

BAB III

IDENTITAS MANUSIA

A. Manusia sebuah Pandangan Umum

Sebelum Freud menguraikan gagasan-gagasannya mengenai—secara umum disebut antropologi, bahkan penelitian-penelitian sekaligus penemuannya merupakan radikalasi dari apa yang dinamakan kedalaman “manusia”. Psikoanalisa berusaha menguak segmen terdalam manusia sekaligus menafikan bahwa manusia hanya terdiri dari faktor biologis yang kasar.

Dalam bab ini, penulis berusaha menguraikan beberapa gagasan sekaligus penemuan Freud dalam konteks kepribadian manusia. Akan tetapi sebelum menguraikan detail gagasan itu, penulis mencoba melacak gagasan mengenai manusia sebelum gagasan-gagasan Freud muncul dan menjadi konsumsi kalangan umum (tidak hanya para dokter dan psikiatri). Karena menurut asumsi penulis, terdapat hubungan yang berkesinambungan antara gagasan-gagasan besar mengenai manusia sebelum Freud dengan gagasan Freud sendiri. Walaupun pada akhirnya nanti, apakah asumsi penulis ini terbukti kebenarannya, atau malah sebaliknya. Akan tetapi walaupun demikian, tetap tidak akan menggugurkan usaha penulis dalam rangka—kalaupun tidak menggunakan kata “sekedar—memetakan proses wacana tentang manusia. Disini penulis hanya menguraikan dua gagasan besar yaitu; materialisme dan idealisme.

1. Materialisme

Materialisme adalah paham filsafat yang meyakini bahwa esensi kenyataan, termasuk esensi manusia bersifat material atau fisik.¹ Ciri utama dari kenyataan fisik atau material adalah bahwa ia menempati ruang dan waktu, memiliki keluasan, dan bersifat objektif.² Karena menempati ruang dan waktu serta bersifat objektif, maka ia bisa diukur, dikuantifikasi, diobservasi. Sebaliknya, alam spiritual atau jiwa yang tidak menempati ruang, tidak bisa disebut sebagai esensi kenyataan, dan oleh karena itu ditolak keberadaannya.

Gagasan materialistik diatas ketika dikontekskan dengan manusia, dalam perspektif para materialistik bahwa manusia adalah bagian dari alam atau materi. Sebagai bagian dari alam, manusia adalah objek yang substansinya adalah berkeluasan. Manusia adalah mesin atau kumpulan sel dan system syaraf.³ Manusia adalah daging (tubuh) tanpa jiwa. Ia adalah daging (tubuh) yang menempati ruang dan waktu. Sebagai tubuh (daging), manusia mengalami perkembangan dan penyusutan, sejalan dengan perjalanan waktu.

¹ Tokoh yang pertama kali memunculkan gagasan materialisme ini adalah Thomas Hobbes (1588-1679), pernyataan hobbes yang menjadi cikal bakal materialisme adalah bahwa asas pertama kenyataan adalah materi dan gerak.

² Budi Hardiman, *Filsafat Modern: dari Machiavelli sampai Nietzsche* (Jakarta, Gramedia pustaka utama, 2007), hlm. 69

³ Zainal Abidin, *Filsafat Manusia: Memahami Manusia Melalui Filsafat* (Bandung, Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 27

Jenis lain dari materialisme adalah Naturalisme. Disebut Naturalisme, karena istilah materi diganti dengan alam (*Nature*) atau organisme. Materialisme atau Naturalisme percaya bahwa setiap gejala, setiap gerak bisa dijelaskan menurut hukum kausalitas. Karena sangat percaya pada hukum kausalitas, maka kaum materialis pada umumnya sangat Deterministik. Mereka tidak mengakui adanya kebebasan atau independensi manusia. Seorang materialis sangat yakin bahwa tidak ada gerak atau perilaku yang ditimbulkan oleh dirinya sendiri, bahkan tingkah laku manusia tidak digerakkan oleh dirinya sendiri.

Sementara ilmu-ilmu alam—seperti fisika, biologi, kimia, kedokteran—adalah suatu bentuk dari materialisme atau naturalisme dalam konteks disiplin pengetahuan, jika berasumsi bahwa esensi alam semesta (termasuk manusia) dan objek kajian ilmu-ilmu alam sepenuhnya bersifat material, sehingga bisa dijelaskan secara kausal dan mekanis. Akan tetapi ilmu-ilmu tentang manusia seperti psikologi⁴ dan sosiologi pun adalah materialisme, jika memiliki asumsi bahwa objek kajian (yakni, perilaku manusia) adalah materi yang menempati ruang dan waktu, bisa diukur dan dikuantifikasikan dan bergerak (perilaku) secara kausal.⁵

Akibat lebih jauh ketika beberapa gagasan diatas dijadikan metode dalam menganalisa manusia adalah bahwa manusia merupakan makhluk yang

⁴ Perspektif psikologi yang termasuk dalam materialisme terutama adalah psikobiologi dan psikologi (behaviorisme)

⁵ Zainal Abidin, *Filsafat Manusia: Memahami Manusia Melalui Filsafat...Ibid.*, hlm. 26

deterministik, tidak memiliki kebebasan bertindak. Prilaku manusia tidak lain adalah akibat dari suatu sebab yang berada diluar dirinya (*eksternal*). Prilaku manusia tidak berasal dari dirinya sendiri. Manusia berperilaku karena ada suatu sebab yang mendahuluinya (*stimulus*), yang menuntut untuk diberikan respon atau reaksi.

2. Idealisme

Menurut aliran ini kenyataan sejati adalah bersifat spiritual (oleh sebab itu, aliran ini sering disebut juga spiritualisme).⁶ Para idealis percaya bahwa ada kekuatan atau kenyataan spiritual dibelakang setiap penampakan atau kejadian. Esensi dari kenyataan spiritual ini adalah berfikir. Karena kekuatan atau kenyataan spiritual tidak bisa diukur atau dijelaskan berdasarkan pada pengamatan empiris, maka kita hanya bisa menggunakan metafor-metafor kesadaran manusia. Sebaliknya para idealis mendapatkan kesulitan untuk menjelaskan kenyataan sejati yang ada dibalik penampakan lahiriah,⁷ sehingga perlu metaphor kesadaran manusia untuk menjelaskannya.

⁶ Teori ini pertama kali dicetuskan oleh Plato dengan tamsilnya yang terkenal tentang gua. Menurut tamsil itu, “mereka yang tak memiliki pengetahuan filsafat bisa diibaratkan sebagai para narapidana dalam gua, yang hanya bisa memandang kesatu arah karena tubuhnya terikat, sementara dibelakangnya ada api menyala dan didepannya ada dinding gua. Diantara para narapidana dan dinding gua hanya ada ruang kosong; yang bisa mereka lihat hanyalah baying-bayang benda-benda dibelakang mereka, yang dipantulkan pada dinding gua oleh cahaya api. Mereka tidak bisa melihat kecuali menganggap bayang-bayang itu sebagai kenyataan, dan tidak mempunyai pengertian tentang benda-benda yang menjadi sumber baying-bayang” Bertrand Russel, *Sejarah Filsafat Barat: Kaitanya Dengan Kondisi Sosio Politik Zaman Kuno Hingga Sekarang* (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2002), hlm. 170

⁷ Penjelasan ini mirip dengan konsep kant mengenai *das ding an sich* (benda pada dirinya), bahwa kita hanya mampu menangkap benda yang kita persepsikan, akan tetapi kita tidak akan pernah tahu “benda dalam dirinya sendiri” Budi Hardiman, *Filsafat Modern: dari Machiavelli sampai Nietzsche.....*, hlm. 137-138

Dengan diakuinya kenyataan sejati sebagai bersifat spiritual, tidak berarti bahwa para idealis menolak kekuatan-kekuatan yang bersifat fisik (*material*) dan menolak adanya hukum alam. Sebagaimana dikemukakan oleh Hegel bahwa kekuatan fisik dan hukum alam itu memang ada, tetapi keberadaannya merupakan manifestasi dari kekuatan atau kenyataan yang sejati dan lebih tinggi, yaitu *Roh Absolut*.⁸ Seperti halnya kebudayaan dan kesenian merupakan manifestasi lahiriah dari kenyataan yang sejati, yakni Roh Absolut atau Tuhan.

Jika perilaku manusia diarahkan pada nilai-nilai atau norma-norma, maka hidup manusia adalah bertujuan (*teleologis*), yakni hendak menggapai dan sekaligus mengaktualisasikan nilai, norma, atau hukum. Perilaku manusia mengandung maksud dan tujuan, bukan semata-mata bergerak secara mekanis. Sumber atau penggerak utama perilaku bukan kekuatan yang berada diluar dirinya (*eksternal*), melainkan kekuatan internal, yakni jiwa, yang hendak mewujudkan dirinya dalam menggapai nilai-nilai pribadinya dan norma-norma atau hukum-hukum masyarakat dan agama.⁹ Tujuan hidup manusia, dengan demikian adalah mengaktualisasikan diri dan nilai-nilai yang diyakininya.

Sejumlah besar penganut paham idealisme mempunyai pandangan *deterministic* mengenai manusia. Mereka menyatakan bahwa Roh Absolut

⁸ *Ibid.*, hlm. 178-179

⁹ Zainal Abidin, *Filsafat Manusia: Memahami Manusia Melalui Filsafat...Ibid.*, hlm. 29

(Tuhan) adalah bebas dan tak berhingga, tetapi manusia sebagai bagian atau perwujudan dari Roh absolut, tak bebas dan berhingga. Baik kedudukan maupun tindakan manusia sudah diatur atau ditentukan sebelumnya oleh Roh Absolut. Karena perkembangan manusia pada dasarnya adalah perkembangan Roh Absolut.

B. Teori Kepribadian Manusia dalam Perspektif Freud

Teori kepribadian manusia menurut Freud dapat diringkas pada tiga permasalahan pokok, yaitu struktur, dinamika, dan kepribadian manusia. Berikut ini akan diuraikan secara ringkas.

1. Struktur Kepribadian

Menurut Freud kepribadian manusia terdiri atas tiga sistem, yaitu: *Id*, *Ego*, dan *Super Ego*. Kendatipun ketiga sistem itu mempunyai fungsi, prinsip kerja, sifat, dan dinamika sendiri-sendiri, namun ketiganya berhubungan utuh dan tidak dapat dipisahkan satu dengan lainnya.

Ketika tingkah laku manusia telah dilaksanakan barulah dapat dinilai bahwa tingkah laku tersebut dipengaruhi oleh sistem yang mana.

a. Sistem Id

Id sering disebut juga dengan *das es*¹⁰ atau aspek biologis yang merupakan aspek orisinil dari kepribadian manusia. Id merupakan bagian ketaksadaran yang primitif didalam pikiran.¹¹ Ini merupakan wilayah yang gelap, tak bisa diakses, tinggal bersama nafsu-nafsu naluriah, dan satu-satunya realitasnya adalah kebutuhannya sendiri yang egois. Dalam menjelaskan sistem Id ini, Freud sengaja membandingkan dengan ego, Freud berkata:

“Pada waktu perang orang membedakan antara “garis depan” dan “dibelakang garis depan”.¹² Ketika itu kita tidak heran, jika digaris depan berlaku peraturan-peraturan lain dari pada dibelakang garis depan, dibelakang garis depan misalnya, banyak hal yang terlarang digaris depan diperbolehkan begitu saja. Tentu saja, faktor yang menentukan ialah dekatnya pihak musuh. Nah, dibidang psikis faktor yang menentukan ialah dekatnya dunia luar. “diluar”, “asing” dan “bermusuhan” merupakan pengertian-pengertian yang artinya sama”¹³

Dalam Id tidak terdapat konflik-konflik, kontradiksi-kontradiksi, dan pertentangan-pertentangan tinggal begitu saja dan sering kali disesuaikan dengan membentuk kompromi. Dorongan-dorongan dari Id mengikuti tujuan-tujuannya sendiri, tak tergantung satu sama lain dan tanpa memperhatikan yang lain.

¹⁰ Kata latin “id” adalah kata ganti orang *neutrum* (bukan feminine dan bukan maskulin). Seperti dalam bahasa inggris “it” atau bahasa Jerman (yang dipakai Freud sendiri) “es”. Biarpun tidak persis sama, yang paling baik mendekati arti itu dalam bahasa Indonesia kiranya kata “itu” yang tidak dipakai untuk manusia (jadi, berbeda juga dengan “ia” atau “mereka”).

¹¹ Freud, *Introduction to Psychology*, terj. Mari juniati (Jakarta, Erlangga, 1981), hlm. 145

¹² Disini Freud memaksudkan perang dunia pertama. Dalam perbandingan diatas “garis depan” adalah ego dan “dibelakang garis depan” adalah Id.

¹³ Sigmund Freud, *Sekelumit Sejarah Psikoanalisa*, terj. K. Bertens (Jakarta, Gramedia, 1986), hlm. 83

Kekuatan-kekuatan yang mengaktifkan aparat psikis, ditampilkan dalam organ-organ tubuh sebagai pengungkapan kebutuhan-kebutuhan badani yang penting. Sejauh kebutuhan-kebutuhan badani ini merupakan rangsangan bagi aktivitas psikis, disebutnya “naluri-naluri”. Naluri-naluri inilah yang mengisi Id. Tegasnya, seluruh energi dalam Id berasal dari naluri-naluri itu. Yang dicari naluri adalah pemuasan, artinya naluri-naluri itu mencari terciptanya situasi dimana kebutuhan-kebutuhan badani dapat dipuaskan. Menurunnya ketegangan kebutuhan oleh organ kesadaran dialami sebagai menyenangkan, sedangkan meningkatnya ketegangan itu langsung dialami sebagai tidak menyenangkan.¹⁴

Seandainya naluri-naluri dalam Id tidak berhasil memperoleh pemuasan, dapat muncul keadaan yang tak tertahankan. Pengalaman menunjukkan bahwa pemuasan itu hanya tercapai dengan bantuan dunia luar. Dengan demikian bagian Id yang terarah ke dunia luar, yaitu Ego, mulai menjalankan fungsinya. Bila Id menyediakan tenaga yang dapat menggerakkan kapal, maka Ego seakan-akan memegang kemudi. Dan kiranya sudah jelas, bila tidak ada pengemudi, tujuannya tidak akan mungkin tercapai. Naluri-naluri dalam Id menuntut pemuasan langsung, akan tetapi tanpa bantuan Ego, Id tidak mencapai apa-apa, malah bisa mengakibatkan kerugian yang cukup besar.

¹⁴ *Ibid.*, hlm. 87

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa asal kepribadian manusia itu adalah Id. Sedangkan sistem Ego dan Super Ego merupakan sistem pendatang ke dalam diri manusia. Id berfungsi mencari kenikmatan dan menghindarkan diri dari “ketidak-nikmatan”.¹⁵ Untuk menghilangkan “ketidak-nikmatan” itu Id mempunyai dua mekanisme, yaitu refleksi dan *Primary Process*.

1. Refleksi

Refleksi atau reaksi-reaksi otomatis ini merupakan bentuk paling awal dan asli dari keadaan Id itu sendiri. Prosesnya adalah refleksi segera melepaskan setiap rangsangan yang tiba padanya melalui sistem motoris.¹⁶ Seperti kedipan kelopak mata jika tersentuh cahaya yang menyakitkan mata; atau bersin mengeluarkan apa saja yang mengganggu alat sensitif dari hidung; dan lain sebagainya.

2. Primary Process

Primary process adalah suatu proses yang menimbulkan kenangan dari suatu benda yang diperlukan untuk meredakan suatu ketegangan.¹⁷ Untuk memahami hal ini diperlukan pemahaman tentang perkembangan Id. Sebagaimana diketahui bahwa Id dalam perkembangannya tidak selalu dapat memenuhi kebutuhannya secara

¹⁵ Freud, *Introduction to Psychology...*, hlm. 145

¹⁶ *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*, (yogyakarta, Kanisius, 2006), hlm. 62

¹⁷ *Ibid.*, hlm. 63

otomatis. Id selalu berada pada masa tenggang antara “kebutuhan” dengan “pemenuhan kebutuhan”.

Masa tenggang itu menimbulkan masa “*Frustasi*”. Dalam jiwa manusia terdapat sistem yang terdiri atas *Sistem Sensoris* (penerima) *Sistem Motoris* (penggerak), sistem pengamatan, dan sistem ingatan. Sistem pengamatan menerima perangsang dari alat pria dan selanjutnya membentuk bayangan dari benda itu. Selanjutnya bayangan itu disimpan dalam “ingatan”. Jika kenangan itu dihidupkan maka seseorang memiliki bayangan kepada “ingatan” masa lampau. Untuk lebih jelasnya berikut ini akan dikemukakan sebuah contoh tentang seorang anak yang sedang lapar.

Dahulu setiap kali bayi lapar selalu diberikan makanan. Selama diberi makanan bayi tu melihat, mencicip, dan merasakan makanan itu. Pengalaman itu disimpan dalam sistem “ingatan”. Melalui pengulangan, makanan menjadi terhubung dengan sistem “peredaan ketegangan”. Ketika bayi lapar,-sebelum terpenuhi laparnya yang disebut dengan masa “frustasi”- ketegangan lapar itu menimbulkan kenangan tentang makanan, sehingga dalam Id bayi itu ada suatu gambaran makanan. Gambaran itu diperlukan sistem jiwa untuk meredakan ketegangan yaitu lapar. Demikianlah sistem Primary Procces itu bekerja.

Akan tetapi cara yang demikian tidak dapat memuaskan seseorang untuk meredakan rasa lapar tersebut, karena bayangan makanan tidak sama dengan makanan. Oleh karena itu dibutuhkan adanya aspek lain yang dapat menghubungkan dunia pribadi (*Sistem Id*) dengan dunia objek atau dunia nyata itulah Sistem Ego atau *Das Ich*.

b. Sistem Ego atau Das Ich

Kedua proses yang dilalui oleh Id untuk meredakan ketegangan, yaitu Motoris dan Primary Process—tidak berhasil meredakan ketegangan. Agar proses pemuasan ketegangan itu berhasil dengan baik dan aman diperlukan hubungan dengan dunia nyata. Cara yang ditempuh adalah dengan menyesuaikan diri dengan dunia luar atau menguasai dunia luar itu. Hubungan timbal balik antara pribadi dengan dunia luar itu memerlukan pembentukan sistem rohani baru, yaitu Sistem Ego atau *Das Ich*.¹⁸

Berlainan dengan Id yang dikuasai oleh prinsip kenikmatan, Ego dikuasai oleh prinsip kenyataan (*Reality Principle*).¹⁹ Tujuan dari prinsip kenyataan adalah menanggukkan peredaran energi sampai benda nyata untuk memuaskan ketegangan itu dapat ditemukan. Prinsip kenyataan ini

¹⁸ Sigmund Freud, *Sekelumit Sejarah Psikoanalisa....*, hlm. 89-90

¹⁹ *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud....*, hlm. 64

dilaksanakan oleh suatu proses yang disebut dengan Proses Sekunder (*Secondary Process*).²⁰

Proses Sekunder ini terdiri dari usaha untuk menemukan atau menghasilkan kenyataan dengan jalan merencanakan suatu tindakan yang telah dikembangkan melalui akal pikiran. Dengan kata lain Proses Sekunder ini merupakan pemecahan masalah melalui pikiran. Proses Sekunder menunaikan apa yang tidak dapat dilakukan oleh Proses Primary, yaitu untuk memisahkan dunia kenyataan dengan dunia pikiran atau bayangan.

Kecuali Proses Sekunder tersebut, dalam Ego juga terdapat cara untuk melepaskan ketegangan dengan jalan "*Fantasi*". Cara ini hanya berupa hayalan yang menyenangkan. Meskipun semua hayalan itu tidak pernah dianggap sebagai kenyataan, namun hayalan tersebut merupakan suatu kesempatan bagi Ego untuk meninggalkan soal-soal yang dapat menegangkan atau menanggihkan proses pemuasan ketegangan.

c. Super Ego atau Das UberIch

Super Ego merupakan sistem sosiologis dari kepribadian manusia dan merupakan wakil dari nilai-nilai atau norma-norma tradisional cita-cita masyarakat sebagaimana yang ditafsirkan orang tua kepada anak-anaknya. Proses internalisasi norma-norma itu dilakukan orang tua melalui perintah dan larangan. Super Ego itu dapat dianggap sebagai aspek moral

²⁰ Freud, *Introduction to Psychology...*, hlm. 146

dari kepribadian manusia.²¹ Fungsinya yang utama adalah menentukan apakah sesuatu itu “susila” atau “asusila”, pantas atau tidak pantas, benar atau salah. Sehingga anak dapat bertindak sesuai dengan norma masyarakat yang ada.

Super Ego memiliki dua subsistem, yaitu *Suara Hati* dan *Ego Ideal*. Suara hati adalah hasil dari pengalaman dengan hukuman yang diberikan orang tua atas tingkah laku yang tidak tepat.²² Suara hati primitif timbul ketika seorang anak menyesuaikan diri dengan norma-norma moral orang tua karena takut kehilangan cinta atau persetujuan orang tua. Sebaliknya Ego Ideal berkembang dari pengalaman dengan hadiah-hadiah untuk tingkah laku yang tepat.²³

Dalam hubungannya dengan sistem-sistem jiwa yang lainnya—Id dan Ego—maka fungsi Super Ego adalah sebagai berikut:

1. Merintang dorongan Id terutama dorongan seksual dan agresif yang pemenuhannya sangat ditentang oleh masyarakat;
2. Mendorong Id untuk mengejar hal-hal yang lebih moralitas dari pada yang realitas;
3. Mengejar kesempurnaan.

²¹ Ruth Berry, *Freud: Siapa Dia?*, terj. Frans Kowa (Jakarta, Erlangga, 2001), hlm. 77

²² Freud, *Introduction to Psychology...*, hlm. 166

²³ *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud.....*, hlm. 67

2. Dinamika Kepribadian

Menurut Freud dinamika kepribadian itu dimungkinkan karena adanya energi di dalam kepribadian. Energi itu dinamakan dengan “*Energi Psikis*” yang berasal dari “*Energi Fisiologis*” yang bersumber dari makanan. Energi psikis ini disimpan di dalam insting-insting.²⁴

Dalam diri manusia ada dua macam insting, yaitu insting untuk hidup dan insting untuk mati. Insting untuk hidup berfungsi untuk melayani maksud individu untuk tetap hidup dan memperpanjang ras. Bentuk-bentuknya antara lain: makan, minum, seksual, dan lain-lain. Bentuk energi yang dipakai oleh insting ini disebut dengan libido. Insting mati disebut juga dengan insting merusak. Insting ini sebenarnya kurang jelas dalam uraian Freud. Namun Freud menjelaskan bahwa tujuan semua makhluk hidup adalah mati. Bentuk energi yang dipakai disebut dengan dorongan agresif.

Dinamika kepribadian terdiri dari bagaimana cara energi psikis itu digunakan oleh ketiga Sistem Id, Ego, dan Super Ego.²⁵ Pada mulanya energi itu semuanya dimiliki oleh Id, tetapi karena id tidak bisa memenuhi seluruh

²⁴ *Ibid.*, hlm. 69

²⁵ Freud, *Introduction to Psychology...*, hlm. 146

kebutuhan individu, maka Id memberikan energi itu kepada sistem-sistem lainnya. Sistem mana yang paling banyak menggunakan energi itu, maka sistem itulah yang paling banyak berpengaruh pada tingkah laku individu. Jika Id menguasai sebagian besar energi psikis maka tingkah laku individu akan bersifat primitif, impulsif, dan agresif. Individu tersebut akan selalu mengumbar dorongan primitifnya. Jika Ego yang menguasai sebagian besar energi psikis maka individu akan bertindak secara realistis, rasional, dan logis.

Jika Super Ego yang menguasai sebagian besar energi psikis maka individu akan mengejar hal-hal yang moralitas dan sempurna, meskipun terkadang tidak rasional dan logis. Pribadi yang baik adalah pribadi yang memiliki keseimbangan antara ketiga Sistem Id, Ego, dan Super Ego dalam menguasai energi psikis. Individu yang memiliki keseimbangan ketiga sistem tersebut akan melakukan tindakan selalu menyelaraskan antara ketiga hal tersebut.

Di samping untuk memenuhi dan memuaskan keinginannya juga bersifat realistis, rasional, dan logis, sekaligus menjaga aspek-aspek moralitas. Jika terjadi perbedaan energi psikis yang digunakan, maka individu selalu mementingkan salah satu sistem dan mengabaikan sistem lainnya.

3. Perkembangan Kepribadian

Secara sederhana dapat dikatakan bahwa perkembangan kepribadian adalah belajar mempergunakan cara-cara baru dalam mereduksi tegangan

yang timbul karena individu menghadapi sumber tegangan.²⁶ Sumber tegangan yang pokok adalah: (a) Proses Pertumbuhan Fisiologis; (b) Frustrasi; (c) Konflik; (d) Ancaman.²⁷

Karena individu selalu menghadapi ketegangan demi ketegangan, maka individu akan berusaha untuk menghilangkan ketegangan. Jika individu telah menemukan cara untuk meredakan ketegangan berarti individu itu telah belajar, selanjutnya telah terjadi perkembangan dalam kepribadiannya.

Di antara cara yang terpenting yang selalu digunakan individu untuk menghadapi ketegangan menurut Freud adalah: (a) Identifikasi; (b) Pemindahan; (c) Sublimasi; (d) Mekanisme Pertahanan; (e) Perubahan Naluri oleh Fusi dan Kompromi. Identifikasi adalah cara yang digunakan individu untuk menghadapi orang lain dan membuatnya menjadi bagian dari pribadi orang lain.²⁸ Misalnya anak dalam menghadapi ayahnya selalu berusaha berbuat seperti ayahnya. Salah satu sebab mengapa anak-anak selalu menyerupai ayahnya adalah karena mereka selalu melakukan Identifikasi dengan sifat-sifat orang tuanya. Kecenderungan untuk mencontoh dan meniru orang lain adalah salah satu contoh yang penting untuk membentuk kepribadian.

Sedikitnya ada empat keadaan penting yang menyebabkan seseorang melakukan Identifikasi, yaitu: *Pertama*, Cathexis Narcissistik (cinta diri

²⁶ *Ibid.*, hlm. 147

²⁷ *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud.....*, hlm. 93

²⁸ *Ibid.*, hlm. 93

sendiri),²⁹ contohnya seorang anak laki-laki akan mengidentifikasi dirinya dengan anak laki-laki lain, karena sifat laki-laki yang dimilikinya sama dengan yang dimiliki laki-laki lain. Jika faktor ini sangat dominan dapat menyebabkan seseorang cinta sesama jenis, semacam gay atau lesbian.

Kedua, Identifikasi ke arah tujuan; Identifikasi ke arah tujuan adalah suatu hal yang biasa dan mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan kepribadian.³⁰ Seorang anak laki-laki akan lebih menyerupai ayahnya jika ayahnya mencapai tujuan yang juga diinginkan oleh anak laki-laki itu. Jika ayahnya tidak mampu, maka anak akan berpaling kepada orang lain yang lebih sesuai dengan keinginannya.

Ketiga, Identifikasi Objek yang hilang; Jika seseorang kehilangan atau tidak bisa kembali kepada objek yang disukainya, dia mungkin akan mencoba untuk dapat kembali atau memilikinya dengan jalan menyerupai objek itu. Identifikasi semacam ini disebut dengan identifikasi objek yang hilang.³¹ Seorang anak yang telah kehilangan (meninggal) orang tuanya, mungkin akan memutuskan untuk memiliki sifat dasar idial dari orang tuanya yang telah meninggal tersebut.

Keempat, Identifikasi dengan penyerang atau musuh; Tujuan Identifikasi ini adalah untuk memungkinkan seseorang menghindarkan diri dari hukuman-hukuman penguasa. Pada gilirannya akan membentuk

²⁹ Ruth Berry, *Freud: Siapa Dia?*....hlm. 83-84

³⁰ *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*....., hlm. 94

³¹ *Ibid.*, hlm. 95

kepribadian anak untuk dapat mentaati aturan di masyarakat. Jalan perkembangan kepribadian yang lainnya adalah adanya pemindahan atau sublimasi dari energi ruhaniah.³²

Sebagaimana dijelaskan terdahulu adalah bahwa tujuan naluri itu adalah pemuasan ketegangan. Jika suatu objek untuk memuaskan ketegangan itu telah ditemukan maka keinginan itu dapat bergeser dari objek yang asli kepada objek lain. Ini berarti bahwa energi ruhaniah mempunyai sifat dapat dipindah-pindahkan. Proses penyaluran energi pada saat pemindahan itu disebut dengan sublimasi atau pemindahan.

Seba-sebab terjadinya pemindahan itu sama dengan sebab-sebab yang menimbulkan perkembangan kepribadian, yaitu: Kedewasaan, Frustrasi, Pertentangan, Kekurangan, dan Kecemasan. Misalnya, pemuasan dengan mulut. Mulut dan bibir adalah daerah-daerah sensitif yang erat hubungannya dengan perbuatan makan. Rangsangan terhadap bibir oleh buah dada ibu menyebabkan bayi menghisap. Meskipun menghisap bertujuan untuk pemuasan lapar, tetapi rangsangan yang halus terhadap bibir memberikan kepuasan tersendiri.

Hilangnya rangsangan yang demikian diakibatkan oleh perkembangan usia dan merupakan keadaan yang menjengkelkan anak. Dengan kata lain ketika anak sedang tidak menggunakan bibirnya untuk memuaskan rasa lapar,

³² *Ibid.*, hlm. 98

anak akan berusaha untuk memasukkan tangannya atau benda lain ke dalam mulutnya. Itu merupakan proses pemindahan objek yang memuaskan anak.

Untuk memahami bagaimana alat pertahanan Ego itu bekerja terlebih dahulu kita harus memahami bahwa salah satu tugas penting yang diberikan kepada Ego adalah untuk menghadapi ancaman dan bahaya yang menimpa seseorang dan menimbulkan kecemasan.

Ego dapat mencoba menguasai bahaya dengan mempergunakan cara-cara: Menolak, Memalsukan, dan Mengaburkan Kenyataan, serta yang menghalangi perkembangan kepribadian. Cara-cara itu dinamakan Alat Pertahanan Ego. Ada sejumlah alat Pertahanan Ego, diantaranya adalah: (a) *Represi* (Penekanan); (b) *Proyeksi*; (c) Pembentukan Reaksi; (d) Keadaan Tertahan; dan (e) *Regresi* (Penurunan).³³

Cathexis dari Id, Ego, dan Super Ego yang menimbulkan kecemasan dapat dicegah untuk muncul dalam kesadaran dengan jalan ditentang oleh “*Anti Cathexis*”. Penekanan Cathexis oleh Anti Cathexis ini dinamakan represi.³⁴ Ada dua macam Represi, yaitu Represi Pokok dan Represi Khas.

Represi Pokok adalah mencegah suatu pemilihan objek secara naluriah yang tidak pernah sadar selama-lamanya. Represi Pokok ini dibentuk dengan pengalaman secara rasial dan turun temurun, contohnya larangan perkawinan terhadap keluarga. Sedangkan Represi Khas adalah pemaksaan ingatan yang

³³ *Ibid.*, hlm. 96-101

³⁴ *Ibid.*, hlm. 97

berbahaya, pikiran, atau pengamatan supaya keluar dari kesadaran dan mendirikan suatu penghalang terhadap setiap bentuk dari pelampiasan motorik. Misalnya, Ego bekerja terhadap pengalaman traumatik.

Proyeksi sebenarnya adalah mencoba untuk meredakan kecemasan dengan menimpakan sebabnya kepada dunia luar. Misalnya, dari pada berkata “saya benci kepadanya” orang akan mengatakan “ia benci kepada saya” atau sebaliknya dari berkata “orang itu mengganggu saya” orang dapat berkata “hati nurani saya mengganggu saya” orang dapat berkata “orang itu mengganggu saya”. Dalam hal yang pertama kita menyangkal bahwa permusuhan itu timbul dari Id (diri kita), dalam hal kedua kita menyangkal sumber dari rasa dikejar dan menimpakannya kepada orang lain.

Sedangkan pembentukan reaksi maksudnya adalah penyembuyian naluri dari kesadaran dengan mempergunakan lawannya.³⁵ Sebagaimana diketahui bahwa naluri-naluri itu mempunyai rangsangan-rangsangan yang bertentangan, seperti: hidup lawan mati, cinta lawan benci, pembangunan lawan penghancuran, dan lain-lain. Kalau salah satu naluri menimbulkan kecemasan dengan mengadakan tekanan terhadap ego, maka ego dapat mengalihkannya dengan memusatkan pada lawannya. Misalnya, kalau perasaan benci terhadap seseorang menimbulkan kecemasan, maka ego dapat mendorong arus cinta untuk menyembunyikan rasa permusuhan itu.

³⁵ *Ibid.*, hlm. 97-98

Kita dapat mengatakan cinta adalah kedok menyembunyikan rasa benci. Alat tersebutlah yang dinamakan dengan pembentukan reaksi. Perkembangan ruhaniah sebenarnya hampir bersamaan dengan perkembangan jasmaniah, yaitu berjalan secara bertahap dan terus menerus. Namun demikian, perkembangan ruhaniah juga dapat terhenti dan tertahan. Orang yang perkembangan ruhaniahnya tertahan adalah akibat takut untuk mengambil langkah selanjutnya karena bahaya-bahaya atau kesulitan-kesulitan yang dilihatnya di hadapannya.

Anak-anak takut atau cemas pada hari-hari pertama sekolah. Dalam perkembangannya, anakanak cemas dalam menghadapi masa remaja. Kalau kecemasan itu terlalu besar, maka orang akan cenderung untuk tetap melekat pada cara hidup lama dari pada melangkah ke hidup baru. Keadaan ruhaniah tersebut yang dinamakan dengan keadaan tertahan.

Sedangkan Regresi adalah suatu perkembangan pribadi di mana seseorang surut kembali kepada masa sebelumnya.³⁶ Seseorang yang gagal dalam masa tertentu –misalnya remaja- dapat menyebabkan dirinya membenci masa remaja dan kembali ke masa kanak-kanak. Sehingga perkembangan kepribadiannya menjadi menyusut. Dalam kehidupan sehari-hari, sebenarnya, banyak tingkah laku manusia yang ingin melepaskan diri dari kecemasan dengan melakukan penyusutan ini, hanya saja dalam kadar –”dosis”- yang sangat rendah. Misalnya, tanpa disadari seseorang selalu berlaku seperti

³⁶ Ruth Berry, *Freud: Siapa Dia?*....hlm. 82

kanak-kanak, seperti: memijat-mijat kukunya, memegang-megang hidung, dan lain-lain.