

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Makna Hidup

1. Logoterapi

Logoterapi merupakan aliran psikologi atau psikiatri modern dirintis dan dikembangkan oleh Viktor Frankl. Ia adalah seorang dokter ahli penyakit saraf dan jiwa (neuro-psikiater) di Wina (Austria) dari garis keturunan Yahudi. Pada tahun 1942 ia ditahan oleh tentara Nazi dan kemudian dimasukkan ke dalam kamp konsentrasi bersama-sama ribuan orang Yahudi lainnya. Ia mengalami masa-masa yang mencekam di kamp konsentrasi maut selama hampir tiga tahun, yang mana terdapat ribuan orang Yahudi tak bersalah menjadi korban keganasan sesama manusia. Setelah Frankl keluar dari kamp tersebut, ia menulis buku dengan makna hidup sebagai sentral telaahnya.

Kata "*logos*" dalam bahasa Yunani berarti makna (*meaning*) dan juga rohani (*sprituallity*). Sedangkan "terapi" adalah penyembuhan dan pengobatan. Logoterapi bisa dikatakan sebagai upaya penyembuhan melalui penemuan dan pengembangan makna hidup dengan motto, "*therapy through meaning*". Seiring waktu, motto tersebut menjadi "*health through meaning*" mengingat logoterapi dapat diterapkan pada orang-orang normal. Saat ini logoterapi dikembangkan dan diamalkan dalam dunia medis, pendidikan, teologi, filsafat dan pelatihan pengembangan diri.¹

Secara umum, logoterapi merupakan corak psikologi yang mengakui adanya "dimensi kerohanian" pada diri manusia di samping

¹ Bastaman, *Logoterapi Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), 36.

juga ada dimensi lain: dimensi ragawi dan kejiwaan. Aliran psikologi ini mengakui dan beranggapan bahwa makna hidup (*the meaning of life*) dan hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama manusia guna meraih taraf kehidupan bermakna yang didambakan.² Berbeda dengan Freud yang memandang bahwa sumber segala dorongan dalam diri manusia adalah kehendak untuk kesenangan, Frank berpendapat bahwa sumber utama motivasi manusia ialah kehendak untuk makna.³

Logoterapi dapat disimpulkan secara ringkas sebagai teori yang berorientasi dalam penemuan arti yang dalam dan bagi eksistensi manusia. Menerima tanggung jawab, menemukan makna hidup dan meraihnya merupakan hal penting dalam logoterapi.⁴

Frankl mengatakan sebagaimana dikutip oleh Bastaman, individu yang berkepribadian *introvert* harus menemukan makna hidupnya dan berusaha untuk memenuhinya sendiri. Karena hidup itu sendiri adalah tugas yang harus dijalani dan mengandung beragam makna. Inilah prinsip utama dari teori Viktor Frankl yang dikenal dengan istilah Logoterapi. Ada tiga konsep dasar logoterapi, yakni kebebasan berkeinginan, hasrat akan makna dan makna kehidupan.⁵

² Ibid., 37.

³ George Boere, *Personality Theories*, terj. Inyik Rindwan Muzir (Jogjakarta: Prismsophie, 2008), 351.

⁴ Ladislaus Naisaban, *Para Psikolog Terkemuka Dunia* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2004), 134.

⁵ Paulus Budiharjo, *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 199), 151.

Dalam penelitian ini tidak dimaksudkan untuk menerapi sebagaimana logoterapi, namun lebih memposisikan logoterapi sebagai pengantar dalam memahami makna hidup.

2. Definisi makna hidup

Frankl sebagaimana dikutip oleh Bastaman mengatakan bahwa makna hidup adalah sesuatu yang dirasakan penting, berharga, benar, didambakan dan memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan sebagai tujuan hidup.⁶ Crumbaugh dan Maholick sebagaimana dikutip oleh Lubis mendefinisikan makna hidup sebagai kemampuan individu dalam menentukan pola nilai-nilai dan tujuan-tujuan yang terintegrasi dalam hidupnya.⁷ Sedangkan kata “*meaning*” menurut J.P. Chaplin dalam *Kamus Psikologi* menunjukkan pada sesuatu yang dimaksudkan atau diharapkan. Selain itu, *meaning* juga menunjukkan pada sesuatu yang berarti atau menunjukkan suatu istilah atau simbol tertentu.⁸

Menurut Steger sebagaimana dikutip oleh Riris, makna hidup bisa didefinisikan menjadi tiga istilah: pertama, *purpose-centered definitions* bahwa masing-masing individu memiliki tujuan hidup dan nilai-nilai personal. Dengan demikian, makna hidup berfungsi sebagai

⁶ Bastaman, *Logoterapi*, 38.

⁷ Siska Marlina Lubis dan Sri Maslihah, “Analisis Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup Narapidana yang Menjalani Hukuman Seumur Hidup”, *Jurnal Psikologi Undip*, 1 (April, 2012), 30.

⁸ J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), 292.

motivasi individu dalam pengejaran terhadap tujuan hidupnya. Kedua, *significance-centered definitions*, individu akan mendapatkan makna hidup saat memahami informasi atau pesan yang didapat dari kehidupannya. Pengalaman-pengalaman kehidupan individu yang diinterpretasikan menjadi tujuan dan arti hidup, sehingga makna hidup tercipta. Ketiga, *multifaceted definitions*, yaitu kombinasi dimensi afeksi dengan motivasi dan kognitif.⁹ Makna dapat dipahami sebagai kemampuan untuk merasakan keteraturan dan keterhubungannya dengan eksistensi individu dalam mengejar dan mencapai tujuan.¹⁰

Makna hidup ini dapat ditemui pada kehidupan itu sendiri yang terpatri padanya. Keadaan kehidupan itu baik berupa kebahagiaan maupun kesengsaraan. Apabila makna hidup tersebut berhasil “ditemukan” dan “dipenuhi” oleh individu, maka ia akan merasakan kehidupannya yang berarti. Bahkan, bila makna tersebut dikembangkan akan mendatangkan kebahagiaan bagi dirinya.¹¹ Individu yang hidupnya bermakna memiliki tujuan yang jelas dan mengisi setiap sendi-sendi kehidupannya dengan afeksi yang ‘hangat’. Makna hidup yang bersifat khas pada masing-masing individu didapatkan dari adanya variasi perbedaan individual; kehidupan tiap individu dan mata pencaharian. Kekhasan tersebut tergantung dari kemampuan individu dalam menghadapi kompleksitas, tantangan dan perubahan dalam kehidupan

⁹ Riris Setyarini dan Nuryati Atamimi, “Self-Esteem dan Makna Hidup pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS)”, *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Vol. 38 (Desember, 2011), 179.

¹⁰ Ibid.

¹¹ Bastaman, *Logoterapi*, 38.

sehari-hari dan pekerjaan. Perbedaan pemaknaan satu individu dengan yang lainnya mengisyaratkan sejauh mana individu menemukan pemenuhan hidup dan mencapai potensi tertinggi mereka.¹²

Meskipun demikian, Frank, sebagaimana dikutip oleh E. Koeswara mengatakan bahwasannya makna tersebut berada melampaui keadaan intelektualitas manusia. Karenanya, hal itu tidak dicapai hanya melalui proses akal atau usaha intelektual saja, akan tetapi perlunya tindakan komitmen yang muncul dari kedalaman dan pusat kepribadiannya.¹³

Status makna hidup ialah sesuatu yang objektif dan berada di seberang keberadaan manusia, sehingga sifatnya menuntut dan menantang seseorang untuk menggapainya di kemudian waktu. Jika makna tidak berstatus demikian dan ia hanya sebagai "keberadaannya", maka ia hanyalah rancangan subjektif bahkan naluri-naluri sehingga ia tidak lagi bersifat menuntut atau menjadi tantangan nyata bagi individu. Sehingga dapat dipahami bahwa makna hidup bersifat objektif dan sekaligus bersifat subjektif.¹⁴

Makna hidup (*the meaning of life*) tidaklah identik dengan kebahagiaan, kekayaan dan kekuasaan. Kebahagiaan merupakan ganjaran dari usaha menjalankan kegiatan-kegiatan yang bermakna. Sedangkan kekuasaan dan kekayaan hanya merupakan salah satu yang dapat menunjang kegiatan bermakna dan menjadikan hidup lebih berarti

¹² Setyarini dan Nuryati Atamimi, *Self-Esteem.*, 180.

¹³ E. Koeswara, *Logoterapi Psikologi Viktor Frankl* (Jogjakarta: Penerbit Kanisius, 1992), 61.

¹⁴ *Ibid.*, 59.

dengan syarat pemiliknya tersebut menggunakannya dengan benar dalam niat, tujuan dan cara-cara pelaksanaannya.¹⁵

Pengertian makna hidup (*the meaning of life*) menunjukkan bahwa pada makna hidup mengandung tujuan hidup (*the purpose of life*), yaitu hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi. Keduanya hampir sama, namun makna hidup lebih menekankan kepada apa yang “seharusnya dicapai”.¹⁶

Kesimpulannya adalah makna hidup merupakan sesuatu yang dianggap penting bagi individu, dianggap berharga dan mendatangkan nilai khusus bagi dirinya. Sehingga, hal yang demikian layak dijadikan tujuan dalam kehidupannya (*the purpose in life*). Terpenuhinya tujuan tersebut memberikan perasaan ‘keberartian’ di dalam diri individu. Pada akhirnya ia tak hanya merasakan kebermaknaan hidup, namun juga kebahagiaan.

3. Sumber-sumber makna hidup

Frankl menyebutkan ada tiga cara untuk menjadikan hidup bermakna. Pertama, melalui apa yang individu berikan kepada hidup (nilai kreatif). Kedua, melalui apa yang ia terima dari hidup (menemui keindahan, kebenaran, cinta, nilai penghayatan). Ketiga, melalui sikapnya terhadap nasib dan ketentuan yang bisa kita ubah.¹⁷

¹⁵ Bastaman, *Logoterapi*, 55.

¹⁶ *Ibid.*, 46.

¹⁷ Ujam Jaenudin, *Psikologi Transpersonal* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2012), 112.

Makna hidup (*the meaning of life*) terdapat pada sisi kehidupan individu. Bahkan, dalam kondisi terburuk sekali pun. Frankl dalam buku klasiknya, "*Man's Search for Meaning*" menyatakan bahwa makna hidup bisa ditemukan dalam situasi yang menggentarkan:

Kita tak pernah boleh lupa bahwa kita juga menemukan makna di dalam hidup bahkan meski dihadapkan kepada situasi yang tidak memberikan harap, saat menghadapi suatu takdir yang tak bisa diubah. Di titik ini yang bisa dilakukan hanya menyaksikan bagaimana potensi unik manusia tampil terbaik, yaitu mentransformasi tragedi pribadi menjadi kemenangan, mengubah kegagalan menjadi pencapaian. Saat kita tidak lagi bisa mengubah sebuah situasi—seperti dalam kasus penyakit kanker yang tidak bisa disembuhkan—kita ditantang untuk mengubah diri kita sendiri. ...di dalam beberapa cara, penderitaan berhenti saat ditemukan suatu makna.¹⁸

Ada tiga bidang yang secara potensial mempengaruhi makna hidup individu. Tentunya, dengan syarat nilai-nilai tersebut diterapkan dan dipenuhi. Adapun ketiga nilai tersebut akan diuraikan berikut ini:

1) Nilai-nilai kreatif (*creative values*)

Menurut Frankl, makna hidup tidak dicapai hanya dengan usaha intelektualitasnya, namun juga dengan nilai-nilai kreatif. Dalam nilai ini, individu dituntut untuk memberikan sesuatu kepada kehidupan yang terintegrasi dalam suatu pekerjaan dengan pendekatan kreatif dan berlandaskan pada totalitas keberadaan dirinya. Bagaimana menjalani suatu pekerjaan atau aktivitas adalah fokus bagi nilai kreatif dibanding dengan pekerjaan itu sendiri. Yaitu,

¹⁸ Olson dan B.R. Hergenhahn, *Pengantar Teori-Teori*, terj. Yudi Santoro (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 910-911.

bagaimana individu bekerja dan mengisi penuh lingkaran pada aktivitasnya.¹⁹

Nilai-nilai kreatif ini tercermin dalam kegiatan semisal bekerja, mencipta, berkarya, melaksanakan kewajiban yang dilakukan dengan penuh tanggung jawab. Contoh lebih jelas dari misalnya berkarya ialah menekuni suatu pekerjaan dan melibatkan diri lebih dalam terhadap tugas tersebut serta melakukannya dengan sebaik-baiknya. Dengan demikian individu dapat menghayati makna hidup melalui totalitas karyanya dan usahanya.²⁰

Selama nilai-nilai kreatif berhadapan dengan tugas hidup individu, maka saat itulah makna hidup akan dirasakan oleh dirinya. Selain itu, saat bekerja akan memperlihatkan bagaimana keunikan dirinya tampak dalam hubungannya dengan sesama, maka disitulah makna hidup ditemukan. Frank mengatakan bahwa selama pekerjaan menunjukkan suatu usaha 'memberikan sesuatu untuk hidup (kehidupan diri dan sesama)' dengan pendekatan kreatif dan dijalani secara komitmen akan mengantarkan pada makna hidup.²¹

Contoh hal yang mendatangkan makna hidup adalah bekerja, ada makna dalam bekerja khususnya bila individu pada sebelum-sebelumnya tak kunjung mendapatkan pekerjaan. Walaupun gajinya sedikit, lebih baik bekerja daripada tidak. Perasaan hidup yang bermakna bisa dirasakan oleh individu ini. Akan tetapi yang perlu

¹⁹ E. Koeswara, *Logoterapi*, 61.

²⁰ Bastaman, *Logoterapi*, 47.

²¹ E. Koeswara, *Logoterapi*, 62-63.

diperhatikan, pekerjaan hanyalah sebagai sarana untuk menemukan makna. Selebihnya, makna hidup tergantung kepada individunya yang bersangkutan: bagaimana menyikapi pekerjaan.²²

2) Nilai-nilai penghayatan (*experiential values*)

Nilai-nilai penghayatan berkebalikan dengan nilai-nilai kreatif. Hal ini dijelaskan oleh Frankl bahwa nilai-nilai penghayatan adalah nilai yang direalisasikan dengan sikap menerima dari atau menyerahkan diri kepada kehidupan, sedangkan nilai kreatif adalah sebaliknya.²³

Nilai-nilai penghayatan dapat dirasakan dalam pertemuan dengan kebenaran, keindahan, keagamaan, kebajikan dan kebijaksanaan. Penghayatan dan keyakinan terhadap hal tersebut menyebabkan individu merasakan keberartian di dalam hidupnya. Misalnya, mereka yang menghabiskan banyak waktu dalam menekuni suatu cabang seni tertentu.²⁴

Selain itu, makna hidup dapat ditemukan pada kehidupan bersama orang lain. Hal ini akan tampak ketika individu merealisasikan nilai-nilai penghayatan dengan cara menemui sesama. Menemui sesama dengan segenap keunikan yang dimiliki oleh individu menurut Frankl dianggap sebagai bentuk dari representatif adanya cinta.²⁵

²² Bastaman, *Logoterapi*, 47.

²³ E. Koeswara, *Logoterapi*, 62-63.

²⁴ Bastaman, *Logoterapi*, 48.

²⁵ E. Koeswara, *Logoterapi*, 64.

Frankl berpendapat bahwa ketika individu hadir dengan keunikan dan ketunggalan dirinya pada cinta terhadap sesamanya, maka hal tersebut akan memberikan pemenuhan diri. Bagi orang yang mencintai ia merasakan dirinya sebagai suatu ketunggalan dan keunikannya, sedangkan bagi yang dicintai akan merasakan pribadi yang berarti dan tak dapat dipertukarkan. Frank juga menambahkan, individu mengalami pemerayaan batin dalam penyerahan diri kepada seseorang yang dicintainya, bukan cinta buta melainkan cinta yang dapat menyadarkan dirinya akan nilai penghayatan tersebut.²⁶

3) Nilai-nilai bersikap (*attitudinal values*)

Nilai ini tergambar dalam bentuk penerimaan diri dengan penuh ketabahan, keberanian dan ketabahan akan segala bentuk penderitaan yang tak terelakan: kesakitan, kegagalan setelah ikhtiar yang maksimal, dan kematian. Dalam hal ini, individu tidak mengubah keadaan, namun bagaimana menyikapi (*attitude*) kehidupan tersebut.

Dengan adanya sikap ini, individu akan mampu menyadari dan menerima keadaan dengan penuh keikhlasan memberikan sudut pandang baru. Berawal dari kondisi yang penuh dengan ketidaknyamanan dan penderitaan, kemudian menjadi lebih berwarna dan bermakna. Maka, dengan mengubah sikap akan mendatangkan

²⁶ Ibid., 65.

makna. Dalam keadaan bagaimana pun, arti hidup selalu bisa ditemukan, yaitu dengan sikap yang tepat.²⁷

Jadi, pada dasarnya penderitaan akan membawa individu mengalami suatu tegangan yang menimbulkan kesadaran mengenai apa yang semestinya tidak terjadi. Berangkat dari kesadaran tersebut, ia akan dapat mengoreksi kekeliruan—walaupun tidak dapat dihapus—yang membawa kepada pembaharuan moral.²⁸

4. Karakteristik makna hidup

Untuk mendapatkan gambaran maksud dari makna hidup, berikut ini uraian karakteristik dari makna hidup;²⁹

- 1) Makna hidup bersifat unik, pribadi dan temporer. Maksud dari makna hidup yang unik bahwa apa yang dianggap bermakna dan berarti bagi seseorang belum tentu demikian bagi yang lain. Apa yang bermakna pada saat ini belum tentu bermakna pada waktu yang lain bagi individu yang sama. Sehingga, apa yang bermakna bagi individu sifatnya adalah khusus, berbeda dengan makna hidup orang lain, dan berubah seiring waktu.³⁰ Masing-masing individu yang lahir ke dunia ini mewakili suatu yang unik, orisinal dan tak ada sebelumnya. Jika individu memang pernah ada yang serupa dengan dirinya, tentu saja ia tak dibutuhkan atau pun diperlukan. Oleh sebab

²⁷ Bastaman, *Logoterapi*, 49-50.

²⁸ E. Koeswara, *Logoterapi*, 65.

²⁹ Bastaman, *Logoterapi*, 51-53.

³⁰ *Ibid.*, 51.

itu, tugas individu adalah untuk memahami dan menyadari bahwa tak seorang pun yang serupa dengan dirinya. Penyadaran individu bahwa dirinya yang unik dan baru akan mengharuskan dirinya untuk memenuhi suatu panggilan yang baru di dunia ini.³¹

- 2) Makna hidup bersifat nyata dan spesifik. Makna hidup benar-benar dapat ditemui pada pengalaman dan kehidupan harian individu. Penemuan makna hidup tidak selalu berhubungan dengan hal yang serba abstrak-filosofis, prestasi yang menakjubkan serta tujuan idealistis. Contohnya, ketika seorang ayah menyaksikan kebahagiaan anaknya setelah mendapatkan mainan baru. Ayah dalam hal ini telah menemukan kebermaknaan hidupnya.³²
- 3) Makna hidup memberikan pedoman dan arah bagi kegiatan-kegiatan individu. Ia dalam hidupnya akan merasa tertantang untuk memenuhi makna hidupnya. Begitu makna berhasil didapatkan dan tujuan hidup ditentukan, individu selanjutnya akan merasa terpanggil. Yaitu untuk memenuhi dan melaksanakan kegiatan yang bermakna dengan lebih terarah kepada pemenuhannya.

³¹ Zainal Abidin, *Analisis Eksistensial* (Bandung: Refika Aditama, 2002), 172.

³² Bastaman, *Logoterapi*, 52.

B. Kepribadian *Introvert*

1. Definisi kepribadian

Kata 'kepribadian' (*personality*) berasal dari Bahasa Latin, 'persona'. Kata persona pada awalnya menunjukkan pada topeng yang dikenakan oleh pemain sandiwaranya di zaman Romawi. Dalam sandiwaranya tersebut, para pemain memainkan perannya sesuai dengan jenis topeng yang dikenakannya. Namun seiring waktu, kata 'persona' berkembang menjadi suatu istilah yang mengacu pada gambaran sosial yang diterima oleh individu dari lingkungan masyarakatnya sehingga individu diharapkan berperilaku sesuai dengan gambaran tersebut.³³

Kepribadian meliputi keseluruhan pikiran, perasaan, dan tingkah laku serta kesadaran (*consciousness*) dan ketidaksadaran (*unconscious*). Kepribadian akan menjadi pembimbing bagi individu dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan lingkungan fisik.³⁴

Karl Gustav Jung menggunakan istilah 'psikhe' yang disamakan dengan istilah 'kepribadian'. Psikhe mengandung aspek rasional dan irrasional, sadar dan bawah sadar.³⁵

Allport mendefinisikan kepribadian sebagai berikut; "*personality is the dynamic organization within the individual of those psychophysical system that determine his unique adjustments to his environment*". Artinya, kepribadian adalah organisasi-organisasi dinamis dari sistem-sistem psiko-fisik di dalam diri individu yang turut menentukan cara dirinya yang unik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.³⁶

³³ Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: CV. PustakaSetia, 2009), 299.

³⁴ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Pres, 2009), 39.

³⁵ Olson dan B.R. Hergenhahn, *Pengantar Teori-teori*, 164.

³⁶ Sobur, *Psikologi Umum*, 300.

Sedangkan para psikolog memahami istilah 'kepribadian' memiliki arti lebih dari sifat menarik dari seorang individu. Kepribadian tersusun dari semua sifat yang dimilikinya. Sifat-sifat tersebut ada yang berkenaan dengan cara individu berbuat, berkenaan dengan minat, berkenaan dengan sesuatu yang menggambarkan sikap dan temperamen emosional.³⁷

Menurut Allport sebagaimana dikutip oleh Alex Sobur, lebih dari enam dasawarsa yang lalu mendaftarkan definisi kepribadian tidak kurang dari lima puluh definisi yang berbeda. Pengertian kepribadian dapat dibatasi sebagaimana dikatakan oleh Newcomb, bahwa kepribadian merupakan organisasi dari sikap-sikap yang dimiliki oleh seseorang sebagai latar belakang terhadap perilakunya. Sikap-sikap yang terorganisir tersebut mengarahkan pada bagaimana individu berbuat, mengetahui, berpikir, dan merasakan secara khusus apabila ia berhubungan dengan orang lain atau menanggapi suatu keadaan.³⁸

2. Definisi *introvert*

Masing-masing individu memiliki energi psikis umum dan libido yang menjelma menuju ke arah dunianya. Arah energi tersebut dibedakan menjadi dunia, ke dalam atau pun ke luar. Begitu pun dengan libido, bisa mengarah ke dalam atau pun ke luar dari orientasi dunianya.

³⁷ Ibid., 302.

³⁸ Ibid., 303.

Setiap individu memiliki orientasi terhadap dunia sekitarnya, hanya saja yang membedakan antara satu dengan lainnya ialah cara berorientasinya. Misalnya saja, ada yang cenderung menutup tentang kediriannya saat bersosialisasi dengan individu yang lain. Di sisi lain, ada yang tampak mudah akrab dan terbuka bagi siapa saja. Individu yang cenderung dipengaruhi unsur subjektifitas dirinya sendiri bisa dikatakan sebagai berkepribadian yang *introvert*.

Pribadi *introvert* lebih condong mendasarkan segala perasaan, pikiran bahkan tindakannya oleh banyak faktor subjektif. Dengan kata lain, ia berorientasi ke dunia sekitarnya dengan sudut pandang dirinya sendiri dibanding berdasarkan pandangan orang lain. Karena itu, pribadi ini bersikap kurang menarik bagi yang lain, kaku dalam pergaulan, sukar beradaptasi, sukar berteman dan penutup. Kesibukannya kepada “di dalam” dirinya menyebabkan ia dianggap oleh lingkungannya sebagai kurang memiliki perasaan, dingin dan acuh tak acuh.³⁹

Bahaya kepribadian tipe ini ialah ketika jarak antara subjektifitas dirinya jauh dari objektifitas dunia sekitarnya.⁴⁰ Maka dapat didefinisikan bahwa *introvert* (introversi) ialah kecenderungan untuk berorientasi ke dalam diri, tenang, subjektif dan kurang bersosial.

³⁹ Howard S. Friedman dan Miriam W. Schustack, *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*, terj. Fransiska Dian Ikarini, et. al. (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2011), I: 134.

⁴⁰ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998), 161-162.

3. Fungsi-fungsi pemikiran

Cara psike menyerap dunia dan dihadapkan dengan informasi dan pengalaman sebagai fungsi pemikiran. Fungsi pemikiran ada empat macam:⁴¹

a. Mengindra

Fungsi mengindra ialah mendeteksi keberadaan dan kehadiran suatu objek tertentu, tugasnya memberi sinyal bahwa sesuatunya itu ada atau tidak, dan bukan “apakah itu”.

b. Berpikir

Mengatakan, “apakah suatu objek itu?” Pada fungsi berpikir ada proses penamaan, pelabelan dan pengkategorian objek yang diindra. Berpikir adalah aktivitas psikis yang intensional, dan terjadi apabila individu dihadapkan pada suatu permasalahan yang harus diselesaikan.⁴² Jelasnya, berpikir itu merupakan aktivitas mental, atau aktivitas kognitif individu yang berupa mengelola dan memanipulasi suatu informasi dari lingkungannya dengan simbol atau materi-materi yang disimpan di dalam ingatannya. Khususnya dalam ingatan yang berupa *long term memory*.⁴³

c. Merasa

Menentukan dalam pemberian nilai, apakah objek bernilai atau tidak. Hal ini berhubungan dengan perasan suka dan tidak suka.

Chaplin mengatakan bahwa perasaan adalah keadaan individu yang

⁴¹ Olson dan B.R. Hergenhahn, *Pengantar Teori-Teori*, 139.

⁴² Abu Ahmadi, *Psikologi Umum* (Jakarta: Renika Cipta, 2009), 83.

⁴³ Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2004), 177.

diakibatkan oleh adanya suatu persepsi terhadap stimulus tertentu baik eksternal maupun internal.⁴⁴

d. Mengintuisi

Ketika informasi faktual tidak tersedia di dalam diri individu maka intuisi berfungsi sebagai pemberi firasat tentang informasi tersebut. Kemampuan intuisi akan tampak bilamana individu dihadapkan pada keadaan situasi yang asing bagi dirinya. Pemahaman dan pemberian nilai padanya tidak dapat ditentukan.

Berpikir dan merasa disebut sebagai fungsi rasional yang membuat penilaian dan evaluasi terhadap suatu pengalaman. Keduanya merupakan hal yang berlawanan, ketika individu berpikir maka ia mengabaikan perasaan, dan ketika merasa ia mengabaikan pikiran. Sedangkan penginderaan dan intuisi merupakan fungsi irrasional dan juga saling berlawanan. Dianggap irrasional dengan alasan karena keduanya telah terlepas dari proses-proses berpikir logis. Munculnya pengindra otomatis karena ia melibatkan mekanisme tubuh. Sedangkan intuisi melibatkan prediksi yang terbentuk tanpa adanya informasi faktual.

Sikap (orientasi umum psikhe) dan fungsi idealnya akan berkembang seimbang secara harmonis—hal ini jarang terjadi. Umumnya, satu sikap dan satu fungsi saja yang dapat berkembang

⁴⁴ Ibid., 203.

menjadi lebih dominan. Sedangkan tiga fungsi sisanya dan sikap yang lain tidak berkembang dan berada di bawah sadar.⁴⁵

4. Delapan tipe kepribadian

Kombinasi dua sikap dan empat fungsi Jung membagi kepribadian manusia menjadi delapan tipe. Kesemua tipe kepribadian tersebut tidak pernah hadir dalam bentuk yang murni pada individu, melainkan campuran antara satu dengan yang lain. Bahkan, masing-masing manusia memiliki dua sikap dan empat fungsi sekaligus, alam sadar dan bawah sadar. Berikut ini sedikit penjelasan mengenai kedelapan tipe kepribadian menurut Jung.⁴⁶

a. Berpikir *ekstrovert*

Tipe kepribadian *ekstrovert* digambarkan dengan kepribadian yang realitas objektifnya dan fungsi berpikir yang mendominasi. Sedangkan merasa, mengindra dan intuisi direpresikan di bawah sadar. Aktivitas yang berhubungan dengan perasaan semisal estetika, persahabatan, introspeksi religius dan pengalaman filosofis diminimalkan. Sehingga, kehidupannya berjibaku dengan aturan yang baku dan mengharap orang lain melaksanakan hal yang sama.

Individu ini tampak dogmatis dan bahkan dingin. Urusan pribadi terabaikan; urusan keluarga, kesehatan, posisi sosial dan minat keluarga. Kesimpulannya, analisis intelektual terhadap

⁴⁵ Olson dan B.R. Hergenhahn, *Pengantar Teori-Teori.*, 139-140.

⁴⁶ *Ibid.*, 140-143.

pengalaman objektif dianggap yang paling penting dan berguna. Jung mengatakan bahwa kebanyakan ilmuwan bertipe ini.

b. Merasa *ekstrovert*

Kepribadian ini menggambarkan bahwa realitas objektif dan merasa mendominasi di dalam dirinya. Sedangkan berpikir, mengindra dan intuisi direpresi. Realitas objektif yang ada direspon secara emosional. Individu ini menghormati otoritas dan tradisi, karena perasaan-perasaannya ditentukan oleh faktor eksternal.

Selalu ada usaha untuk menyesuaikan perasaan dengan tepat terhadap suatu situasi tertentu, sehingga perasaan yang sebenarnya disembunyikan. Individu ini menyesuaikan diri dan mengikuti harapan orang lain pada dirinya dalam setiap kondisi dan situasi.

c. Mengindra *ekstrovert*

Pada mengindra *ekstrovert*, fungsi mengindra dan realitas objektif mendominasi. Mengintuisi, berpikir dan merasa diabaikan. Tipe ini mengkonsumsi semua hal yang didapatkan melalui pengalaman indrawi. Sehingga ia disebut realis dan sangat peduli pada fakta-fakta objektif. Sebab ia hidup ditentukan apa yang terjadi di sekitarnya, karenanya ia terlihat sangat menyenangkan. Kecenderungan dirinya ialah menganalisis suatu situasi.

Sebagai individu yang realis, ia menolak perasaan subjektif sebagai panduan hidupnya maupun bagi orang lain. Hanya yang tampak ada (konkret) dan bisa diceraf yang bernilai bagi dirinya.

d. Mengintuisi *ekstrovert*

Realitas objektif dan fungsi intuisi mendominasi. Berpikir, merasa dan mengindra direpresi. Ia melihat banyak kemungkinan tak kala memperhatikan realitas yang ada. Pengalaman baru diburu dengan penuh semangat, dikejar terus hingga implikasinya dipahami, kemudian ditinggalkan. Masalah kepercayaan dan moralitas pada orang lain hanya mendapatkan sedikit perhatian saja, sehingga ia dikenal tak bermoral dan serampangan. Umumnya karier yang menjadi minatnya ialah yang memberikan kemungkinan untuk mengeksploitasi kemungkinan. Misalnya, pembisnis, dan politisi.

Tipe ini juga kurang memperdulikan logika, dan secara sosial memang ia berguna, dan ia bergerak dari satu proyek ke proyek lain dengan menghabiskan banyak waktu. Komunikasinya dengan tipe kepribadian lain yang dominan berpikir dan merasa secara rasional sulitlah diraih oleh dirinya.

e. Berpikir *introvert*

Berpikir dan realitas subjektif mendominasi. Mengindra, mengintuisi dan merasa direpresi. Ia terlihat tidak fleksibel dan kejam, kepribadiannya lebih ditentukan oleh realitas subjektif daripada objektif. Ia mengikuti pikiran-pikirannya sendiri dan tak peduli apakah hal tersebut berbahaya bagi orang lain.

Dukungan dan pengertian yang dicurahkan orang lain kepadanya tak begitu bernilai dalam pandangannya. Kecuali, bila hal

itu berasal dari teman yang dapat memahami betul kerangka berpikirnya. Kebenaran satu-satunya hanyalah kebenaran subjektif, pikiran logisnya hanya digunakan untuk menganalisis pengalaman subjektif sendiri.

f. *Merasa introvert*

Realitas subjektif dan perasaannya mendominasi. Berpikir, mengintuisi dan mengindra direpresi. Tipe ini fokus kepada perasaan yang berasal dari pengalaman subjektif. Kedudukan realitas objektif hanya untuk memberikan dirinya gambaran mental subjektif yang dialami dan nilai oleh dirinya. Komunikasi dengan orang lain terlihat kaku dan sulit, kecuali dengan mereka yang sama-sama memiliki realitas subjektif dan perasaan-perasaan yang berhubungan dengannya.

Individu ini dikenal dengan keegoisannya dan kurang simpatik. Motif dasar dari kepribadian ini sulit dipahami, karenanya ia juga terlihat dingin dan berjarak dari lainnya. Tidak ada kebutuhan untuk menguasai, mengesankan dan mempengaruhi orang lain. Sebab, apa yang berada di dalam dirinya lebih penting dengan apa yang ada di eksternalnya.

g. *Mengindra introvert*

Realita subjektif dan pengindraannya mendominasi. Sedangkan mengintuisi, berpikir dan merasa direpresi. Tipe ini sangat sering dijumpai pada sejumlah seniman. Tipe yang mengejar

pengalaman inderawi dengan evaluasi subjektif akan sulit ditebak ketika ia dihadapkan dengan realitas objektif. Pengalaman inderawi penting sebatas untuk menghasilkan gambaran-gambaran mental subjektif.

h. Mengintuisi *introvert*

Realitas subjektif dan intuisi mendominasi. Berpikir, merasa dan mengindra direpresi. Implikasi dari gambaran-gambaran mental internal dieksploitasi dengan konsisten. Sehingga, ia menghasilkan suatu ide yang aneh dan sulit ditebak. Tipe jenis ini banyak ditemui pada seorang peramal dan mistikus. Dari tipe-tipe kepribadian yang mendahuluinya, hanya jenis tipe ini yang dianggap paling berjarak, penutup dan sering disalahpahami.