

# PSIKOLOGI UMUM 1

## Aliran Psikoanalisa



# Sigmund Freud

- 3 sumber utama yang mempengaruhi gerakan Psikonalisa:

## 1. Ketidaksadaran

Mental events mulai dari yang sama sekali tidak disadari sampai yang jelas disadari. Pikiran dianalogikan dengan Gunung Es, dimana proporsi terbesar dari aktivitas pikiran berada di lapisan paling bawah gunung es yang dipengaruhi oleh daya-daya yang tak teramati.

## 2. Ide awal mengenai Psikopatologi

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

### 3. Pengaruh Charles Darwin

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

## A. Sigmund Freud (1856 – 1939)

### Psikoanalisa Sebagai Sistem Kepribadian Manusia

- **Insting**

Internal stimulus /sumber stimulasi dari dalam tubuh yang memotivasi dan menggerakkan kepribadian dan tingkah laku. Goal insting → mengurangi/menurunkan stimulus melalui tingkah laku tertentu seperti makan, minum atau aktivitas seksual

Insting dibagi menjadi 2, yaitu:

- 1. Insting kehidupan (Eros):**

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

Libido merupakan energi psikis yang mendorong seseorang untuk mengejar tingkah laku dan pikiran-pikiran yang menyenangkan.

## **2. Insting kematian (Thanatos):**

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

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

- **Tingkat kepribadian:**

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

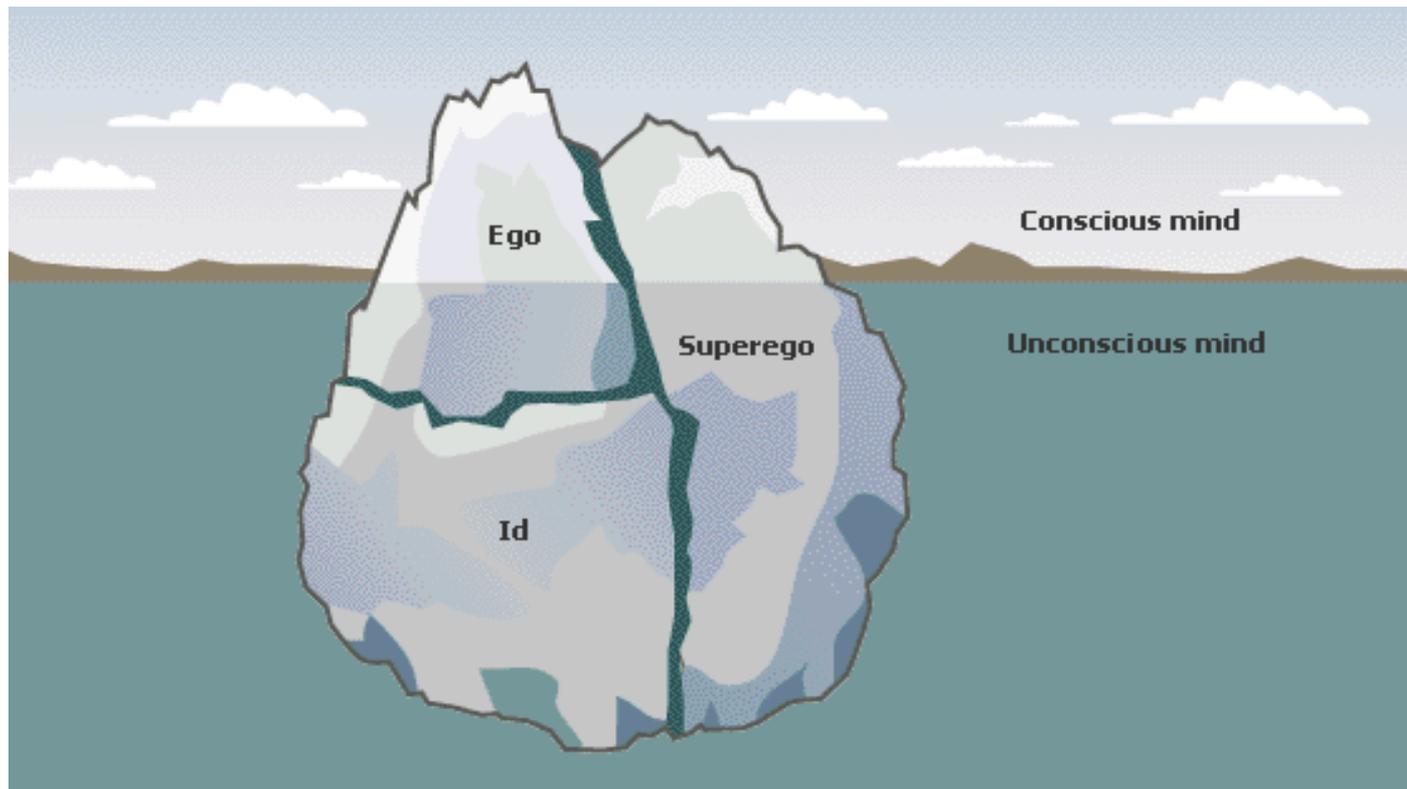
1. **Counciousness**

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

2. **Uncounciousness**

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

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



## 1. Id

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

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

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

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

## 2. Ego

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

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

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

## 3. Superego

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

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

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

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

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

## Anxiety/Kecemasan

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

### 3 macam anxiety:

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

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

## 1. Denial:

Ego menolak keberadaan ancaman eksternal atau kejadian-kejadian traumatis.

## 2. Displacement:

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

## 3. Projection:

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

## 4. Rationalisation:

Ego mengintepretasikan ulang tingkah laku agar lebih dapat diterima.

## 5. Reaction Formation:

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

## 6. Regression:

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

## 7. Repression:

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

## 8. Sublimation:

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

## 9. *Compensation*

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

.

Tahap-Tahap Perkembangan Seksual Manusia:  
Kepribadian manusia terbentuk secara lengkap pada saat usia 5 tahun.

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

Sumber kepuasan seksual melalui stimulasi oral (mulut).  
Konflik pada usia ini → penyapihan yang mengganggu pleasure/kenyamanan.

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

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

**3. Tahap Falik (4-5 tahun)**

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



#### **4. Tahap Laten (5- Pubertas)**

Tingkah laku heteroseksual menjadi aspek penting dan individu mulai menyiapkan diri untuk ke jenjang pernikahan. Freud menggambarkan tahap laten sebagai salah satu yang relatif stabil.

#### **5. Tahap Genital (Remaja – Dewasa)**

Individu mengembangkan minat seksual yang kuat pada lawan jenis.

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

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

**Berikan contoh-contoh nyata dari konsep berikut:**

- 1. Denial**
- 2. Displacement**
- 3. Projection**
- 4. Rationalization**
- 5. Reaction formation**
- 6. Regression**
- 7. Repression**
- 8. Sublimation**
- 9. Compensation.**