus menjadi mekanisme standar diri kita untuk selalu mengirim dan menerima data atau informasi secara akurat, jelas, detail, bahkan sangat dianjurkan andaikata terdokumentasi lengkap.

b. Bukan tahu tapi paham

Waspadalah terhadap distorsi informasi, yaitu kesalahan dalam memahami informasi yang akan berakibat pula dalam kesalahan menyampaikan atau dalam melaksana-kannya. Oleh karenanya jika kita menerima informasi, maka yang harus kita lakukan adalah mengejar dan me-recheck pemahan kita tentang informasi tersebut.

4. Sedia peralatan dan perlengkapan memadai

a. Belilah sesuatu dengan kebutuhan dan kemampuan.

Jangan sekali-sekali membeli barang hanya karena senang belaka. Ingat makin menyukai barang makin melemah daya nalar perhitungan dan semakin membara keinginan kita untuk memilikinya. Sehingga alasan yang dibuat pun semakin tidak objektif dan menjurus kepada keinginan untuk segera tercapai.

b. Awali tahu aturan pakai.

Bersabarlah untuk tidak tergesa-gesa memakai alat sebelum benar-benar mengetahui aturan pemakaiannya dengan baik, hal yang boleh dan yang terlarang, cara perawatannya, cara pencegahan dan perbaikan bagi kerusakan, juga bagaimana supaya peralatan menjadi awet dan optimal fungsinya.

c. Penggunaan oleh ahlinya.

Jangan pernah membiarkan orang yang bukan ahlinya mempergunakan suatu alat, karena selain tidak akan memperoleh hasil yang baik, juga sangat berpeluang besar menambah masalah dan menambah kerusakan.

- d. Ready to combat.
Pastikan setiap usai pemakaian, peralatan dan perlengkapan kita selalu kembali dalam keadaan rapih dan bersih serta selalu siap pakai kembali (redy to combat), baik dalam tata letak, maupun kondisinya.
 - e. Siapkan cadangan.
Untuk mengantisipasi keadaan darurat kita harus memiliki perlengkapan atau peralatan cadangan, terutama untuk jenis-jenis yang sangat penting, sehingga tidak kehilangan waktu, pekerjaan dan lain-lain.
 - f. Rawat berkala
Buatlah jadwal dan list perawatan, dan rawatlah selalu secara berkelanjutan dan seksama. Agar peralatan pun tetap awet, panjang umur, dan tetap optimal kemampuannya.
- 5. Jangan menunda dan mengulur waktu**
Jangan merasa untung dengan bermalas-malasan serta senang mengulur waktu, menunda-nunda pekerjaan. Terlalu besar resiko yang akan dipikul dan sangat tidak sebanding dengan kesenangan sesaat yang didapat.
- 6. Selalu tepat waktu**
Do it now! Wajib bagi kita untuk melaksanakan segala sesuatu tepat pada waktunya sesuai dengan rencana atau kesepakatan. Jangan pernah rela sedetik pun meleset, kit harus merasa nikmat mengerjakan segala sesuatu tepat pada waktunya.
- 7. Biar cepat dan ringkas asal selamat**
- a. Buat standar waktu
Kita harus awali dengan membuat standar waktu yang dibutuhkan dengan layak dan wajar, sehingga setiap keterlambatan yang tidak perlu dapat diketahui, disadari, dan dianggap sebagai kerugian.
 - b. Berlatih agar gesit dan tangkas
Latihan fisik yang baik dan teratur, selain akan membuat tubuh meningkat juga sangat mempengaruhi kegesitan dan

127

Bab V Membentuk Pribadi Yang Unggul

5.1 Membangun Karakter Profesional

Untuk profesionalisme masa depan, seseorang harus dapat menciptakan dan membangun pribadi-pribadi sukses, yang akan tampil sebagai pemenang masa depan. Hal ini perlu dilakukan persiapan sejak dini. Salah satu persiapan yang penting adalah pembentukan *karakter pemenang* kepada anak didik, mulai dari pendidikan dasar sampai dengan perguruan tinggi. Selama ini disadari bahwa selain faktor intelegensi, karakter seseorang sangat berpengaruh dalam keberhasilannya di semua bidang pekerjaan yang dijalani.

Dalam kaitan dengan membentuk *karakter pemenang*, ada empat hal yang perlu dilatih yang bertujuan membentuk karakter positif:

1. Personality Development

Secara garis besar, hal ini bertujuan untuk memberi pengetahuan bagi anak didik khususnya dalam hal ini para mahasiswa, untuk meningkatkan dan mengembangkan kepribadiannya. Hasil yang diinginkan dari pemberian materi ini adalah terbentuknya kepribadian unggul, yang akan sangat bermanfaat dalam membangun jaringan. Materi personality development mencakup hal-hal sebagai berikut:

- a. *Cara bergaul*, yaitu memberi pengetahuan tentang pergaulan sesuai dengan jaman yang sedang berlangsung. Dengan Tujuan agar para mahasiswa dapat menjalin pergaulan yang luas, dari berbagai kalangan.
- b. *Perbaikan penampilan*, yaitu memberikan pengetahuan

129

ketangkasan seseorang dalam bertugas yang tentu ujungnya sangat menghemat waktu.

8. Biasakan check and re-check

a. Buatlah check list

Sediakan daftar isian untuk keperluan pada saat-saat yang akan datang. Jangan lupa menyimpannya harus ditempat yang disepakati.

b. Re-check

Jangan pernah mau melakukan sesuatu, atau berangkat kemanapun sebelum mengadakan pengecekan ulang. Sudah terlalu banyak contoh konyol yang merugikan dan memalukan akibat kelalaian dalam pengecekan ulang.

LATIHAN !!

1. Apa yang bisa dilakukan seseorang untuk mengenal diri sendiri?
2. Jelaskan perbedaan etika dan etiket?
3. Apa saja unsur konsep diri, dan jelaskan !
4. Apa saja yang bisa menyebabkan peran seseorang dapat terganggu? Jelaskan !
5. Bagaimana Anda mengatur waktu sehari-hari?

bagaimana berpenampilan sesuai dengan perkembangan jaman dan situasinya, mulai dari cara berpakaian, cara membawakan diri, cara berbicara dan lain-lain. Tujuannya adalah agar mahasiswa akan mampu membawa dirinya dalam situasi apapun dengan penuh percaya diri.

- c. *Etika*, yaitu memberi pengetahuan tentang etika berhubungan dengan orang lain, baik secara formal maupun non-formal, baik secara lisan, komunikasi dengan alat, ataupun berkorespondensi dengan bahasa tulis. Tujuannya adalah agar mahasiswa mengetahui bagaimana harus menjalin hubungan atau berkomunikasi dengan pihak-pihak lain.

2. Emotional Motivation

Emotional Motivation ini secara garis besar bertujuan untuk menumbuhkan motivasi dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting bagi diri kita untuk menguatkan kemauan dan keyakinannya dalam meraih cita-cita yang diinginkannya. Seseorang yang bisa membangkitkan motivasi dari dalam diri sendiri akan mampu mengatasi segala permasalahan hidup yang dialaminya, orang tersebut tidak memerlukan orang lain untuk bangun dari kejatuhan yang dialaminya.

Hal yang dilakukan dalam hal ini meliputi:

1. Melakukan Perubahan dalam diri untuk mengubah karakter-karakter negatif yang bisa menghalangi perjalanannya menentukan atau meraih cita-cita.
2. Merangsang jiwa untuk hidup secara lebih baik melalui pertanyaan-pertanyaan. Dengan pertanyaan yang benar jiwa akan bereaksi secara positif untuk bertahan hidup, keluar dari permasalahan atau mencapai hidup yang lebih baik.
3. Mencari sumber-sumber motivasi yang bisa digunakan untuk membangkitkan motivasi baru setiap waktu dan setiap saat.
4. Membentuk dan mengembangkan karakter baru yang positif dan berguna untuk memenangkan masa depan.

3. Personal Selling

Personal Selling ini secara garis besar bertujuan melatih kemampuan diri kita untuk membangun rasa percaya diri dalam

mengomunikasikan ide-idenya dan memenangkan negosiasi atas ide-idenya secara positif. Hal ini sangat penting dalam kenyataan hidup, bahwa seorang Sarjana Sains harus mampu menjual ide-ide cemerlangnya kepada orang lain, baik itu yang berkaitan dengan bidang ilmu yang dipelajari ataupun hal-hal lain yang melekat dengan profesi dan profesionalisme mereka sesuai dengan gelar yang dimiliki.



Hal yang harus dilakukan meliputi:

1. Membangun rasa percaya diri dengan melakukan terobosan, sesuatu yang belum pernah dilakukan sebelumnya. Rasa takut dan malu sering menjadi penghalang untuk melakukan hal-hal yang baru walaupun mereka yakin akan hasilnya.
2. Komunikasi efektif, untuk melakukan komunikasi secara efektif, menggunakan seluruh sumber daya yang ada dengan tujuan orang lain memahami apa yang menjadi pikirannya. Selain itu juga dilatih cara mendengarkan dengan baik, hal ini juga penting karena dalam komunikasi, selain berbicara, seseorang juga dituntut untuk bisa mendengarkan lawan komunikasinya dan menangkap isi pikirannya.
3. Keterampilan menjual, yang pertama dalam hal ini akan diajarkan seni bernegosiasi dan bagaimana memenangkannya. Metode melakukan pendekatan emosional dalam menawarkan ide

sangat penting untuk berhasilnya sebuah penjualan. Oleh karena itu kita harus melatih diri kita.

4. Entrepreneurship

Entrepreneurship ini secara garis besar bertujuan membangun keberanian untuk mengambil keputusan dan menghadapi segala risiko yang timbul dari keputusan yang dipilihnya. Kepada mahasiswa diberikan penyadaran bahwa hidup manusia pada umumnya adalah pilihan dari berbagai kenyataan yang dihadapi setiap waktu dan setiap saat. Selanjutnya diarahkan pada kemampuan menentukan pilihan yang tepat, yaitu pilihan yang dapat memberikan kebaikan. Tujuan akhir dalam hal ini adalah kebijaksanaan yaitu kemampuan menentukan pilihan tepat yang bisa membuat keadaan lebih baik.

Hal – hal yang perlu dilakukan meliputi:

1. Membangun passion (gairah hidup), dengan mengevaluasi potensi yang terkandung dalam dirinya, peluang-peluang yang ada di luar, menyatukan dengan karakter positif yang dimilikinya dan menuangkan dalam sebuah konsep pemikiran yang logis.
2. Membangun keberanian untuk mengambil risiko atas sebuah keputusan yang penting. Faktor emosi sangat berpengaruh dalam ini. Banyak keputusan penting yang berpeluang sangat baik tidak diambil karena orang yang bersangkutan tidak berani menghadapi risiko yang ditimbulkan.

Dalam hal ini dapat di tarik kesimpulan Entrepreneurship ini diberikan untuk membentuk leadership (kepemimpinan). Seorang pemimpin haruslah mempunyai visi dan gairah kerja yang tinggi, keberanian mengambil keputusan dan sanggup menghadapi risiko. Kepada mahasiswa diberikan pengetahuan dan hikmat kepemimpinan yang bisa menginspirasi mereka untuk menumbuhkan jiwa kepemimpinannya sendiri. Secara umum, kepemimpinan ini adalah mempelajari model-model kebajikan yang dilakukan oleh pemimpin-pemimpin besar dunia. Selain itu, kepemimpinan ini juga memberi penegasan tentang kebajikan-kebajikan yang harus dilakukan oleh seorang pemimpin.



Tak dapat dipungkiri kita semua pasti pernah mengalami rasa tak percaya diri sesekali waktu. Adakalanya agak sulit untuk membangkitkan kembali rasa percaya diri itu sewaktu kita sedang membutuhkan. Sebenarnya ada latihan sederhana yang dapat dipraktekkan untuk mendapatkan rasa percaya diri kita agar kembali ke jalurnya secepat mungkin saat dibutuhkan. Berikut ini adalah tujuh langkah membangun rasa percaya diri yang tak tergoyahkan:

1. *Perhatikan Postur Tubuh* - Mungkin kedengarannya ini tak memiliki hubungan dengan rasa percaya diri yang kita bicarakan ini, tetapi sebenarnya bagaimana sikap duduk atau berdiri kita, mengirimkan pesan tertentu pada orang-orang yang ada di sekeliling kita. Jika pesan tersebut memancarkan rasa percaya diri, kita akan mendapatkan tanggapan positif dari orang lain dan tentu saja ini akan memperbesar rasa percaya diri kita sendiri. Jadi mulai perhatikan sikap duduk dan berdiri untuk menunjukkan bahwa kita memiliki rasa percaya diri.
2. *Bergaulah Dengan Orang-Orang Yang Memiliki Rasa Percaya Diri Dan Berpikiran Positif* - Lingkungan membawa pengaruh besar pada seseorang. Jika kita terus menerus berbaur dengan orang yang memiliki rasa rendah diri, pengeluh dan pesimis, seberapa besarpun percaya diri yang kita miliki, perlahan tapi pasti akan pudar dan terseret mengikuti lingkungan di sekeliling kita. Sebaliknya, jika kita dikelilingi orang-orang yang penuh kebahagiaan dan percaya diri, makan akan tercipta pula atmosfir positif yang membawa keuntungan bagi diri kita.
3. *Ingat Kembali Saat Anda Merasa Percaya Diri* - Percaya diri adalah sebuah perasaan, dan jika kita pernah merasakannya sekali, tak mustahil untuk merasakannya lagi. Mengingat kembali

pada saat dimana kita merasa percaya diri dan terkontrol akan membuat kita mengalami lagi perasaan itu dan membantu meletakkan kerangka rasa percaya diri itu dalam pikiran.

4. *Latihan* - Kapanpun kita ingin merasakan rasa percaya diri, kuncinya adalah latihan sesering mungkin. Bahkan kita dapat membawanya dalam tidur. Dengan kemampuan yang terlatih, kita tak akan kesulitan menampilkan rasa percaya diri kapanpun itu dibutuhkan.
5. *Kenali Diri Sendiri* - Pikirkan segala hal tentang apa yang kita sukai berkenaan dengan diri sendiri dan segala yang kita tahu dapat kita lakukan dengan baik. Jika kita mengalami kesulitan saat melakukan ini, ingat tentang pujian yang kita peroleh dari orang-orang - Apa yang mereka katakan - Anda melakukannya dengan baik? Sebuah gagasan bagus untuk menuliskan semua ini, hingga kita bisa melihatnya lagi untuk mengibarkan rasa percaya diri kapanpun kita membutuhkan inspirasi.
6. *Jangan Terlalu Keras Pada Diri Sendiri* - Jangan terlalu mengkritik diri sendiri, jadilah sahabat terbaik bagi diri kita. Namun, saat seorang teman sedang melalui masa sulit, kita tak akan mau terlibat dalam masalahnya hingga menguras emosi diri sendiri kan? Tentu saja kita tak mau. Pembicaraan yang positif dapat berubah jadi senjata terbaik untuk menaikkan rasa percaya diri, jadi pastikan kita menanam kebiasaan ini, jangan biarkan permasalahan orang lain membuat kita jadi terpuruk.
7. *Jangan Takut Mengambil Resiko* - Jika Anda seorang pengambil resiko, Anda pasti akan temukan kalau tindakan ini mampu membuahkan rasa percaya diri. Tak ada yang lebih bermanfaat dalam menumbuhkan rasa percaya diri layaknya mendorong diri sendiri keluar dari zona nyaman. Selain itu, tindakan ini juga berfungsi bagus untuk mengurangi rasa takut kita akan hal-hal yang tak kita ketahui, plus bisa dari pembangkit rasa percaya diri yang luar biasa.

Lebih dari segalanya, selalu ingatlah bahwa kita memiliki bakat dan kemampuan. Pastikan kita selalu melakukan yang terbaik untuk semua itu dan inilah yang akan jadi batu loncatan terbaik untuk membangun rasa percaya diri yang tak tergoyahkan.

Seorang profesional tidak hanya dilihat dari penampilan luarnya saja, tetapi juga dari tutur bahasa. Seringkali kita melihat cara bicara seseorang yang tidak menunjukkan dirinya seorang profesional. Apa yang perlu diperhatikan seorang profesional dalam bertutur kata?

1. Penggunaan Istilah Asing

Dalam pembicaraan dengan relasi, seringkali kita menyelipkan istilah atau kata-kata asing. Etiskah bila seorang profesional menggunakan bahasa yang seperti itu? Dari segi etis sebaiknya kita menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar. Alasannya, bahasa Indonesia mudah dimengerti setiap orang. Kita bisa tetap menggunakan bahasa asing, jika memang sulit mencari padanannya dalam bahasa Indonesia. Hanya sebaik-nya kita menguraikan maksudnya.

2. Teknik Berbicara yang Baik

Bicaralah ramah pada setiap orang. Perkataan/artikulasi pun harus jelas agar tidak terjadi miscommunication. Perhatikan pula pemilihan kata. Meski bertujuan baik, jika salah berkata-kata maka tujuan itu tidak akan tercapai. Lakukan kontak mata pada lawan bicara.



3. Teknik Berbicara Di Depan Umum

Berbicara di depan umum bukanlah soal bakat. Kemampuan itu bisa dilatih. Seorang pendiam bisa tampil memikat

di depan umum, asalkan ia mau belajar. Miliki kepercayaan diri. Kuasai bahan pembicaraan. Beberapa hal lain yang perlu diperhatikan:

- a. Tunjukkan antusias terhadap situasi dan pendengar.
- b. Lakukan kontak mata 5-15 detik, dan tatapan kita pun harus berkeliling bukan pada satu orang saja. Jadi, semua orang merasa diajak berbicara.
- c. Perlihatkan senyuman agar lawan bicara fokus pada kita.
- d. Sisipkanlah humor, karena humor akan menghilangkan kejenuhan. Hindari humor yang berbau porno.
- e. Fokus pada pembicaraan. Tidak perlu memperlihatkan semua wawasan yang kita punya, karena akan menunjukan kita sok pintar.
- f. Berikan pujian yang jujur pada orang lain, tanpa menyimpang dari maksud.

4. Teknik Berbicara Profesional

Seorang profesional perlu mengenal teknik presentasi yang efektif, seperti yang disebutkan diatas. Ada tiga faktor penting lainnya:

- Faktor verbal, 7 %. Menyangkut pesan yang kita sampaikan termasuk kata-kata yang kita ucapkan
 - Faktor vokal, 38 %. Intonasi, penekanan, dan resonansi suara.
 - Faktor visual, 55 %. Penampilan kita.
- Jadi, jangan menyepelekan penampilan dan suara, sehingga orang yang mendengarkan tidak bosan. Kita harus pintar mengaturnya sehingga menciptakan suasana yang "hidup" dan dinamis.

5. Teknik Membuka dan Menutup Pembicaraan

Untuk mengawali suatu pembicaraan, adakanlah small talk, seperti mengucapkan selamat pagi, siang atau malam. Untuk memancing perhatian pendengar, lemparkan joke ringan. Setelah itu baru ke topik utama. Akhiri pembicaraan dengan ilustrasi dan summary hasil pembicaraan di dalamnya. Jadi, jangan bicara dari A sampai Z, sebaiknya diringkas sehingga orang mengerti dan tidak melupakan pesan atau intisari pembicaraan.

6. Bisa Dipelajari

Berbicara atau berkomunikasi secara profesional menuntut kesiapan tiga hal. Pertama wawasan atau materi yang kita sampaikan, kedua cara penyampaian yang meliputi gerak, intonasi suara, dan penekanannya, ketiga penampilan kita. Semua itu bisa kita pelajari asalkan kita mau. Milikilah motivasi untuk maju dan berkembang. Kita pasti mampu mencapai keberhasilan yang diinginkan.

Selain tutur kata, hal pokok lainnya yang dimiliki oleh profesional adalah kreativitas. Sumber daya manusia dalam sebuah perusahaan merupakan aset yang sangat berharga. Aktivitas yang berlebihan dapat menimbulkan kejenuhan. Kejenuhan membuat pikiran stagnan. Jika berlanjut, stagnasi ini akan menurunkan produktivitas dan akhirnya merugikan perusahaan. Dari sini terlihat betapa berharganya sumber daya manusia dibandingkan kecanggihan teknologi sebuah perusahaan. Karena motor dari kreativitas bersumber pada kedewasaan manusia dalam menjalani hidup, termasuk peningkatan kariernya. Kreativitas merupakan kendaraan bagi seseorang untuk menjadi pemenang dalam segala bidang. Untuk melahirkan kreativitas diperlukan :

- Passion

Passion membuat seseorang punya fighting spirit /semangat juang. Ia tidak mudah menyerah dan putus asa dalam menghadapi berbagai masalah, sesulit apa pun, termasuk pekerjaannya. Masalah justru menjadi pemicu untuk mencari terobosan. Passion akan memunculkan kreativitas secara spontan. Tanpa passion, prestasi gemilang tidak dapat kita raih.



a. Mencari teman bukan karena materi

"Berteman Bukan Karena Materi". Kalimat ini sering sekali kita dengar dan diucapkan oleh sebagian orang. Namun bagaimanakah sebenarnya konotasi bukan karena materi? Berteman bukan karena materi dalam arti yang simpel adalah: berteman dengan siapa saja, tanpa pandang bulu, dan tidak merugikan secara moral dan akhlaknya. Ikhlas tanpa ada tendensi apapun dibalik persahabatan itu. Dan bagi seseorang yang memiliki akal, iman, serta kesucian hati dan pendidikan yang tinggi biasanya paling bisa merangkul seseorang untuk dijadikan teman, saudara, dan sahabat dalam memperjuangkan hak-hak kita, iman, kesucian hati, dan prinsip hidup.

Persaudaraan yang didasarkan karena keikhlasan hati yang merupakan ikatan hati yang paling baik, jalinan jiwa yang paling kokoh, serta akal dan rohani yang paling tinggi daripada di atas persaudaraan atau persahabatan yang hanya didasari karena hawa nafsu. Kita menjalin tali pertemanan harus menghindari berbagai nilai materi serta tujuan buruk dan berbagai macam niat-niat tidak baik terhadap teman kita.

Kita harus dapat mengendalikan hati dalam memilih teman. Walaupun kita berbeda dalam hal agama, prinsip hidup, tujuan hidup, visi & misi serta hobby. Dampak pertemanan yang baik adalah : terjalinnya pertemanan dan persaudaraan yang tulus ikhlas, tanpa ada unsur materi, nafsu dan propaganda didalamnya.

Akan halnya dengan pertemanan dan persaudaraan yang semu dan penuh kepalsuan. Maka seseorang yang berhati buruk akan memilih teman yang menguntungkan kehidupannya. Seperti : memilih berteman dengan orang-orang kaya yang bergelimang materi dengan harapan dapat menikmati fasilitas materi yang dimilikinya, dia akan segera berpindah ke teman kaya yang lain, karena yang teman yang sebelumnya sudah bangkrut.

Pada zaman sekarang banyak sekali orang-orang disekeliling kita yang mencari teman hanya untuk mencari pujian&materi hanya sekedar memenuhi keinginan tentang materi saja. Sebaiknya kita mencari teman yang menguntungkan

dalam hal ilmu, tali kekerabatan, mau menerima kita apa adanya, daripada mencari materi dan terdapat hawa nafsu serta niat-niat yang tidak baik lainnya.

b. Mencintai teman karena pribadinya baik

Pada dasarnya, saling mengasihi dan saling mencintai sesama teman sangat potensial menampilkan keharmonisan yang baik antar sesama manusia. Disetiap ajaran agama kita selalu diajarkan untuk saling cinta-mencintai, kasih-mengasihi, dan tolong-menolong antar saudara dan teman tanpa melihat perbedaan agama, ras, social dan lain-lain. Yang didalam dirinya tidak disempitkan oleh rasa iri hati dan dengki.

Mencintai sesama secara tulus sangat sulit, jika tidak benar-benar mempunyai hati yang ikhlas, niat yang tulus, karena untuk memiliki rasa mencintai sesama dengan tulus harus memiliki hati yang bersih, sabar, tidak terpancing apapun yang berhubungan dengan nafsu amarah dan materi.



Apabila kita disulut kemarahan oleh saudara atau teman kita, maka kita akan meredam emosi jiwa serta memaafkan apa yang telah diperbuat oleh saudara atau teman kita dengan

141

sehingga menjadikan mereka seolah-olah ingin hidup sendiri tanpa bantuan orang lain (individualisme tinggi). Oleh sebab itu rasa individualisme tersebut harus dihapuskan dari dalam diri kita agar terhindar dari rasa dengki, iri hati, kebencian dan hasut diganti dengan rasa mencintai sesama yang tulus.

Apabila didalam jiwa kita tertanam keyakinan bahwa rasa cinta kepada saudara dan teman seperti cinta kepada dirinya sendiri merupakan pada rasa saling peduli, nasihat-menasehati. Nilai-nilai luhur ini merupakan suatu hal yang biasa dalam kehidupan dan tingkah laku kita dengan teman maupun saudara, agar kita dapat menjadi suri tauladan atau panutan bagi orang lain.

d. Menghindari canda yang menyakitkan

Yang membuat kita harus berhati-hati dalam berbicara atau bertindak, karena timbulnya rasa benci, saling dendam bukan karena dari caci maki, tetapi dapat pula berasal dari canda atau senda gurau yang keterlaluan dan menyakitkan. Senda gurau tidak dilarang bahkan dapat mengakrabkan antar teman dan saudara, juga dapat mencairkan suasana yang kaku. Pertanyaannya adalah canda yang bagaimana yang baik?

❖ Canda yang baik yaitu :

- 1) Bercanda dengan kata-kata yang jujur, jangan dengan kata-kata bohong.
- 2) Jangan bermain-main dengan kata-kata hinaan, yang dapat mengakibatkan saling menjatuhkan antar teman.
- 3) Jangan dengan emosi.
- 4) Bercanda dalam batas wajar, yaitu saling menghormati dan menghargai.

Kita harus dapat meredam dan mengendalikan lidah kita agar tidak menyakiti teman atau saudara kita, meskipun hanya lewat candaan. Apabila kita bercanda melewati batasan atau keterlaluan dapat mengakibatkan permusuhan dan percekocokan, hal tersebut berakibat hubungan antar teman dan saudara menjadi renggang dan dapat pula memutuskan tali silaturahmi (hubungan kekeluargaan). Maka sepatutnya kita

143

mudah, tanpa merasa dihinakan atas pemberian maaf itu, karena hal tersebut berasal dari ketulusan hati yang paling dalam.

Apabila kemarahan kita biarkan, maka akan berubah menjadi dendam, kebencian, iri hati, dan hasut. Oleh karena itu kemarahan tersebut harus diikuti dengan maaf dan jabat tangan, agar kita terhindar dari amarah yang berlebihan, dendam, kebencian dan hasut, supaya kita mendapatkan ketenangan, kedamaian, dan kebahagiaan dalam menjalin hubungan pertemanan dan persaudaraan.

c. Saling mengingatkan dalam kebaikan

Saling tolong menolong, saling mengingatkan dalam hal kebaikan, keimanan, dan ketakwaan merupakan tugas kita bersama, baik laki-laki maupun perempuan. Hal ini karena kelemahan sifat manusia yang memang tempatnya khilaf dan dosa.

Cara mengingatkan dalam hal kebaikan janganlah dilakukan dengan keangkuhan, hal tersebut akan menimbulkan dendam dan sakit hati pada orang yang kita ingatkan, bukan kesadaran yang seperti kita harapkan. Akan tetapi cara mengingatkan dengan disertai rasa rendah hati, murni ingin menolong dan menyelamatkan orang yang kita sayangi, maka akan mudah timbul kesadaran dalam hatinya, dan dia pun mau menerima kritik dan saran dengan kesadaran penuh, karena dia ingin menjadi orang yang lebih baik lagi.

Kepribadian yang suka mengingatkan (memberi nasehat) dalam hal kebaikan, menjadikan kita senantiasa belajar dan menemui sebuah makna, yakni kejujuran, tidak menipu, mengkhianati, dan tidak menghindarkan mereka dari kebaikan. Kita melakukan hal ini tidak sekedar basa-basi, bukan pula untuk memperlihatkan kepedulian semata atau bahkan hanya ingin mendapatkan pujian dari orang lain, akan tetapi kita mengetahui bahwa nasihat tersebut merupakan salah satu pengalaman dari ajaran agama yang kita anut dan ingin menyelamatkan orang yang kita sayangi.

Kenyataan pada zaman sekarang, banyak orang mengandalkan akalnya daripada jiwa dan perasaannya,

142

dapat bercanda dengan teman dan saudara kita dengan candaan yang tidak menyakitkan hati serta tidak mengingkari janji yang pernah kita buat dengan mereka.

Maka kita semua harus dapat menjaga budi pekerti kita agar senantiasa agung dan berwibawa, tidak mudah terjerumus kedalam pelanggaran-pelanggaran social seperti itu

Yang dapat memicu terputusnya hubungan persaudaraan dan sikap saling menghormati antar teman dan saudara serta tidak menjatuhkan kepribadian diri kita sendiri serta orang lain pada umumnya.

e. Mendo'akan teman dengan ketulusan

Doa merupakan benteng kekuatan mental spiritual seseorang. Tak mengherankan jika pada saat tertentu seseorang terkadang tak membutuhkan bantuan materi berbentuk apapun, karena yang dia inginkan adalah doa restu yang tulus ikhlas dari lubuk hati seorang teman. Lagi pula doa merupakan inti ibadah yang tak kecil perannya dalam keberhasilan seseorang.

Dalam memanjatkan doa hendaknya dengan tulus, tidak membedakan teman baik secara fisik, maupun materi. Karena apabila doa yang dipanjatkan hanya mengharapkan imbalan, tidak akan terkabul. Serta doa yang kita panjatkan harus dengan kejujuran dan ketulusan hati yang paling dalam dan tujuan yang luhur, agar doa yang kita panjatkan untuk teman atau saudara dapat dikabulkan oleh Tuhan YME.

5.3 Pribadi yang Bertanggung Jawab

Salah satu pribadi yang unggul adalah memiliki sikap bertanggung jawab. Untuk membentuk karakter tersebut pada dasarnya adalah adanya kebebasan yang dimiliki oleh setiap orang. Sebab tanggung jawab muncul karena adanya kebebasan yang dimilikinya.

"Kebebasan" dan "tanggung jawab" seolah-olah merupakan pengertian kembar. Terdapat hubungan timbal balik antara dua pengertian ini, sehingga orang mengatakan "manusia itu bebas" dengan sendirinya menerima juga "manusia itu bertanggung jawab".

Sebaliknya, jika kita bertolak dari pengertian "tanggung jawab", kita turut memaksudkan juga "kebebasan". Tidak mungkin kebebasan (setidak-tidaknya kebebasan dalam arti sesungguhnya) tanpa tanggung jawab dan tidak mungkin tanggung jawab tanpa kebebasan.

1. Kebebasan

A. Beberapa Arti Kebebasan

a. Kebebasan Sosial Politik

Pertama-tama harus dibedakan antara kebebasan social-politik dan kebebasan individual. Subyek kebebasan social-politik adalah suatu bangsa atau rakyat. Sedangkan subyek kebebasan individual adalah manusia perorangan.

Kebebasan sosial-politik bukannya sesuatu yang selalu sudah ada, melainkan sebagian besar merupakan produk perkembangan sejarah atau, lebih tepat lagi, produk perkembangan sejarah, atau lebih tepat lagi, produk perjuangan sepanjang sejarah. Dalam sejarah modern dapat dibedakan dua bentuk. Bentuk pertama adalah tercapainya kebebasan politik rakyat dengan membatasi kekuasaan absolute para raja. Bentuk kedua terdiri dari kemerdekaan yang dicapai oleh Negara-negara muda terhadap Negara-negara penjajah.



b. Kebebasan Individual

Kebebasan social-politik dibahas lebih lanjut dalam "etika politik", bukan dalam etika umum. Oleh karena itu, dalam pembahasan ini akan dikupas kebebasan individual lebih detail. Beberapa arti kebebasan dalam kebebasan individual antara lain:

1) Kesewenang-wenangan

Terkadang kebebasan dimengerti sebagai kesewenang-wenangan (*arbitrariness*). Maka, orang disebut bebas bila ia dapat berbuat atau tidak berbuat sesuka hatinya. Disini "bebas" dimengerti sebagai terlepas dari segala kewajiban dan keterikatan. Kebebasan dalam arti ini dilihat sebagai izin atau kesempatan untuk melakukan sesuatu sekehendaknya sendiri. Agar lebih jelas, mari kita lihat beberapa contoh berikut:

- Seorang pelajar adalah bebas, kalau tidak perlu masuk sekolah, karena kebetulan hari itu libur atau karena ia mengambil keputusan untuk bolos. Ia bebas dalam arti: lepas dari kewajiban belajar dan dapat mengisi waktu sekehendak hatinya.
- Kata "bebas" dipakai juga dalam arti ini, bila orang bicara tentang pergaulan bebas, cinta bebas, atau seks bebas (*free love, free sex*). "Bebas" disini berarti terlepas dari segala peraturan atau kaidah.

2) Kebebasan Fisik

"Bebas" dalam arti kebebasan fisik berarti tiada paksaan atau rintangan dari luar. Seseorang menganggap dirinya bebas, jika bias bergerak kemana saja ia mau tanpa hambatan apapun. Selama meringkuk di penjara, seorang narapidana tidak bebas, tetapi begitu masa tahanannya lewat ia kembali menghirup udara kebebasan.

Kalau hanya itulah yang kita maksudkan dengan "bebas", maka pengertian kita tentang kebebasan masih terlalu dangkal. Bisa saja orang tidak menikmati kebebasan fisik, namun sungguh-sungguh bebas. Banyak pahlawan pernah ditahan dan mereka tetap bebas sepenuhnya. Dan sebaliknya, kalau orang dapat bergerak bebas hal itu belum menjamin bahwa ia benar-benar bebas.

Biarpun dengan kebebasan fisik belum terwujud kebebasan yang sebenarnya, namun kebebasan ini patut dinilai positif. Jika kebebasan dalam arti kesewenang-wenangan harus ditolak sebagai penyalahgunaan kata "kebebasan", maka kebebasan fisik dapat kita hargai tanpa ragu-ragu. Kebebasan ini sangat bermanfaat dan sangat dibutuhkan untuk menjadi orang yang bebas dalam arti sebenarnya.

3) Kebebasan Yuridis

Kebebasan yuridis berkaitan erat dengan hukum dan harus dijamin oleh hukum. Sebenarnya kebebasan yuridis ini merupakan sebuah aspek dari hak-hak asasi manusia. Dalam *Deklarasi Universal tentang Hak-hak Asasi Manusia* (1948) dan juga dalam dokumen-dokumen lain tentang hak-hak manusia berulang kali dibicarakan tentang "hak-hak" dan "kebebasan-kebebasan". Tidak mengherankan bahwa hak-hak di sini disebut bersamaan dengan kebebasan, karena setiap hak mengandung kemungkinan untuk melakukan perbuatan-perbuatan tertentu dengan bebas dan tak terganggu.

Yang dimaksud dengan kebebasan dalam arti ini adalah syarat-syarat fisik dan social-maksudnya syarat-syarat yang harus dipenuhi agar manusia dapat mengembangkan kemungkinan-kemungkinan dengan semestinya yang perlu dipenuhi agar kita dapat menjalankan kebebasan kita secara konkret.

Kebebasan yuridis ini menandai situasi kita sebagai manusia. Kebebasan kita bersifat berhingga dan karena itu membutuhkan lingkup gerak dimana ia bisa dijalankan. Kebebasan kita memperoleh nilai lebih besar, sejauh wilayah dimana kita dapat mewujudkannya, lebih besar pula.

Dari penjelasan-penjelasan di atas, dapat kita simpulkan sebagai berikut: dengan kebebasan yuridis ini dimaksudkan semua syarat hidup di bidang ekonomis, social, dan politik yang diperlukan untuk menjalankan kebebasan manusia secara konkret dan mewujudkan kemungkinan-kemungkinan yang terpendam dalam setiap manusia. Pertanyaan berikutnya adalah; dari mana kita dapat mengharapkan kebebasan-

kebebasan ini? Tentu saja, peranan Negara disini sangat penting. Negara, yang bertujuan mengupayakan kesejahteraan umum, harus menjamin dan memajukan kebebasan-kebebasan ini. Hal itu akan dilakukannya dengan membuat undang-undang yang cocok bagi keadaan konkret. Dapat dimengerti bahwa dengan perundang-undangan ini kebebasan beberapa orang akan diganggu dan dibatasi. Hal itu tidak bisa dielakkan. Negara mau tidak mau mengandung suatu faktor kekerasan: oleh karena adanya Negara maka individu-individu terpaksa dibatasi dalam kebebasan masing-masing. Namun, yang terpenting adalah pembatasan-pembatasan initerjadi untuk memungkinkan kebebasan sebesar mungkin bagi semua orang.

4) Kebebasan Psikologis

Salah satu arti kebebasan yang sangat penting adalah kebebasan psikologis. Dengan kebebasan psikologis, kita maksudkan kemampuan yang dimiliki manusia untuk mengembangkan serta mengarahkan hidupnya. Kemampuan ini menyangkut kehendak, bahkan merupakan ciri khasnya. Karena itu suatu nama lain untuk kebebasan psikologis adalah "kehendak bebas" (*free will*). Kebebasan ini berkaitan erat dengan kenyataan bahwa manusia adalah makhluk berasio. Ia bisa berpikir sebelum bertindak. Dalam tingkah lakunya ia tidak membabi buta, melainkan berkelakuan dengan sadar dan pertimbangan sebelumnya. Jika manusia bertindak bebas, itu berarti bahwa ia tahu apa yang diperbuatnya dan apa sebab yang diperbuatnya. Berkat kebebasan ini ia dapat memberikan suatu makna kepada perbuatannya. Kehendak bebas meliputi kemampuan untuk memilih pelbagai alternative. Jadi kebebasan ini memungkinkan kita untuk memilih antara yang baik dan yang buruk.

Kemungkinan untuk memilih merupakan aspek penting dari kebebasan psikologis, namun itu tidak berarti bahwa kebebasan ini lebih besar sejauh kemungkinan untuk memilih lebih luas. Kemungkinan untuk memilih tidak bias menjadi tolok ukur untuk menilai kebebasan ini.

Kebebasan psikologis dirasakan dan dialami lebih jelas saat pemilihan. Tapi itu tidak berarti bahwa kebebasan terbatas pada saat itu saja atau bahwa peranannya paling penting ketika itu. Tidak kalah penting adalah pelaksanaan. Kebebasan ini tidak saja mencakup pemilihan, melainkan juga kesetiaan akan kemungkinan yang telah dipilih.

Walaupun kebebasan psikologis selalu disertai dengan kemungkinan untuk memilih dan tidak ada kebebasan kalau tidak ada kemungkinan untuk memilih, namun pemilihan bukanlah merupakan hakikat kebebasan psikologis. Yang menjadi hakikatnya ialah kemampuan manusia untuk menentukan dirinya sendiri. Kebebasan psikologis adalah autodeterminasi: "penentuan aku oleh aku". Disini "aku" adalah subyek dan juga obyek sekaligus. Yang menentukan adalah saya dan yang ditentukan adalah saya juga.

5) Kebebasan Moral

Kebebasan moral berkaitan erat dengan kebebasan psikologis, namun tidak boleh disamakan dengannya. Kebebasan moral mengandaikan kebebasan psikologis, sehingga tanpa kebebasan psikologis tidak mungkin terdapat kebebasan moral. Tetapi jika terdapat kebebasan psikologis belum tentu terdapat kebebasan moral juga, walaupun dalam keadaan normal kebebasan psikologis akan disertai kebebasan moral.

6) Kebebasan Eksistensial

Kebebasan eksistensial maksudnya, kebebasan menyeluruh yang menyangkut seluruh pribadi manusia dan tidak terbatas pada salah satu aspek saja. Kebebasan ini mencakup seluruh eksistensi manusia-eksistensi menunjukkan cara berada manusia yang khas dan berbeda dengan semua makhluk lain.

Kebebasan eksistensial adalah bentuk kebebasan tertinggi. Tentu saja, manusia tidak memiliki kebebasan ini tanpa kebebasan dalam arti lain, khususnya kehendak bebas. Tapi kebebasan eksistensial melebihi semua arti lain itu. Orang yang bebas secara eksistensial seakan-akan "memiliki dirinya sendiri". Ia mencapai taraf otonomi, kedewasaan, otentisitas, kematangan

rohani. Orang yang sungguh-sungguh bebas dapat mewujudkan eksistensinya secara kreatif. Ia dapat merealisasikan kemungkinan-kemungkinannya dengan kemandirian dan otonomi paling besar.

B. Batas – Batas Kebebasan

1) Faktor-faktor dari dalam

Kebebasan pertama-tama dibatasi oleh faktor-faktor dari dalam, baik fisik maupun psikis. Keadaan fisik dan psikis sangat mempengaruhi kebebasan seseorang dalam mewujudkan kehendak/keinginannya.

2) Lingkungan

Kebebasan dibatasi juga oleh lingkungan, baik alamiah maupun social.

3) Kebebasan orang lain

Kebebasan seseorang dibatasi oleh kebebasan orang lain. Semua gerak-gerik si A dibatasi oleh kebebasan teman-temannya. Tidak dibenarkan bahwa si A begitu bebas, sehingga tidak ada kebebasan lagi untuk orang lain. Inilah pembatasan dengan konsekuensi paling besar bagi etika. Dan inilah alasan utama mengapa diperlukan suatu tatanan moral diantara manusia. Mengakui kebebasan orang lain secara konkret berarti menghormati hak-haknya.

4) Generasi-generasi mendatang

Kebebasan kita juga dibatasi oleh masa depan umat manusia atau oleh generasi-generasi sesudah kita. Kebebasan kita dalam menguasai dan mengeksploitasi alam dibatasi sampai titik tertentu, sehingga alam bisa menjadi juga dasar hidup bagi generasi-generasi mendatang. Kita tidak bebas untuk mempergunakan alam seenaknya, sampai membahayakan masa depan umat manusia.

2. Tanggung Jawab

Sama seperti dalam banyak bahasa Barat, dalam bahasa Indonesia pun kata yang kita pakai untuk "tanggung jawab" ada kaitannya dengan "jawab". Nertanggung jawab dapat berarti: dapat menjawab, bila ditanya tentang perbuatan-perbuatan yang

telah dilakukan. Orang yang bertanggung jawab dapat diminta penjelasan tentang tingkah lakunya dan bukan saja ia *bisa* menjawab-kalau ia mau-melainkan juga ia *harus* menjawab. Tanggung jawab berarti bahwa orang tidak boleh mengelak, bila diminta penjelasan tentang perbuatannya. Jawaban itu harus diberikan kepada siapa? Kepada dirinya sendiri, kepada masyarakat luas dan-kalau dia beragama-kepada Tuhan.

a. Tanggung Jawab dan Kebebasan

Dalam "tanggung jawab" terkandung pengertian "penyebab". Orang bertanggung jawab atas sesuatu yang disebabkan olehnya. Orang yang tidak menjadi penyebab dari suatu akibat tidak bertanggung jawab juga. Kalau seorang bapak melakukan tindakan kriminal dan karena itu dihukum penjara seumur hidup, maka hanya dialah yang bertanggung jawab, bukan istri atau anak-anaknya(dengan pengandaian si bapak bertindak sendirian). Adalah sama sekali tidak adil, bila istri atau anak-anaknya dipersalahkan atau didiskriminasi akibat kejahatan bapaknya itu. Tetapi untuk bertanggung jawab, tidak cukuplah orang menjadi penyebab, perlu juga orang menjadi penyebab *bebas*. Kebebasan adalah syarat mutlak untuk tanggung jawab.

Dalam masyarakat arkais dulu, tanggung jawab sering disamakan dengan penyebab begitu saja. Suatu benda yang mengakibatkan malapetaka (atau hanya dipercayai mengakibatkan malapetaka), langsung dimusnahkan. Pandangan arkais semacam ini dilatarbelakangi oleh pemikiran magis. Walaupun dalam masyarakat modern terkadang masih ditemukan pula sisa-sisa pemikiran magis ini (misalnya, orang tidak lagi mau memakai mobil yang pernah mengakibatkan kematian seseorang). Namun bagi kesadaran moral kita suatu penyebab harus bersifat bebas untuk dapat bertanggung jawab. Itu berarti bahwa hanya manusia sebagai makhluk rasional yang bisa bertanggung jawab dan ia hanya bertanggung jawab sejauh ia bebas.

Tanggung jawab itu bisa bersifat langsung atau tidak langsung. Tanggung jawab bersifat langsung, bila si pelaku sendiri yang bertanggung jawab atas perbuatannya.

Biasanya akan terjadi demikian. Tetapi, terkadang orang bertanggung jawab secara tidak langsung. Misalnya, bila anak kecil melakukan sesuatu yang merugikan orang lain, orang tuanya bertanggung jawab atas kejadian itu, karena anak itu sendiri belum bisa dianggap pelaku bebas. Maka secara tidak langsung orang tua atau pendamping lain bertanggung jawab, sebab mereka harus mengawasi anaknya.

b. Jenis Tanggung Jawab

Di sini kita dapat membedakan tanggung jawab menjadi tanggung jawab retrospektif dan tanggung jawab prospektif. Tanggung jawab retrospektif adalah tanggung jawab atas perbuatan yang telah berlangsung dan segala konsekuensinya. Sedangkan, tanggung jawab prospektif adalah tanggung jawab atas perbuatan yang akan datang. Dalam hidup sehari-hari kita lebih banyak mengalami tanggung jawab retrospektif, karena biasanya tanggung jawab baru dirasakan betul-betul bila kita berhadapan dengan konsekuensinya.

LATIHAN !!!

1. Apa saja yang bisa dilakukan untuk membentuk karakter profesional ?
2. Bagaimana pandangan Anda terhadap orang yang berteman mengharap materi ? Uralkan !
3. Apa kaitan antara kebebasan dan tanggung jawab? Jelaskan !
4. Bagaimana cara menumbuhkan kreativitas ?
5. Diskusilah dengan teman Anda, bagaimana komunikasi terjalin selama ini antara Anda dengan teman tersebut?

Daftar Bacaan

- Adji, Oemar Seno.1991. Etika Profesional Hukum. Jakarta: Erlangga.
- Burn, R.B (1993). *Konsep Diri : teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Alih bahasa oleh Eddy. Jakarta: Arcan.
- Cooper, C.L., & Payne, R. (1991). *Personality and stress: Individual differences in the stress process*. England: John Wiley & Sons Ltd.
- Dariuszky, G. 2004. *Membangun Harga Diri*. Bandung : CV. Pionir Jaya.
- Dr. Sjarkawi,M.Pd.2006.Pembentukan Kepribadian Anak.Jakarta:PT Bumi Aksara.
- Effendy, Onong Uchyana. 2000. Ilmu, Teori dan Filsafat Komunikasi. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Feist, J. & Feist, G. J. (2006). *Theories of personality*. (Ed. Ke-6). New York: McGraw-Hill Inc.
- Hjelle, L.A., & Ziegler, D.J. (1992). *Personality theories*. Singapore: McGraw Hill Book.
- Jefkins, Frank. 1996. *Public Relations*. Edisi Keempat. Jakarta: Erlangga.
- Johannsen, Richard L. 1996. *Etika Komunikasi*. Bandung: Remadja Rosdakarya.
- K. Bertens, *Etika*, Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 2004.
- Keraf, A. Sonny. 1991. *Etika Bisnis Membangun Citra Bisnis Sebagai Profesi Luhur*. Jakarta: Kanisius.
- Koentjoro. 1989. *Konsep Pengenalan Diri dalam AMT*. Makalah. Dalam Modul Pelatihan AMT. Jurusan Psikologi Sosial UGM, dalam rangka Lustrum V Fak. Psikologi UGM, Yogyakarta.
- Linzey & Hall. (1993). *Theories of personality*. (4th ed). New York: John Wiley & Sons.

- McCrae, R.R., & Allik, J. (2002). *The Five Factor Model of personality across cultures*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Pervin, L. A. (1996). *The Science of personality*. USA: John Wiley & Sons
- (1993). *Personality: theory and research*. (Ed. ke-6). Canada: John Wiley & Sons.
- Poedjawiyatna. 1996. *Etika, Filsafat Tingkah Laku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Robinson, Dave dan Chris Garrat. 1994. *Mengenal Etika – For Beginners*. Bandung: Mizan.
- Ruslan, Rusady. *Etika Kehumasan, Konsepsi dan Aplikasi*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Stuart & Sundeen (1998). *Principle and Practice of Psychiatric Nursing*. 6 th. Ed. Philadelphia: The C V Mosby.
- Suseno, Frank Magnis. 1987. *Etika Dasar, Masalah-masalah Pokok Filsafat Moral*. Jakarta: Kanisius.