

UNSUR-UNSUR DINAMIS DALAM PRIBADI MANUSIA DAN KEBUTUHAN PSIKOLOGISNYA

Frans Laka Lazar

Prodi Teologi STKIP St. Paulus, Jl. Jend. Ahmad Yani, No. 10, Ruteng-Florres 86508
Lakalazar@yahoo.com

Abstract: Dynamic Elements in the Human Person and Psychological Needs. Human psychological needs originally derive from uncounscious motivation located in the Dimension II, according to Self-Transendence Theory, which is so called true goodness and false goodness. The true goodness is motivated by self-transendence, whereas the false goodness motivated by uncounsciousness that sometimes hinders the development of person or self-transendence. The outer performance is beautiful but the inside is not genuine and original. Therefoere, the ideal self and actual self are in conflict or inconsistency to each other. If the psychological needs, for examples safety needs, love needs, esteem needs and self-actualization, are not fullfild the person will experience some psychological disturbances either normal or pathology. The effect of not fullfild psychological needs is the person gets stressed and unhappy life.

Keywords: human dimension dinamims, psyhological needs.

Abstrak: Unsur-Unsur Dinamis dalam Pribadi Manusia dan Kebutuhan Psikologisnya. Kebutuhan psikologis manusia sebenarnya berasal dari motivasi bawa sadar atau aspek bawa sadar khususnya pada Dimensi II menurut teori Konsistensi Transendensi Diri yaitu antara bidang kebaikan sejati dan kebaikan palsu. Bidang kebaikan sejati kalau dimotivasi oleh unsur nilai transendensi diri, sedangkan bidang kebaikan palsu kalau dimotivasi oleh unsur bawa sadar atau unsur sadar yang tidak sesuai dengan transendensi diri. Bisa saja tampak di luarnya baik tetapi sebenarnya tidak asli dan sejati. Jadi terjadi inkonsistensi antara diri ideal dan diri actual. Banyak persoalan psikologis sering muncul baik yang ringan maupun patologi berat karena kebutuhan psikologis manusia tidak terpenuhi. Jika kebutuhan-kebutuhan psikologis misalnya kebutuhan akan rasa aman, cinta, harga diri, dan aktualisasi diri tidak terpuaskan, maka seseorang akan merasa tidak nyaman, tidak bahagia, kecewa, putus asa, marah, stress, dan berbagai hal negatif lainnya; dan jika terpenuhi, maka seseorang akan merasa bahagia dengan hidup dan karyanya.

Kata Kunci: unsur dinamis pribadi manusia, kebutuhan psikologis

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang paling istimewa yang dilengkapi dengan daya nalar atau akal budi dan sekaligus rasa emosinya. Dia adalah pribadi yang unik dan selalu berdinamika, artinya selalu berkembang dan berubah dari waktu ke waktu sejak dari kandungan ibu selama 9 bulan 10 hari sampai ajal menjemputnya atau kematian. Dalam setiap tahap perkembangan itu terjadi perubahan dan perkembangan yang tentunya mengarah kepada kematangan dan kedewasaan diri dalam berbagai dimensinya.

Unsur-unsur dinamis dalam pribadi manusia yang sangat menonjol menurut teori Konsistensi Transendensi Diri L.M. Rulla yaitu unsur-unsur bawah sadar atau uncounsciousness, dinamika motivasi, tujuan transendensi diri, struktur kepribadian dan dimensi-dimensi pribadi sebagai disposisi hidup. Unsur-unsur dinamis inilah yang mempengaruhi keinginan dan dorongan yang ada dalam diri manusia.

Kebutuhan psikologis manusia sebenarnya berakar dalam unsur-unsur dinamis afeksi bawah sadar atau disebut oleh Freud sebagai *unconciuousness*,

baik itu kebutuhan psikologis yang konsonan atau sesuai dengan transendensi diri yang bersifat positif dan ambivalensi maupun kebutuhan psikologis yang disonan atau tidak sesuai yang menghambat proses transendensi diri yang autentik yang bersifat negatif.

KONSEP DASAR TEORI SIGMUD FREUD

Sigmud Freud adalah psikolog pertama yang belajar tentang kejiwaan seseorang dan seluruh penelitian psikologinya menekankan pada pentingnya riwayat hidup manusia (perkembangan psikoseksualnya), pengaruh dari impuls-impuls genetik/instik, pengaruh energy hidup/libido, pengaruh pengalaman dini individu, dan pengaruh irasionalitas serta sumber-sumber ketidaksadaran tingkah laku. Penekanan Freud ini lebih bersifat psikoanalisis (Komasalasarini & Wahyuni, 2011:61)

Freud memberi sumbangan yang sangat dalam dunia psikologi dan psiatry dengan merumuskan konsep tentang *consciousness*, *subconsciousness* dan *unconsciousness* (Corey, 2003:16) yang kemudian digunakan oleh para psikolog kemudian untuk menjelaskan tentang jiwa manusia.

Consciousness atau kesadaran berisi ide-ide atau hal-hal yang disadari dan merupakan bagian yang terkecil dari keseluruhan jiwa manusia. *Subconsciousness* atau prakesadaran berisi ide-ide atau hal-hal yang tidak disadari yang sewaktu-waktu dapat dipanggil ke level kesadaran. *Unconsciousness* atau ketidaksadaran merupakan bagian terbesar dari keseluruhan jiwa manusia yang berisi dorongan-dorongan yang sebagian besar sudah ada sejak lahir, sebagian lagi dari pengalaman traumatis masa lalu yang ditekan dan dimasukkan ke alam ketidaksadaran. Dorongan-dorongan ketidaksadaran bagian terbesar dari kepribadian, ingin muncul ke kesadaran, yang mempengaruhi tingkah laku manusia (Alwisol, 2004: 16). Ketidaksadaran tidak dipelajari secara langsung, ia bisa dipelajari dari tingkah laku. Pembuktian klinis tentang konsep *unconsciousness* nampak dalam 1) mimpi-mimpi yang merupakan representasi simbolik dari kebutuhan-kebutuhan, keinginan, dan konflik tak sadar; 2) salah ucap atau lupa, misalnya terhadap nama yang dikenal; 3) sugesti-sugesti pascahipnotik; 4) bahan-bahan yang berasal dari teknik-teknik asosiasi bebas; dan 5) bahan-bahan yang berasal dari teknik-teknik proyektif.

Ketidaksadaran itu menyimpan pengalaman-pengalaman, ingatan-ingatan, dan bahan-bahan yang direpresi. Kebutuhan-kebutuhan dan motivasi-

motivasi yang tidak bisa dipenuhi terletak di luar kesadaran atau tersimpan dalam ketidaksadaran. Ketiga konsep dasar Freud ini membantu kita untuk memahami dari mana asalnya kebutuhan psikologis manusia pada umumnya.

UNSUR-UNSUR DINAMIS DALAM PRIBADI MANUSIA

Teori Konsistensi Transendensi Diri dikembangkan oleh L. M. Rulla dan rekan-rekan professor di Institut Psikologi Universitas Gregoria Roma, atas dasar teori konsistensi yang sudah ada (seperti misalnya model konsistensi disonansi kognitif yang dipelopori oleh Kelly, Festinger dan Mclelland; atau model konsistensi aktivasi yang didukung oleh Maddi dan Fiske), dengan mengintegrasikan finalitas teologis dan finalitas asiologis sebagai kriteria konsistensi (Prasetya, 1993:87-92).

Unsur-Unsur Bawah Sadar dan Pemahaman Pribadi

Ada berbagai macam unsur bawah sadar yang sering pengertiannya dicampur-adukan. Karena itu, pada bagian ini saya ingin membedakannya agar kita memahaminya secara lebih jelas. *Pertama, Afeksi Bawah Sadar*: unsur bawah sadar yang dipengaruhi oleh system dan dinamika afeksi yang ada pada seseorang. Biasanya orang dapat menyadari akibatnya tetapi prosesnya tidak. Afeksi bawah sadar ini tidak bisa dibawa kepada taraf sadar hanya melalui penghendakan, refleksi, rekoleksi, *retret* dan mawas diri pada umumnya, justru karena proses dinamika tidak diketahui oleh orangnya sendiri. Perlu bantuan test psikologi khususnya projective test untuk mengetahui adanya dan perlu psikoterapi untuk mengetahui isinya, proses dan dinamikanya beserta penyembuhannya apabila tidak sejalan dengan kedewasaan/panggilan.

Kedua, Unsur Prasadar: unsur bawah sadar yang dibawa ke kesadaran melalui penghendakan, seperti dalam refleksi, meditasi, penelitian batin, *discernment* dan *retret*. *Ketiga, Unsur Prasadar Rohani*: unsur prasadar yang tidak terikat pada emosi dan muncul dalam kepekaan khusus yang orangnya sendiri tidak tahu bagaimana dapat dipelajarinya, misalnya karisma khusus untuk penyembuhan, kenabian, dan kepekaan istimewa di bidang seni, puisi/sastra, dan intuisi. Orang biasanya menyebut sebagai kemampuan yang muncul dari indera keenam.

Keempat, Unsur Bawah Sadar Kognitif: unsur bawah sadar yang membuat orang hanya menyadari akibat dari penalarannya tetapi tidak menyadari prosesnya. Misalnya, Aristoteles sudah menyadari struktur logika dan silogisme yang dipakainya, tetapi ia tidak menyadari proses yang dipakainya yaitu logika relasi yang baru disadari sekitar abad ke-19 (Prasetya, 1993:92-93).

Dalam psikologi pada umumnya bila digunakan bawah sadar atau *unconsciousness*, maka maksudnya lebih-lebih afeksi bawah sadar yang mempengaruhi tiap orang tanpa kecuali, karena mekanisme represif yang ada dalam dirinya.

Afeksi bawah sadar dapat mempengaruhi sistem motivasi seseorang. Semakin emosi adalah bawah sadar, semakin pribadi dibatasi daya seleksinya. Pembatasan daya seleksi oleh afeksi bawah sadar ini menjadi prekondisi kebebasan dan kehendaknya dalam pemahaman, pengambilan keputusan, perilaku dan bahkan hubungan dengan Tuhan. Afeksi bawah sadar ini pula yang menjelaskan, mengapa terhadap orang-orang tertentu seseorang dapat bersikap simpati, empati atau antipasti. Kelemahan seseorang tidaklah selalu berhubungan dengan patologi atau dosa. Ada banyak kelemahan yang dilihat sebagai kekeliruan, tetapi bukan dosa/patologi. Ada juga tindakan yang tanpaknya baik dan bukan dosa/patologi, tetapi bukan kebaikan sejati, karena digerakan oleh motivasi yang tidak lurus dan yang tidak selalu konsisten dengan nilai-nilai yang dianutnya, karena afeksi bawah sadar yang membelokkannya.

Dinamika Motivasi

Motivasi adalah dorongan atau kecenderungan manusia untuk bertindak sesuai dengan harkatnya sebagai manusia. Motivasi selalu digerakan oleh dua tujuan yang tidak selalu sesuai yaitu apa yang "penting untukku" (yang membuat diriku semakin terpenuhi) dan apa yang "penting pada dirinya" yaitu apa yang bernilai obyektif. Apa yang "penting untukku" mendorong pribadi untuk mencari dan memenuhi hal-hal yang menyenangkan, memuaskan, dan menguntungkan diri sendiri tetapi nilainya ambivalen: dapat sejati (kalau memang vital untuk perkembangan diri demi transendensi diri) atau palsu (kalau sekedar untuk memuaskan dorongan kesenangan dan kebutuhan psikologis yang bertentangan dengan tujuan transendensi diri). Sedangkan apa yang bernilai obyektif atau yang "penting pada dirinya" mendorong pribadi untuk mencari dan

memenuhi hal-hal yang secara intrinsik penting dan karenanya membawa ke transendensi diri yaitu jawaban terhadap nilai transenden. Oleh karena itu kita perlu membedakan antara nilai-nilai objektif dan kebutuhan psikologis (Prasetya, 1993:102-104).

Dalam menganalisis motivasi seorang religious kita temukan ada tiga macam dorongan atau motif yang menggerakkan dia untuk bertindak (Agudo, 1988:55-60).

Pertama, motivasi yang tidak disadari. Motivasi yang tidak disadari ini mempunyai akarnya pada kebutuhan-kebutuhan psikologis seseorang yang selama ini tidak diakui. Misalnya, sedih karena kehilangan orang yang dicintai, takut akan tantangan hidup, takut kecewa, ingin hidup tenang tanpa persoalan, takut pada tanggung jawab hidup berkeluarga, ingin diakui, ingin berkuasa, dsb. Motivasi seperti itu tidak disadari bila orang tersebut tidak mengadakan refleksi yang dalam. Bila motivasi bawah sadar seperti itu mendominasi kehidupan panggilan seseorang, maka suatu saat sulit bagi dia untuk betahan manakala motivasi tersebut ternyata tidak dipenuhi juga di dalam kehidupannya sebagai seorang religious.

Kedua, motivasi disadari. Selain motivasi yang tidak disadari, ada pula motivasi-motivasi yang disadari. Motivasi seperti ini disuburkan melalui pendidikan, pembinaan dan pendewasaan diri, dinamikan hidup beriman, pendalaman spiritualitas dan hubungan dengan Tuhan, kesadaran akan diri dan lingkungan, dsbnya. Bentuk dari motivasi ini bisa bermacam-macam: ingin mengabdikan Tuhan seumur hidup, ingin melayani sesama, ingin mengambil bagian dalam tugas perutusan Kristus, ingin membaktikan diri pada tugas dan pelayanan, dan inginewartakan Kerajaan Allah. Pada dasarnya motivasi yang disadari ini sudah mengandung motivasi adikodrati. Meskipun demikian, masih perlu didalami lebih lanjut. Motivasi seperti ini dapat dikatakan masih bertitik tolak pada keinginan diri kita. Untuk menjadi suatu motivasi yang matang diperlukan langkah lebih lanjut yang membawa kita ke motivasi adikodrati.

Ketiga, motivasi adikodrati. Motivasi adikodrati adalah motivasi yang prakarsa dan dinamikanya sangat dipengaruhi oleh hubungan pribadi kita dengan yang Ilahi (Tuhan). Di dalam kisah panggilan para nabi kita lihat seringkali adanya pergulatan yang cukup seru antara motivasi yang disadari dan motivasi adikodrati, misalnya nabi Yeremia, Yunus, dan St. Paulus. Motivasi adikodrati ini dapat diperoleh

dan disuburkan lewat pengalaman doa yang terus-menerus, dimana orang berusaha sebisa mungkin menyatukan kehendak Allah menjadi kehendakku sendiri.

Taraf-taraf Hidup Kejiwaan

Dari mana asalnya dorongan untuk mencari apa yang “penting untukku” dan apa yang “penting pada dirinya” ini? Dorongan-dorongan itu sebenarnya berasal dari keinginan emosional dan keinginan rasional. Keinginan emosional mendorong pribadi untuk menilai dan merasakan secara intuitif dan spontan objek yang diingini (karena merugikan atau tidak menyenangkan). Jika dianggap baik, maka ada dorongan emosional untuk memenuhinya, dan jika dianggap tidak baik, maka ada dorongan emosional untuk menghindarinya. Misalnya pribadi yang merindukan pemenuhan afeksi akan mempunyai dorongan emosional untuk mencari kehangatan. Sedangkan keinginan rasional mendorong orang untuk mengadakan penalaran, pertimbangan dan refleksi secara intelektual juga terhadap keinginan emosional (Prasetya, 1993: 105-107).

Ada tiga taraf hidup kejiwaan yang menyertai tiap pribadi antara lain:

Pertama, taraf psikofisik, yaitu kemampuan yang berasal dari unsur-unsur bio-kimia, sensori motor dan instink dalam susunan organisme tubuh manusia. Bila terjadi kekurangan/deficit dalam tubuh, maka muncul mekanisme yang mendorong tubuh mencari pemuasannya, dan pribadi dapat merasa lapar, haus, lelah atau mengantuk. Dorongan tersebut menciptakan kebutuhan biologis yang perlu untuk hidup somatik.

Kedua, taraf psikososial, yaitu kemampuan yang lahir dari kebutuhan manusia sebagai makhluk sosial, seperti kebutuhan afeksi, cinta, kebutuhan menjalin hubungan dengan sesama, komunikasi timbal balik, persahabatan, kebutuhan untuk menerima dan diterima, kebutuhan untuk mengenal dan dikenal, kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, yang mendorong untuk membangun hidup sosial/komunitas.

Ketiga, taraf spiritual-rasional, yaitu kemampuan khas manusiawi seperti membuat refleksi, penalaran, pertimbangan dan abstraksi, kemampuan yang memungkinkan pribadi mengatasi keterbatasan kesementaraan dan instinknya, kemampuan untuk mentransendensi diri dan kemampuan untuk mengerti, melihat dan mewujudkan apa yang bernilai.

Jadi, kemampuan untuk bertanggung jawab atas perilaku yang dibuatnya.

Pengaruh Afeksi Bawah Sadar terhadap Motivasi

Sebagaimana sudah dijelaskan di atas, motivasi dapat ditunggangi oleh dua dorongan yang berasal dari keinginan emosional dan keinginan rasional. Dorongan emosional membawa pribadi untuk memenuhi kebutuhannya dengan mengejar apa yang “penting untukku” dan cenderung memilih apa yang yang menyenangkan dan memuaskan diri secara subjektif. Di sini emosi dan kebutuhan psikologi adalah dominan. Di lain pihak, dorongan rasional membawa pribadi untuk mengejar dan mewujudkan apa yang bernilai “pada dirinya” dan cenderung mengarahkan diri ke transendensi diri. Di sini nilai yang dominan. Oleh karena itu, di hadapan transendensi diri, motivasi manusia adalah ambivalen, dapat berupa tarikan egoistis terselubung kebaikan atau tarikan transendensi diri, tergantung pada kebutuhan atau nilai yang mau dipenuhi. Misalnya, seorang frater waktu masih belajar teologi memilih mengajar agama di SMA putri sebagai kegiatan ekstrakurikuler, atau kecenderungan untuk memilih tugas dan pekerjaan yang “psychologically rewarding” yang mendatangkan hiburan hati dari tugas pokok yang diterima dari atasan sebagai mission. Contoh ini menunjukkan bahwa kebutuhan psikologis dapat mengurangi kebebasan efektif untuk mengejar panggilan, lebih lagi bila kebutuhan psikologis tersebut muncul dari dorongan afeksi bawah sadar.

Sikap emosi bawah sadar terbentuk waktu kecil atau dalam pengalaman masa lalunya, yaitu saat kemampuan rasional dan kemampuan refleksinya masih sangat terbatas dan oleh karena itu luka-luka yang terjadi pada masa-masa ini akan membekas secara mendalam dalam ingatan afeksinya. Pada saat orang merasa sudah dewasa, ia malu untuk membuka rahasia masa kecil di hadapan orang lain yang kurang dipercayai. Sikap emosi bawah sadar ini dapat menciptakan tanggapan yang keliru terhadap orang lain sehingga mempengaruhi hubungan dengan sesama. Hal ini tampak jelas dalam pengalaman yang disebut “transference” entah yang berciri simpatik atau antipatik (Prasetya, 1993: 114-117).

KONSISTENSI TRANSENDENSI DIRI

Dalam kamus bahasa Inggris, transendensi diri berarti menembusi atau melampaui batas diri yang

ada, jauh lebih besar dan mendalam (Oford, 2001: 1273). Transendensi diri selalu berhubungan dengan tiga segi hidup, yaitu pengetahuan, moral, dan cinta. Transendensi intelektual atau pengetahuan berhubungan dengan usaha manusia mengembangkan pengetahuannya tentang apa saja yang mungkin diketahui sampai tiada lagi pertanyaan yang tidak terjawab. Transendensi moral berbicara tentang usaha mengamalkan kebaikan sejati; dan transendensi diri dalam cinta menekankan sikap seorang beriman yang berusaha untuk mewujudkan cintanya yang radikal pada Tuhan baik sebagai awam maupun seorang rohaniwan-rohaniwati.

Tiga Tujuan Transendensi Diri

Transendensi diri yang dilakukan tentu mempunyai maksud atau tujuan tertentu. Dibawah ini akan diuraikan tiga tujuan transendensi diri yang pernah dikemukakan oleh para filsuf dan teolog besar masa lalu.

Pertama, transendensi diri egosentris. Tujuan utama dari transendensi ini yaitu penyempurnaan pribadi (subjek) dan aktualisasi diri. Tujuan ini melahirkan pertanyaan, apakah kesempurnaan hidup dan aktualisasi diri dapat terpenuhi? Jawabannya adalah bahwa kesempurnaan diri tidak pernah tercapai dan terpuaskan dan juga aktualisasi diri. Masalah tujuan hidup pada dasarnya tidak terpecahkan dengan aktualisasi diri.

Kedua, transendensi diri sosial filantropis. Tujuan transendensi diri model ini yaitu untuk penyempurnaan kemanusiaan, masyarakat sosial dan umat manusia. Transendensi diri sosial filantropis tidak dapat memecahkan soal transendensi diri masing-masing pribadi, karena pribadi itu unik dan panggilan beserta harapannya juga subjektif dan pribadi.

Ketiga, transendensi diri teosentris. Tujuan transendensi diri jenis ini adalah untuk mencapai kesatuan abadi dengan Allah, entah sebagai pribadi maupun sebagai umat manusia. Pribadi meninggalkan dirinya sendiri dan mentransendensi diri agar dapat mencapai hidup abadi yang disediakan oleh Allah. Allah dan nilai-nilai-Nya menjadi dasar dan tujuan akhir dari hidup (Prasetya, 1993:121-123).

Jadi dapat disimpulkan bahwa transendensi diri egosentris dan sosial-filantropis tidaklah mencukupi. Manusia memerlukan yang Transenden yaitu Allah untuk menyempurnakan dirinya, dan inilah yang dimaksudkan dengan transendensi diri teosentris.

Terbentuknya Struktur Kepribadian

Menurut teori Konsistensi Transendensi Diri, manusia memiliki dua struktur kepribadian yaitu diri ideal atau self-transending dan diri aktual atau self-transended (Prasetya, 1993:125).

Pertama, diri ideal yaitu paduan daya-daya motivasi yang mengarah untuk terus-menerus bertumbuh ke transendensi diri teosentris ideal. Diri Ideal terdiri dari tiga bagian:

1. Ideal Diri: dapat berupa cita-cita dirinya, apa yang ingin dibuat, dan mau menjadi apa sesuai dengan cita-cita.
2. Ideal Institusional: pandangan pribadi tentang cita-cita yang dituntut oleh nilai objektif tentang kemanusiaan dan pribadi, misalnya yang dirumuskan oleh masyarakat sebagai "martabat manusia" peranan pribadi dan cara hidup tertentu yang dituntut oleh institusi agama/gereja, spiritualitas institusi, kongregasi, komunitas. Jadi berhubungan dengan pemahaman pribadi terhadap nilai-nilai objektif, sejauh dapat dimengerti dan ditangkap oleh pribadi tertentu. Dan inilah yang biasanya mengarahkan dan memotivasi seseorang dalam level sadarnya. Seseorang tidak mungkin menghayati sesuatu yang tidak diketahuinya. Inilah sebabnya cita-cita pribadi tidak selalu berpedoman dengan nilai-nilai objektif yang dituntut oleh institusi/serikat.
3. Ideal Diri dalam Situasi yaitu apa yang pada kenyataannya ia pahami sebagai cita-cita dalam situasi konkret dan yang membuat ia bertahan/mengusahakan sesuatu. Kedua segi di atas membentuk unsur ketiga ini.

Kedua, Diri Aktual. Diri aktual terdiri dari dua unsur yaitu diri yang sadar (tampak bagi dirinya) dan diri yang bawah sadar/laten (tidak disadari oleh dirinya sendiri tetapi punya pengaruh nyata dalam tindakan dan hidupnya). Diri yang sadar yaitu apa yang kenyataannya terwujud dalam hidup real dibawah kendali kesadarannya. Kesadaran diri dapat muncul bila orang mengadakan introspeksi, refleksi lewat pemeriksaan batin, rekoleksi, retret, dll. Diri yang laten adalah apa yang de facto terwujud dan apa yang tidak disadari oleh dirinya sendiri. Kenyataan ini barangkali dapat dilihat oleh orang lain, tetapi tidak disadari oleh dirinya sendiri. Ciri-ciri diri yang laten dapat diketahui melalui test proyeksi. Diri laten ini menunjuk ke kenyataan pribadi yang tidak ia ketahui tetapi ada dan berpengaruh

nyata dalam hidupnya, oleh karena itu merujuk pada mekanisme bawah sadar yang hidup dalam pribadi.

Ciri-ciri Tiga Dimensi Pribadi sebagai Disposisi Hidup

Pergulatan terus-menerus yang terjadi di dalam struktur kepribadian yaitu antara Diri Ideal dan Diri Aktual, dalam perkembangan pribadi kemudian membentuk semacam disposisi hidup dan cara bertindak yang dapat digolongkan dalam tiga dimensi (kata dimensi disini menggambarkan melihat dan saling hubungan antara struktur yang ada dalam subjek dan yang memungkinkannya subjek bertindak secara tertentu).

Pertama, Dimensi I yaitu hidup sadar, keutamaan dan kedosaan. Dimensi ini muncul dari tindakan struktur sadar yaitu interaksi antara Diri Ideal dan Diri Aktual (tampak). Karena keduanya adalah unsur sadar, maka tindakannya berada di bawah kendali kesadarannya, sehingga dalam Dimensi I ini terletak daerah kebebasan dan tanggung jawab sadar dalam mentransendensi diri; atau sebaliknya tidak bertanggung jawab bila secara sadar menolak transendensi diri, menolak Allah. Oleh karena itu, dalam Dimensi I terletak bidang keutamaan dan kedosaan, bidang tanggung jawab moral. Mutu kesucian dan keburukan pendosa terlihat di sini, karena keputusan tindakannya dimotivasi oleh unsur sadar (sadar untuk melakukan keutamaan berarti hidup suci atau sadar untuk menolak keutamaan berarti berdosa). Jadi Dimensi I adalah dimensi konsistensi sadar yang tidak defensif karena Diri Aktual yang sadar de facto sesuai dengan Diri Ideal ((Prasetya, 1992:153).

Kedua, Dimensi II yaitu pengaruh unsur bawah sadar dalam hidup sadar yang membuat orang tidak konsisten (dalam panggilan): antara kebaikan sejati dan kebaikan palsu. Dimensi II berasal dari interaksi struktur sadar dan bawah sadar, yaitu keseimbangan kesesuaian atau ketidaksesuaian yang terjadi antara Diri Ideal dan Diri Aktual yang sadar ditambah dengan ketidaksesuaian antara Diri Ideal dan Diri Aktual bawah sadar (laten). Dimensi II dapat berupa Konsistensi defensif dan Inkonsistensi bawah sadar. Konsistensi defensif karena sikap dipakai untuk membela diri (fungsi defensif) dan bukan untuk transendensi diri. Inkonsistensi bawah sadar karena dinamika bawah sadar membelokkan pribadi ke arah defensif. Karena menjadi tempat keseimbangan daya-daya sadar dan bawah sadar yang kemudian mempengaruhi kebebasan efektif untuk transendensi

diri, maka Dimensi II menjadi bidang kebaikan sejati (kalau dimotivasi oleh unsur nilai transendensi diri) atau kebaikan palsu (kalau dimotivasi oleh unsur bawah sadar atau unsur sadar yang tidak sesuai dengan transendensi diri) sehingga perilaku dapat dipakai untuk memerankan fungsi yang lain, maka hanya tampaknya saja baik tetapi sebenarnya tidak sejati. Jelas bahwa dalam Dimensi II inilah Konsistensi defensif dan Inkonsistensi bawah sadar dapat muncul. Konsistensi defensif dan Inkonsistensi bawah sadar ini terjadi bila Diri Aktual yang laten secara sentral bertentangan dengan Diri Ideal.

Ada kesinambungan antara Dimensi I dan Dimensi II. Kesinambungan tersebut menunjukkan taraf-taraf pribadi dari keadaan lebih dewasa kepada taraf pribadi yang kurang dewasa. Semakin sedikit terjadi kontradiksi atau inkonsistensi, pribadi menjadi lebih dewasa, lebih bebas dan lebih sadar. Semakin banyak Inkonsistensi, pribadi menjadi kurang dewasa, kurang bebas dan kurang sadar. Kurang dewasa dalam Dimensi I pada hakekatnya disadari, oleh karena itu berhubungan dengan dosa, sedangkan kurang dewasa dalam Dimensi II kebanyakan tidaklah disadari, maka berhubungan dengan kebaikan palsu.

Ketiga, Dimensi III: Hidup Normal dan Patologi. Wilayah normal dan patologi terjadi karena dorongan motivasi untuk memenuhi nilai-nilai kodrati. Orang normal dalam Dimensi III berarti seluruh fungsi-fungsi kodratinya sebagai manusia berfungsi baik, artinya finalitas dari nilai kodratnya sebagai manusia lebih kurang tercapai. Meskipun ada dialektika antara Diri Ideal dan Diri Aktual yang dapat mendatangkan bermacam-macam ketegangan dalam diri, namun pribadi tidak sampai menjadi patologi atau gila. Sebaliknya, kalau dialektika tadi menghasilkan gangguan ringan, neurose atau bahkan disorganisasi, maka terjadilah taraf-taraf patologi yang pada hakekatnya bawah sadar sifatnya (Prasetya, 1993: 136).

KEBUTUHAN PSIKOLOGIS MANUSIA

Istilah kebutuhan psikologis pertama kali digunakan oleh seorang psikolog Amerika, H. A. Murray (1938) dalam bukunya *Exploration in Personality* (1938:152-226). Dia menyebutkan ada 20 jenis kebutuhan psikologi manusia, seperti kebutuhan akan sikap rendah, kebutuhan akan berprestasi, kebutuhan akan afiliasi, kebutuhan akan agresi, kebutuhan akan otonomi, kebutuhan counteraction, kebutuhan akan bela diri, kebutuhan akan sikap hormat, kebutuhan

akan dominasi, kebutuhan eksibisi (menonjolkan diri), kebutuhan akan menghindari bahaya, kebutuhan akan rasa hina, kebutuhan akan sikap memelihara, kebutuhan akan ketertiban, kebutuhan akan permainan, kebutuhan akan keharuan, kebutuhan akan seks, kebutuhan akan pertolongan dalam kesusahan, kebutuhan akan penolakan, dan kebutuhan akan pemahaman.

Refleksi Murray ini menjadi landasan dasar bagi para psikolog humanis yang lain untuk membuat penelitian lebih mendalam tentang kebutuhan psikologis manusia. Seorang psikolog humanis yang cukup terkenal yaitu Abraham Maslow (Surya, 2003: 102-104). Dia membagi kebutuhan psikologis manusia secara hirarkis-piramida atau bertingkat (hierarchy needs) dimana ada kebutuhan yang lebih rendah yang merupakan kebutuhan dasar dan juga ada kebutuhan yang lebih tinggi. Menurut Maslow, ada lima kebutuhan psikologis manusia.

Pertama, kebutuhan jasmaniah atau biologis (*physical needs*). Kebutuhan ini erat kaitannya dengan proses kehidupan jasmaniah, dan sifatnya sangat primer dan universal. Itu berarti kebutuhan ini harus dipenuhi oleh siapa saja, kapan saja dan dimana saja. Bila kebutuhan ini tidak terpenuhi maka keberlangsungan hidup manusia terancam dan dapat membawa kematian. Yang tergolong dalam kebutuhannya ini antara lain kebutuhan akan makanan, minuman, udara, tempat tinggal, tidur, istirahat, dsbnya.

Kedua, kebutuhan untuk memperoleh rasa aman (*safety needs*). Kebutuhan ini dibagi menjadi dua bagian yaitu: (1) Perlindungan fisik meliputi perlindungan terhadap ancaman terhadap tubuh dan kehidupan seperti kecelakaan, penyakit, bahaya, lingkungan atau perlindungan diri dari udara dingin, panas, kecelakaan, dan infeksi. (2) Perlindungan psikologis meliputi perlindungan dari ancaman peristiwa/pengalaman baru atau asing yang dapat mempengaruhi kondisi kejiwaan seseorang, atau bebas dari ancaman dan cemas, dan bebas dari ancaman kesehatan.

Ketiga, kebutuhan akan rasa cinta, memiliki dan dimiliki (*love and belonging needs*). Kebutuhan ini meliputi memberi dan menerima kasih sayang, perasaan dimiliki dan hubungan yang berarti dengan orang lain, kehangatan, persahabatan, dan kebutuhan diakui oleh keluarga, kelompok dan lingkungan. Jika kebutuhan akan cinta tidak terpenuhi maka secara psikologis orang tersebut akan memberi reaksi negatif berupa marah, jengkel, kecewa dengan orang yang tidak mencintai dirinya.

Keempat, kebutuhan akan harga diri (*self-esteem*). Setiap orang mempunyai harga diri dan ingin mempertahankan harga dirinya. Kebutuhan ini akan berkembang dengan baik jika kebutuhan-kebutuhan sebelumnya terpenuhi. Jika kebutuhan tahap ini tidak memperoleh pemuasan, misalnya mendapat perlakuan yang kurang wajar, dapat menimbulkan kekecewaan dan pada gilirannya mempengaruhi kualitas hidupnya.

Kelima, Kebutuhan aktualisasi diri atau mewujudkan diri (*Self-actualization*). Kebutuhan ini merupakan kebutuhan yang paling dalam tinggi hirarki kebutuhan Maslow. Kebutuhan ini merupakan pendorong bagi seseorang untuk menampilkan dirinya sebagai pribadi yang khas di lingkungannya. Pribadi sudah mampu mengenal diri dengan baik (potensi-potensi diri), belajar memenuhi kebutuhan sendiri, tidak emosional, mempunyai dedikasi tinggi, kreativitas, percaya diri, dsbnya.

Di samping pandangan Murray dan Maslow, ada juga psikolog yang menggunakan pendekatan psiko-spiritual yaitu L.M. Rulla dari Universitas Gregoriana Roma, membagi kebutuhan psikologis manusia ke dalam dua kelompok besar yaitu kebutuhan psikologis yang konsonan/sesuai dengan nilai transendensi diri teosentris dan kebutuhan psikologis yang disonan/tidak sesuai dengan nilai transendensi diri teosentris (Prasetya, 1992:67-80).

Pertama, kebutuhan psikologis yang disonan dengan transendensi diri. Kebutuhan ini tidak sesuai dengan transendensi diri atau bisa saja menghambat proses transendensi diri. Ada dua macam kebutuhan psikologis yang disonan yaitu:

1. *Abasement* atau kompleks rendah diri atau minder: menunjukkan kebutuhan psikologis yang bersumber pada rasa rendah diri ini. Dari sini dapat dipahami sikap-sikap untuk: tunduk pasif terhadap paksaan dari luar, menerima saja kalau dipersalahkan, dikritik, dihukum dan dilukai atau dihina; percaya dan pasrah pada nasib; mengakui sebagai rendah diri, bersalah, alpa, tak mampu menyerah kalah; mengakui dan menunjukkan diri sebagai orang yang memelas, pantas dikasihi dan pesimis; mempersalahkan diri, menghukum diri dan menyiksa diri; mendamba bahkan suka mengalami rasa sakit, hukuman, hinaan, penyakit, dan nasib buruk.
2. *Aggression* atau dorongan agresi: dorongan untuk melawan sesuatu yang *bertentangan* kalau perlu dengan kekerasan, perkelahian, serangan bahkan pembunuhan. Dalam bentuk

yang sederhana dapat berupa amarah entah secara sembunyi-sembunyi atau terang-terangan, balas dendam terhadap luka hati yang pernah terjadi, kebencian, gossip negatif (memperjelek lawan-lawan), mengutuk, memaki, menghina dan menyinggung perasaan, merendahkan martabat, berpolemik dan berdiplomasi. Maka dari itu dorongan ini tidak sesuai/disonan dengan misalnya cinta kasih kristiani.

Kedua, Kebutuhan psikologis yang konsonan dengan transendensi diri. Kebutuhan psikologis ini sebenarnya sejalan dengan tujuan transendensi diri, namun dia bisa bersifat ambivalensi yaitu bisa positif atau negatif. Ada beberapa kebutuhan psikologis yang konsonan yaitu:

1. *Achievement* atau daya juang, gairah hidup, semangat, anusiasme: daya juang, gairah hidup dan semangat dan antusiasme untuk menyelesaikan dan mencapai sesuatu muncul dari kebutuhan psikologis atau dorongan untuk mencapai sesuatu ini. Kebutuhan ini dapat terungkap dalam sikap-sikap: untuk merampungkan tugas yang sulit dan menantang; untuk menguasai, mendominasi, memanipulasi dan mengendalikan atau mengatur sesuatu entah yang berupa materi, orang lain atau ide-ide. Muncul pula dalam sikap untuk selalu ingin mengatasi tiap rintangan dan berusaha mencapai posisi/ kedudukan yang tinggi, menyombongkan dan memegahkan diri; ingin berkiprah, bersaing, dan menaklukkan semua lawan-lawannya; meningkatkan harga diri dan kepercayaan pada diri sendiri dengan memamerkan keberhasilan seluruh bakat-bakatnya. Dalam hidup rohani kebutuhan ini adalah ambivalen atau netral karena masih tergantung dari motivasi dan tujuan yang hendak dicapai: sekedar pemuliaan diri dan realisasi diri (disonan) pemuliaan Allah dan transendensi diri teosentris (konsonan).
2. *Acquirement* atau dorongan untuk memiliki: dorongan untuk memiliki yang terungkap dalam sikap untuk mengejar dan memperoleh sesuatu bagi diri sendiri entah yang berupa milik pribadi, harta kekayaan, pendapatan, uang dan barang-barang lain. Semuanya ini lebih merupakan kebutuhan egoistis dan subjektif, oleh karena itu juga tidak begitu relevan dalam hidup rohani selain dalam rangka transendensi diri natural/ kodrati, yaitu untuk mencapai kepenuhan fungsi-fungsi kodratinya sebagai manusia.
3. *Affiliation* atau kebutuhan akan kasih sayang timbal balik: dari kebutuhan psikologis ini muncul sikap-sikap: untuk sayang menyayangi, untuk mendapatkan kehangatan, kedekatan satu sama lain, dukungan, keintiman yang terjadi dalam dua arah, artinya dari kedua belah pihak yang terlibat. Oleh karena itu dapat terwujud dan terungkap dalam bentuk persahabatan antar-pribadi, kasih sayang dalam keluarga, antara suami dan isteri, bapak-ibu dengan anak-anaknya. Di sini nilai kesetiaan, kekompakan, keterbukaan, dan keakraban timbal balik amat dihargai. Akan tetapi sebagai kebutuhan psikologis adalah netral atau ambivalen karena dapat dipakai untuk memerankan bermacam-macam fungsi dalam hubungan antar-pribadi, misalnya fungsi-fungsi defensif, egoistis, social-filantropis sampai pada pengungkapan cintakasih kristiani yang sejati.
4. *Autonomy* atau kebutuhan psikologis yang dapat muncul dalam sikap dan usaha untuk memiliki kebebasan, lepas dari tiap kekangan dan paksaan, mengatasi tiap pembatasan diri, menentang tiap pemaksaan fisik dan ketergantungan, menghindari atau menolak tiap tindakan yang sudah ditentukan atau dipaksakan oleh otoritas yang berkuasa, menjadi tidak tergantung pada siapapun, berdikari dan dapat bebas untuk berbuat sesuai dengan keinginan hati dan dorongan nafsunya.

KESIMPULAN

Manusia adalah pribadi yang unik dan dinamis dan tentu memiliki keunikan dalam kebutuhan-kebutuhan tertentu baik kebutuhan fisik biologis maupun kebutuhan psikologis untuk dipenuhi. Kedua kategori kebutuhan manusia ini berkaikan erat satu sama lain. Hal ini sejalan dengan penjelasan Abraham Maslow tentang hirarki kebutuhan manusia. Kebutuhan fisik-biologis harus terpenuhi lebih dahulu baru menyusul kebutuhan psikologis.

Kebutuhan-kebutuhan psikologis manusia seperti kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan cinta, kebutuhan akan harga diri dan kebutuhan akan aktualisasi diri, menurut deskripsi teori Konsistensi Transendensi Diri, sebenarnya berasal dari aspek bawa sadar manusia atau unconsciousness. Ada keinginan dari dalam diri atau disebut kebutuhan untuk merasa aman dan damai, merasa diterima dan dihargai, merasa diakui, merasa diperhatikan, dan sebagainya. Bila kebutuhan-kebutuhan psikologis ini

tidak terpenuhi maka ada perasaan-perasaan negatif yang akan mempengaruhi pribadi individu seperti marah, jengkel, apatis, dan lain-lain yang sangat mengganggu pribadi dan relasinya dengan dunia sekitar.

DAFTAR RUJUKAN

- Agudo, F. 1988. *Aku memilih Engkau*. Yogyakarta: Kanisius.
- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- American Psychiatric Association. 2000. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fourth Edition (DSM IV)*. Washintong, DC: APA.
- Chaplin, J.P. 1986. *Dictionary of Psychology*. New York: Dell Publishing.
- Corey, G. 2003. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Brooks/Cole Publishing Co.
- Komalasari, G., Wahyuni, & Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Oxford Advance Learner's Dictionary*. 2001. Oxford University Press.
- Prasetya, Mardi, F. 1992. *Psikologi Hidup Rohani 1*. Yogyakarta: Kanisius.
- Prasetya, Mardi, F. 1993. *Psikologi Hidup Rohani 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Surya, Mohamad. 2003. *Psikologi Konseling*. Bandung: CV Pustaka Bani Quraisy.