

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Tentang Perubahan

1. Pengertian Perubahan

Modifikasi yang dimaksud adalah mengarahkan pada tujuan-tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan. Menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) perubahan dapat di artikan sebagai keadaan yang berubah.¹ Jadi bisa kita definisikan bahwa perubahan adalah peralihan keadaan yang sebelumnya, perubahan tersebut tidak hanya berupa keadaan saja melainkan bisa berupa perubahan pola pikirserta perilaku suatu masyarakat.

Dalam buku Sosiologi Skematika dan Terapan dalam kehidupan masyarakat tersebut merupakan fenomena perubahan sosial yang wajar, oleh karena setiap manusia mempunyai kepentingan yang tak terbatas. Perubahan-perubahan akan nampak setelah tatanan sosial dan kehidupan masyarakat yang lama dapat dibandingkan dengan tatanan dan kehidupan masyarakat yang baru.² Menurut Selo Soemardjan dan Soelaiman Soemardi, bahwa perubahan-perubahan diluar bidang ekonom ini tidak dapat dihindarkan oleh karena setiap perubahan dalam suatu lembaga kemasyarakatan akan mengakibatkan pula perubahan-perubahan di dalam

¹Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *Perubahan*

²Abdulsyani, *Sosiologi, Skematika, Teori, Dan Terapan*. (Jakarta: PT.Bumi Aksara 2007), hlm. 55

lembaga-lembaga kemasyarakatan lainnya, oleh karena antara lembaga-lembaga kemasyarakatan tersebut selalu ada proses saling berpengaruh secara timbal balik.

Setiap perkembangan zaman tentunya perubahan juga akan terus terjadi, perubahan memiliki efek positif dan negatif. Perubahan yang positif adalah perubahan yang terjadi kearah kemajuan suatu keadaan namun perubahan yang negatif adalah perubahan kearah suatu yang merugikan. Perubahan merupakan sifat dasar dari masyarakat, ini mengubah metafor “kehidupan sosial” seperti kehidupan sosial itu sendiri. Kehidupan sosial meliputi perubahan yang tiada henti. Gagasan paling umum dari perubahan mengindikasikan beberapa peralihan dalam hal entitas tertentu yang terjadi dalam waktu tertentu.³

Perubahan dapat mencakup aspek yang sempit maupun yang luas. Aspek yang sempit dapat meliputi aspek perilaku dan pola pikir individu.⁴ Aspek yang luas dapat berupa perubahan dalam tingkat struktur masyarakat yang nantinya dapat memengaruhi perkembangan masyarakat dimasa yang akan datang.⁵

³ Akhmad Arif Imam Santoso, “*Pengaruh Nilai Tukar, Inflasi, Debt to Equity Ratio, Return on Asset dan Beta Saham Terhadap Return Saham*”, Studi Empiris Pada Perusahaan LQ-45 di Bursa Efek Indonesia, Jakarta 2011, hlm 30

⁴ Nanang Martono, *Sosiologi Perubahan Sosial: Perspektif Klasik, Modern, Posmodern dan Poskolonial*, (Perubahan Sosial sebagai Inti Studi Sosiologi, RajaGrafindo Persada Jakarta: 2012), hlm. 10

⁵ Tedy Heryansyah, “*Perubahan Sosial*”, BAB II PDF : *Pengertian Perubahan*, Vol. 11, 21 November 2017, hlm. 11-12

2. Faktor-Faktor Perubahan

Perubahan dapat mencakup aspek yang sempit maupun yang luas. Aspek yang sempit dapat meliputi aspek perilaku dan pola pikir individu. Aspek yang luas dapat berupa perubahan dalam tingkat struktur masyarakat yang nantinya dapat memengaruhi perkembangan masyarakat dimasa yang akan datang. Terjadinya perubahan tersebut disebabkan oleh dua faktor yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor penyebab perubahan yang terjadi dari dalam diri manusia yang timbul karena adanya dorongan dari dalam diri manusia tersebut untuk melakukan perubahan pada dirinya dan lingkungannya. Faktor internal dapat terjadi jika adanya dorongan atau motivasi untuk melakukan suatu perubahan, perubahan yang terjadi dapat berupa bentuk, sikap maupun situasi.

b. Faktor Eksternal

Faktor penyebab perubahan yang terjadi dari luar diri manusia. faktor tersebut dapat disebabkan karena faktor keluarga, masyarakat dan lingkungan.

Dari beberapa pendapat ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa perubahan merupakan satu wujud nyata dari kehidupan yang mampu mendorong atau memotivasi seseorang untuk merubah sesuatu menjadi berbeda dari sebelumnya melalui sebuah proses yang dapat terjadi dimana saja dan kapan saja. Perubahan dapat membuat seseorang mampu

menciptakan atau merubah sesuatu sesuai dengan tuntutan situasi dan kondisi keluarga, lingkungan dan masyarakat setempat.⁶

3. Perubahan dalam Sosial

Dalam konteks perubahan sosial dapat diartikan sebagai sebuah proses perubahan serta adanya interdependensi dan interaksi, yang terjadi baik antara anggota kelompok ataupun anggota dari suatu kelompok dengan kelompok lainnya. Berikut ini beberapa faktor perubahan sosial:

a. Bertambah atau Berkurangnya Interaksi Sosial

Bertambahnya interaksi dengan lawan bicara sangat cepat karna dunia semakin modern dan semakin pesatnya alat komunikasi modern pada dewasa ini dapat menambah interaksi sosial, dengan seperti itu individu mudah berubah atas berperilaku sebagaimana idividu bergaul dengan seseorang. Sedangkan berkurangnya interaksi ketika individu hanya berkuat pada alat canggihnya dan tidak peduli dengan kondisi sosial sekitarnya, dengan begitu individu berubah menjadi individu heterogen.

b. Penemuan-Penemuan Baru

Dalam proses perubahan individu pada jangka waktu yang tidak terlalu lama adalah inovasi. Dengan demikian individu mempelajari suatu hal entah untuk diri sendiri atau lingkungannya. Dengan cara seperti itu maka perlahan akan mengubah cara pandang bahkan pemikirannya.

⁶Nanang Martono, *Sosiologi Perubahan Sosial: Perspektif Klasik, Modern, Posmodern dan Poskolonial*, (Faktor Penyebab Perubahan Sosial, RajaGrafindo Persada Jakarta: 2012), hlm.

c. Pertentangan

Dalam kehidupan kemungkinan besar selalu ada konflik dimanapun kita berinteraksi dengan seseorang dalam melakukan kegiatan yang digunakan untuk mencapai tujuannya.

d. Terjadi Pemberontakan dalam Tubuh

Perubahan terdapat pada prinsip individu dalam mempertahankan pendapatnya ketika tidak setuju dalam pendapat individu lain. Karna individu ada kalanya ia merasa pendapatnya benar.⁷

4. Tujuan Perubahan Perilaku

Tujuan akhir dari proses konseling adalah perubahan tingkah laku kearah yang lebih positif dan konstruktif. Seorang klien yang datang dengan kondisi psikologis tidak stabil, cenderung bersifat destruktif. Kondisi psikologis yang buruk menyebabkan cara berfikirnya pun irasional. Selanjutnya, manifestasi dari fikiran irasional menyebabkan tingkah laku yang irasional pula. Maka, di sinilah, seorang konselor atau terapis berperan mengubah tingkah laku irasional menjadi rasional kembali.

Perubahan tingkah laku bukan hanya menghafal dan mengingat. Namun, perubahan tersebut merupakan proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri subyek. Perubahan sebagai hasil dari proses perubahan tingkah laku dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk, seperti perubahan pengetahuan, pemahaman dan sikapnya. Selain itu, perubahan

⁷Tedy Heryansyah, "Perubahan Sosial", BAB II PDF : *Pengertian Perubahan*, Vol. 11, 21 November 2017, hlm. 12-13

juga tampak dalam tingkah laku keterampilan, kecakapannya, kemampuan, daya reaksi dan daya penerimaan yang bersangkutan.⁸

5. Tahap-Tahap Proses Perubahan

Perubahan merupakan pola adaptasi ketika berada dalam kondisi negatif maupun positif, namun pola perubahan positif tersebut harus melalui beberapa tahap. Asesmen observasional biasanya difokuskan pada keadaan di tempat ini, saat ini. Dalam penelitian ini saya menggunakan proses modifikasi perilaku ABC Observasi.

a. *Antecedent* (Anteseden)

Yaitu kondisi dimana mempertimbangkan perilaku individu yang tampak saat ini, apa yang terjadi sebelum perilaku itu berubah.

b. *Behaviour* (Perilaku)

Pada tahapan ini individu dapat meraih atau tidak dapat mengembalikan fungsi psikis dan emosi setelah kondisi perubahan perilaku. Efek dari pengalaman perilaku yang tak ingin diulangnya.

c. *Consequence* (Konsekuensi)

Kondisi individu mampu mendapatkan konsekuensi setelah apa yang dialaminya setelah terapi, walaupun masih menyisihkan efek dari perilaku negatif yang sebelumnya dialami.⁹

⁸V. Mark Durand-David H. Barlow, *Intisari Psikologi Abnormal Edisi Keempat*, (ABC Observasi, Pustaka Pelajar Yogyakarta : 2006), hlm. 100

⁹Farid Mashudi, *Psikologi Konseling: Buku Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling*, (Konseling Untuk Perubahan Perilaku, IRCiSoD Jogjakarta : 2014), hlm. 53

B. Kajian tentang *Ego State*

1. Pengertian *Ego State*

Dalam hipnoterapi ada sangat banyak teknik intervensi klinis yang bisa digunakan untuk membantu klien mengatasi masalah mereka. Dari sekian banyak teknik, salah satunya yang sangat efektif adalah *ego state therapy*. *Ego state* sebenarnya adalah bagian dari diri kita yang aktif atau mengendalikan diri kita pada suatu saat tertentu.

Ego state, menurut Watkins dan Watkins, adalah sebuah sistem perilaku dan pengalaman yang terorganisir yang elemen-elemennya saling terhubung melalui beberapa prinsip yang sama tetapi saling dipisahkan oleh batas-batas yang dapat ditembus (*permeabilitas*) hingga derajat kedalaman dan fleksibilitas tertentu.

Ada berapa banyak *ego state* dalam diri kita. Tetapi tak ada satupun pakar yang bisa menentukan secara pasti. Ini juga bergantung pada teori masing-masing pakar itu. *Transactional Analysis* (TA) yang dikembangkan oleh Eric Berne mengatakan dalam diri kita ada lima "diri". *gestalt therapy*, yang dikembangkan oleh Frederick Perls berdasar *psychodrama*-nya Jacob Moreno, tidak menetapkan suatu jumlah tertentu. *Voice dialogue* dan *Psychosynthesis* mengatakan kita punya banyak "diri". Carl Jung juga mengatakan hal yang sama, tidak diketahui secara pasti ada berapa banyak "diri" dalam diri kita.

Namun untuk lebih mudah memahami maka saya akan mengutip apa yang dikatakan oleh Rowan. Menurut Rowan kita punya antara empat

sampai sembilan "diri" atau "bagian" yang masing-masing adalah tema besar yang menaungi "sub-diri". Masing-masing "diri" mempunyai kehidupan, fungsi, kepribadian dan tugas masing-masing. Mereka saling terhubung antara satu dengan yang lain.¹⁰

2. Sifat dan Fungsi *Ego State*

Ego state yang berfungsi normal, non-patologis, mempunyai peran yang konstruktif demi kemajuan *ego state* lain dan juga si individu. Selain *ego state* yang bekerja dan berfungsi normal, juga ada yang bersifat patologis yang dikenal dengan *ego state* yang bersifat *vaded*, *retro-functioning*, *conflicting* dan *malevolent*.

Vaded ego state adalah *ego state* yang tidak bisa lagi menjalankan fungsi mereka yang seharusnya karena mengalami trauma atau pengalaman yang negatif. Saat *ego state* jenis ini tampil dan aktif atau *executive* maka individu akan mengalami kembali emosi negatif yang berhubungan dengan trauma. Kondisi ini yang oleh Freud disebut dengan situational neurosis. *Vaded ego state* tidak selalu tampil dan aktif. Untuk bisa membuatnya berfungsi normal kembali maka *ego state* ini harus dibuat tampil dan aktif sehingga emosi yang berhubungan dengan trauma yang ia alami dapat diproses tuntas.

Retro-functioning ego state adalah *ego state* yang menjalankan peran lama yang bertentangan dengan *ego state* lainnya atau tidak mendukung

¹⁰Adi W. Gunawan, "Memahami *Ego State*", Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00.
<http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

kemajuan individu. *Ego state* jenis ini antara lain menampilkan simtom berupa kemarahan yang tidak terkendali, kebiasaan berbohong yang kronis, atau berbagai gejala psikosomatis. Untuk mengatasi hal ini bisa dilakukan negosiasi sehingga *Retro-functioning ego state* bersedia menjalankan peran baru yang lebih positif dan konstruktif. *Ego state* bisa bersifat *vaded* dan *retro-functioning*.

Conflicting ego state mempunyai tujuan yang positif bagi individu namun mengalami konflik kepentingan dan tujuan dengan *ego state* lainnya. Contoh seseorang mengalami *conflicting ego state* adalah saat ia ingin melakukan sesuatu tetapi mendapat pertentangan dari dalam dirinya. Misalnya seseorang ingin berhenti merokok namun tidak bisa karena ada bagian dari dirinya yang sangat suka merokok. Dalam hal ini terdapat dua *ego state* yang saling bertentangan. Konflik ini juga bisa muncul saat seseorang ingin diet namun tidak bisa menahan keinginan makannya.

Malevolent ego state adalah *ego state* yang bersifat keras, ganas dan bahkan bisa sangat kejam, baik terhadap *ego state* lain, diri individu, maupun orang lain. *Ego state* jenis ini yang biasanya membuat seseorang memukul atau menyiksa dirinya sendiri, bahkan bisa sampai mengakibat seseorang melakukan tindakan bunuh diri.

Dalam konteks terapi *Malevolent ego state* adalah jenis *ego state* yang paling sulit untuk bisa diajak berkomunikasi, negosiasi, bekerja sama, atau ditundukkan. *Ego state* ini jugalah yang selalu menghambat dan menghalangi proses terapi. Teknik terapi konvensional yang hanya

mengandalkan pemberian sugesti pada klien tidak akan bisa berhasil selama *ego state* ini belum berhasil ditundukkan.¹¹

3. Gender dan Usia dari *Ego State*

Ego state umumnya tercipta saat seseorang masih kecil atau di usia muda. Namun dalam diri klien juga bisa ditemukan *ego state* janin, bayi, anak kecil, remaja, dewasa, atau orang tua. *Ego state* juga mempunyai jenis kelamin pria dan wanita.

Ego state ini bisa ada dalam diri baik klien pria maupun wanita. Dengan kata lain, dalam diri seorang wanita bisa ada *ego state* berjenis kelamin baik pria maupun wanita, mulai yang usia muda hingga yang tua. Demikian juga dalam diri seorang pria.

Masing-masing *ego state* biasanya mempunyai nama atau panggilan yang digunakan untuk berkomunikasi baik dengan sesama *ego state*, dalam bentuk komunikasi internal, maupun dengan pihak luar melalui komunikasi eksternal.¹²

C. Kajian tentang Individu

1. Pengertian Individu

Individu berasal dari kata Yunani yaitu “*individium*” yang artinya “tidak terbagi”. Dalam ilmu sosial paham individu, menyangkut tabiat

¹¹ Adi W. Gunawan, “*Ego State Berdasar Sifat dan Fungsinya*”, Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00.
<http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

¹² *Ibid.* <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

dengan kehidupan dan jiwa yang majemuk, memegang peranan dalam pergaulan hidup manusia. Individu merupakan kesatuan yang terbatas yaitu sebagai manusia perseorangan bukan sebagai manusia keseluruhan. Maka dapat disimpulkan bahwa individu adalah manusia yang memiliki peranan khas atau spesifik dalam kepribadiannya. Dan terdapat tiga aspek dalam individu yaitu aspek organik jasmaniah, aspek psikis rohaniah, dan aspek sosial. Dimana aspek aspek tersebut saling berhubungan. Apabila salah satu rusak maka akan merusak aspek lainnya.

Jika pola tingkah lakunya hampir identik dengan tingkah laku massa yang bersangkutan. Proses yang meningkatkan ciri-ciri individualitas pada seseorang sampai pada dirinya sendiri, disebut proses individualisasi atau aktualisasi diri. Dalam proses ini maka individu terbebani berbagai peranan yang berasal dari kondisi kebersamaan hidup, yang akhirnya muncul suatu kelompok yang akan menentukan kemantapan satu masyarakat. Individu dalam tingkah laku menurut pola pribadinya ada tiga kemungkinan: pertama menyimpang dari norma kolektif kehilangan individualitasnya. Kedua takluk terhadap kolektif, dan ketiga mempengaruhi masyarakat.¹³ Dengan demikian manusia merupakan makhluk individual tidak hanya dalam arti keseluruhan jiwa-raga, tetapi merupakan pribadi yang khas, menurut corak kepribadiannya dan kecakapannya.

¹³ Arnican-H. Hartomo, *Ilmu Sosial Dasar*, (Individu, Keluarga dan Masyarakat, Bumi Aksara Jakarta: 2004), hlm. 64

2. Peran Individu terhadap Sosial

Individu mempunyai ciri-ciri memiliki suatu pikiran dan diri. Dimana individu sanggup menetapkan kenyataan, interpretasi situasi, menetapkan aksi dari luar dan dalam dirinya. Dapat diartikan sebagai proses komunikasi individu dalam berinteraksi dan berhubungan. Individu tidak akan jelas identitasnya tanpa adanya suatu masyarakat yang menjadi latar individu tersebut ditandai dengan dimana individu tersebut berusaha menempatkan perilaku pada dirinya sesuai dengan norma dan kebudayaan lingkungan tersebut, seperti di Indonesia individunya menjunjung tinggi perilaku sopan santun, serta beretika dalam bersosialisasi.

Individu selalu berada didalam kelompok, peranan kelompok tersebut adalah untuk mematangkan individu tersebut menjadi seorang pribadi. Dimana prosesnya tergantung terhadap kelompok dan lingkungan dapat menjadi faktor pendukung proses juga dapat menjadi penghambat proses menjadi suatu pribadi. Faktor pendukung dan faktor penghambat juga dapat berdasarkan individu itu sendiri.

3. Hubungan Individu terhadap Sosial

Individu dalam pengertian sosiologi, adalah subyek yang melakukan sesuatu, memiliki pikiran, memiliki kehendak, memiliki kebebasan, subyek yang memberi arti *meaning* pada sesuatu, yang mampu menilai tindakan dan hasil tindakannya sendiri. Singkatnya individu adalah subyek yang bertindak. Sedangkan menurut Peter, L. Berger mendefinisikan masyarakat sebagai berikut: Masyarakat merupakan suatu keseluruhan

komplek hubungan manusia yang luas sifatnya. Ketika anda sedang surplus uang dan kebetulan melewati perempatan jalan yang dihuni para pengemis, Inilah contoh penjabaran dari relasi individu dan masyarakat. Individu tidak akan bisa melepas diri dari hal seputar masyarakat. Sebebas apapun manusia berbuat, akan terkoneksi dengan sistem masyarakat yang berlaku. Bahkan, dinegara Paman Sam sekalipun, Amerika Serikat, yang menganut liberalisme ekstrem.

Relasi Individu dan masyarakat sudah terpikir di masa lampau. Manusia pada dasarnya adalah *homo social* yang butuh interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Namun, ada juga pendapat lain yang menyebut manusia *homo ludens*, makhluk yang senang bermain main. Semuanya tertuju pada relasi individu dan masyarakat. Sejatinya, individu dan masyarakat bukan dua hal yang saling bertentangan, melainkan justru saling melengkapi.¹⁴

4. Peran Individu dalam Sosial

Sistem di semua Negara di dunia, hubungan interaksi masyarakat akan dipengaruhi oleh budaya, nilai serta *tata krama* yang berlaku di komunitas tersebut. Semuanya membentuk sebuah sistem yang menunjukkan *do's and don't* bagi individu di sekelilingnya. Apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan.

¹⁴Gita Saputri, "*Pengertian Individu*", Individu, 12 Desember 2013. Diakses pada tanggal 01 Juni 2018 pada pukul 17:35. <https://gitaasaputri.wordpress.com/2013/12/12/pengertian-individu/>

a. Liberalisme

Individu bisa lebih otonom, independen dan berkuasa. Individu tidak terlalu dibebani seputar masyarakat karena memang pada dasarnya masyarakat tidak peduli apa yang dilakukan individu tersebut.

b. Moderat

Bentuk kombinasi atau perpaduan dari liberalisme dan komunisme. Moderat berarti tidak membuang hak individu untuk bergerak, namun juga tidak melepaskannya dari sistem kemasyarakatan Singkatnya, ini ialah bentuk kompromi.

c. Komunisme

Populer dikalangan penganut komunisme ialah “*what you get is what you give*”. Apa yang kamu dapatkan adalah apa yang kamu berikan. Sistem ini hamper tidak memberi individu ruang untuk leluasa mengoptimalkan perannya sebagai manusia yang otonom. Sebaliknya justru asas kolektif kolegal cenderung jadi rujukan.¹⁵

5. Pengertian Individu dalam Dunia Sufi

Dalam psikologi sufi diri adalah salah satu aspek psikis yang pertama sebagai musuh terburuk kita. Namun, ia dapat tumbuh menjadi alat yang tak terhingga nilainya. Tingkat terendah adalah *nafs tirani*. Ia adalah seluruh kekuatan dalam diri yang menjauhkan kita dari jalan spiritual. Kekuatan-kekuatan ini mengakibatkan rasa sakit dan penderitaan

¹⁵Gita Saputri, “*Pengertian Individu*”, Individu, 12 Desember 2013. Diakses pada tanggal 01 Juni 2018 pada pukul 17:35. <https://gitaasaputri.wordpress.com/2013/12/12/pengertian-individu/>

yang dahsyat serta mendorong kita untuk menyakiti orang-orang yang kita cintai.

رَحِيمٌ غَفُورٌ رَبِّبَانٌ رَبِّبَرِّبِيرٍ حَمَمًا إِلَّا بِالسُّوءِ لِأَمَارَةِ النَّفْسِ أَنْتَفِسِيًّا بُرُّوَمَا

“Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang”.(Q.S. Yusuf [12]: 53)

Jiwa yang menyuruh kita kepada kejahatan disebut *nafs tirani*, karena kecenderungan yang negatif ini dapat mendominasi kehidupan kita layaknya seorang tiran yang memiliki kekuasaan *absolute*. Pada akaryaterdapat dorongan-dorongan egoitis yang kerap sangat tidak disadari. Banyak psikolog, filsuf dan pakar sifat dasar manusia dari Barat, yang masih berada dibawah *nafs tirani*, cenderung menandang normal kondisi ini. Menurut psikologisufi, *nafs tirani* adalah akar dari distorsi pemikiran dan pemahaman, serta sumber bahaya yang terbesar bagi diri kita sendiri maupun orang lain. Tasawuf menyediakan metode yang memadai dan efektif untuk memahami dan mentransformasi *nafs tirani*. Metode ini termasuk observasi diri, disiplin diri dan melihat diri sendiri dalam diri orang lain.

Di sisi lain, tingkat tertinggi *nafs* dikenal sebagai *nafs* yang suci. Pada tingkat ini, kepribadian bagaikan Kristal murni dan sempurna yang memantulkan cahaya Ilahi, hampir tanpa cacat maupun penyimpangan. Transformasi akhir *nafs* ini adalah pencapaian yang sangat langka, yang

hanya dapat ditemukan pada diri para Nabi dan orang suci lainnya. rujukan.¹⁶

D. Kajian tentang Kepribadian Ganda

1. Pengertian Kepribadian

Personality (kepribadian) ditinjau dari sudut etimologi, berasal dari kata *persona* yang artinya topeng (*mask*). Topeng tersebut dahulu selalu dikenakan oleh pemain sandiwara, drama bangsa Yunani dan Romawi mempunyai persamaan kata *prasapon* dari bahasa Yunani. Para ahli mengungkapkan kata *persona* sebetulnya langsung dari kata *prasapon*. Terdapat kata-kata *perisoma* (*around the body*) dan *persun* (*head or face*). Sebagian para ahli menganggap bahwa beberapa kata tersebut berasal dari bahasa Latin, yaitu dari kata *per-seuna* (*self containing*).¹⁷

Beberapa pendapat menurut para ahli mengenai asal-usul kata *personality* banyak dan beraneka macam. Di antara sekian banyak pendapat tersebut, pendapat terbanyak menyatakan bahwa kata *persona* berasal dari bahasa Latin, yaitu dari kata *per-sonare* (*to sound though*). Arti dari kata *per-sonare* yang tepat adalah topeng. Pernyataan tersebut di atas semakin diperjelas dengan dibuatnya rincian pengertian tentang *persona*, yaitu pedwujudan lahiriah dari seseorang meski belum tentu menggambarkan keadaan sebenarnya. Hal ini sangat berkaitan dengan

¹⁶Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi : Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, (Konsep Dasar Psikologi Sufi, Zaman Jakarta : 2014), hlm. 33

¹⁷Purwa Atmaja Prawira, *Pengertian Personality*, (Psikologi Kepribadian Dengan Perspektif Baru Ar-Ruzz Media Press Jogjakarta : 2014), hlm. 26

pengertian *topeng*. Selain itu, *persona* memiliki peranan penting bagi dalam kehidupan individu. Kualitas *psychis* pembawaan individu dalam kehidupannya merupakan kekhususan martabat dari individu, dalam gaya hidupnya.

Dari pemaparan diatas dapat membuat kesimpulan bahwa *personality*, yaitu perwujudan lahiriah dan bukan keadaan pribadi yang sebenarnya ; merupakan sifat khusus yang dimiliki seseorang. Pengertian suatu prestise dan martabat. *Personality* dapat diartikan sebagai suatu warga negara yang bebas (bukan budak). Dalam bahasa Latin klasik arti *personality*, wakil yang mewakili suatu kelompok. Istilah bahasa Latin lain, yaitu *persona non grata* yang artinya suatu tindakan “tidak mengakui” atau “tidak menyukai” pemerintahan. Istilah *person* (*anglo-saxon persoun*) dipakai dalam kalangan religi. *Personality* dan martabat diistilahkan dengan *personages*. Beberapa pengertian tentang *personality* tersebut, dalam tata bahasa *person in grammar* yang digunakan untuk membedakan pengertian *persona* yang di pakai dalam sandiwara dengan istilah yang digunakan untuk tata bahasa dan peranannya dalam sintaksis.¹⁸

2. Pengertian Kepribadian Ganda

Kata *personality* untuk memberikan pengertian tentang kepribadian tidaklah mutlak. Artinya, di kalangan ilmiah untuk menjelaskan kepribadian manusia dengan segala seluk-beluknya tak selalu dengan kata

¹⁸*Ibid*, hlm 27.

tersebut, tetapi juga dengan kata-kata lain yang sepadan dengan arti atau makna *personality*.

Personality (kepribadian) itu sendiri merupakan penggambaran tingkah laku secara deskriptif tanpa member nilai (*devaluation*). Di antar kata-kata yang mempunyai arti yang mmendekati kata *personality*, yaitu *temperament* (temperamen) adalah kepribadian yang berkaitan erat dengan determinan biologi atau fisiologi, disposisi hereditas. *Character* (karakter) adalah penggambaran tingkah laku dengan menonjolkan nilai (benar-salah, baik-buruk), baik secara *implicite* maupun *explicite*. *Disposition* (watak) adalah karakter yang telah lama dimiliki dan sampai sekarang belum berubah. *Type-attribute* (ciri), mirip dengan sifat, tetapi dalam kelompok stimuli yang llebih terbatas. *Traits* (sifat), yaitu respons yang senada terhadap sekelompok stimuli yang mirip, berlangsung dalam kurun waktu yang relative lama dan *habit* (kebiasaan) adala respons yang sama cenderung berulang untuk stimulus yang sama pula.¹⁹

3. *Ego Personality* dalam Dunia Sufi

Cakupan ruh manusia dalam psikologi sufi yang didasari oleh prinsip evolusi. Ruh memiliki tujuh aspek dimensi : mineral, nabati, hewani, pribadi, insani dan rahasia serta maharahasia. Setiap diri kita memiliki tujuh tingkat kesadaran. Tasawuf bertujuan agar ketujuh tingkat kesadaran ini dapat bekerja secara seimbang dan selaras.

¹⁹Purwa Atmaja Prawira, *Pengertian Personality*, (Istilah-Istilah Sepadan dengan *Personality*, Ar-Ruzz Media Press Jogjakarta : 2014), hlm. 39-40

Banyak sistem psikologi dan spiritual yang hanya menekan-nekan kepada fungsi satu atau dua tingkat kesadaran tersebut. Dalam tasawuf, keseimbangan emosi dan hubungan yang sehat dan menyehatkan adalah sama pentingnya dengan kesehatan spiritual dan jasmani. Tujuannya adalah hidup sepenuhnya di dunia tanpa merasa terikat kepadanya atau melupakan sifat dasar dan tujuan spiritual kita.

Tasawuf memberikan sebuah pendekatan yang sangat *holistic* terhadap psikologi spiritual, sehingga jiwa menghindari bahaya model yang linear dan hirarkial, yang banyak ditemukan di berbagai sistem spiritual, model yang telah digunakan untuk membenarkan penindasan terhadap kaum wanita dan kaum minoritas. Dalam tasawuf, sama sekali tidak ada pembedaan terhadap kaum pria dan wanita atau antara rasa tau kebangsaan yang berbeda

Model ini mengintegrasikan fisik, psikis dan spiritual. Aspek fisik kehidupan kita ditopang oleh kearifan mineral, nabati dan hewani yang telah ada sejak dahulu kala. Fungsi psikis kita berakar dari ruh pribadi, yang terletak pada otak dan merupakan tempat bernaungnya ego kecerdasan. Alam spiritual kita adalah lompatan kualitatif melampaui fisik dan psikis (keduanya berakar di dalam jasmani dan wujud materi kita). Ruh insani, jiwa rahasia dan yang maharahasial, berada dalam hati spiritual nonmateri, Ruh insani adalah tempat kasih sayang dan kreativitas, Ruh

rahasia adalah tempat dzikir terhadap Tuhan, Ruh maharahasia adalah yang tak terbatas, percikan Ilahiah dalam diri kita.²⁰

E. *Smith Therapy*

Menurut kamus bahasa Inggris kata *smith* yang berarti penempa.²¹ Kata terapi berasal dari bahasa Yunani “θεραπεία” berarti *treatment*, yang berarti sebagai perawatan atau pengobatan.²² Dalam dunia medis, kata terapi dijabarkan sebagai tindakan remediasi kesehatan yang mengacu pada diagnosis (pemeriksaan). Selain itu terapi juga diartikan sebagai usaha untuk memulihkan kondisi tubuh seseorang yang sakit. Terapi ini biasanya diawali dengan mempelajari gejala yang muncul, melakukan diagnosis, mengobati penyakitnya dan melakukan perawatan hingga kondisi kesehatan pasien kembali seperti semula. Orang yang biasa melakukan terapi disebut sebagai terapis.

Fenomena kepribadian ganda studi kasus yang terjadi dalam masyarakat dari masa ke masa. Harapan penulis semoga kedepannya *Smith Therapy* dapat menjadi terapi tempaan bagi sebagian orang, khususnya penderita individu berkepribadian ganda. Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengkaji lebih rinci dan mendetail mengenai bagaimana upaya perubahan *ego state study* Individu berkepribadian ganda untuk terapi sebagai tempaan bagi penderita tersebut:

²⁰Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi : Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, (Konsep Dasar Psikologi Sufi, Zaman Jakarta : 2014), hlm. 35

²¹Kodelokus, *Kamusku (English – Indonesian Dictionary)*, Arti Kata *Smith*, 1.0.0.1

²²Kodelokus, *Kamusku (English – Indonesian Dictionary)*, Arti Kata *Treatment*, 1.0.0.1

1. *Sedona Method Therapy*

Lester Levenson seorang wirausahawan sukses dan pakar fisika. Pada tahun 1952, di usianya yang ke-42, ia menderita berbagai macam penyakit fisik dan psikologis. Kesuksesan karir dan finansial tidak membuatnya bahagia. Ia menderita depresi berat, sakit ginjal, lever membangkakan, hyperacidity, dan beberapa komplikasi parah lainnya. Satu hari dokter yang menanganinya menyerah dan mempersilahkan dia pulang untuk menanti malaikat penjemput kematian dengan damai di apartementnya.

Lester Levenson memutuskan untuk kembali ke laboratoriumnya dan mencari jalan keluar atas masalah yang tengah dihadapinya. Dia melakukan refleksi dan akhirnya menemukan cara untuk "pasrah" melampaui segala keterbatasan diri, *to letting go of all any inner limitation*. Selama 3 bulan mempraktikan metode "pasrah" ini. Secara ajaib semua penyakitnya sembuh, bahkan memasuki kondisi kedamaian hati dan kebahagiaan yang terus ia rasakan hingga akhir hayatnya, 18 Januari 1994. (40 tahun setelah vonis dokter).

Metode "pasrah" ini sekarang diajarkan oleh murid setianya, Hale Dwoskin dan dinamai "The sedona Method" (Sedona adalah nama kota kecil di Amerika, tempat Lester Levinson dan Hale Dwoskin mengajarkan teknik ini). Sampai saat ini sudah ratusan ribu orang telah memetik manfaat dari *Sedona Method* dan efektifitasnya telah diakui oleh para ahli

dan dibuktikan oleh beberapa penelitian, salah satunya dilakukan oleh lembaga penelitian terkemuka, Harvard Medical School.²³

2. Ibadah Sebagai Terapi Sufi

Psikologi sufi tentang hati adalah psikologi spiritual yang sangat dalam. Ia tidak mengabaikan kecenderungan negatif yang kita miliki, tapi menempatkan pada tempatnya.²⁴ Dalam Islam kita diwajibkan untuk beribadah diantara lain ada beberapa ibadah yang bisa di tunaikan dan sebagai terapi spiritual yang wajib maupun sunnah.

Puasa, praktik tradisional tersebut dalam tasawuf adalah menahan diri dari segala macam makanan, minuman serta aktivitas seksual dari subuh hingga maghrib. Berniatlah puasa pada hari yang akan tiba, semata karna Tuhan, dan bahwa kau telah memilih latihan diri ini dengan sungguh-sungguh, bukan untuk menurunkan berat badan ataupun untuk alasan-alasan duniawi, tetapi untuk meraih ridho Tuhan. Cobalah praktik ini selama seminggu. Setiap hari bangunlah sebelum subuh untuk makan sahur dan rasakan manfaatnya.²⁵

Sholat, adalah salah satu pilar dalam tasawuf terlebih sholat fardhu. Gerakan sembahyang ini sudah turun temurun dari Nabi Muhammad SAW. Sholat fardhu diyakini memberi kesempatan untuk datang langsung ke hadirat Tuhan dan layak nya berbicara langsung dengan Tuhan. Dalam

²³Hale Dwoskin, “*Sedona Method Course*”, *Effortless Wealth and Success, Effortless Relationships, Effortless Health and Well-being*, hlm 20-21

²⁴Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi : Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, (Konsep Dasar Psikologi Sufi, Zaman Jakarta : 2014), hlm. 83

²⁵*Ibid*, hlm. 268

sholat ada beberapa tatanan agar sholat dapat dihukumi sah seperti bersuci, niat setelah itu dapat dirikan sholat di tempat yang sudah terjamin kesuciannya. Selain itu pakaian yang digunakan sholat harus terjamin kesuciannya dan menutup aurat seperti aturan tersebut kaum pria harus tertutup dari pusar sampai dengan lutut dan kaum wanita tertutup dari ujung rambut hingga ujung kaki terkecuali wajah dan kedua telapak tangan.²⁶

Dzikir, adalah mengingat, merujuk kembali pada apa yang telah kita ketahui. Berdzikir suatu hal untuk menyingkap pengetahuan, kekuatan dan keindahan percikan Tuhan dalam diri kita. Pengulangan kalimat tauhid dalam praktik dzikir seperti لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ. Kalimat ini secara literal ber makna “tiada Tuhan, yang ada hanyalah Tuhan”. Dapat ditafsirkan bahwa tiada sesuatupun yang bernilai yang bernilai untuk disembah selain Tuhan. Dzikir tak hanya orang muslim yang mengamalkannya tetapi agama lainpun juga mengamalkan sesuai dengan keyakinan pedomannya. Sebaiknya amalkan dzikir setelah sholat fardhu lebih baik.²⁷

3. *SEFT Therapy*

Terlahirnya *Spiritual Emotion Freedom Technique* (SEFT) diperkenalkan oleh Ahmad Faiz Zainuddin. SEFT adalah metode baru untuk melengkapi alat psikoterapi yang sudah ada. Teknik terapi dalam SEFT sangat efektif dan powerful karna dapat menggabungkan sistem

²⁶Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi : Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, (Konsep Dasar Psikologi Sufi, Zaman Jakarta : 2014), hlm. 272

²⁷*Ibid*, hlm. 274

energi tubuh dan terapi spiritual dengan metode tapping pada 18 titik kunci sepanjang 12 jalur energi tubuh.

Terapi SEFT adalah terapi penyempurnaan terapi EFT yang lebih dulu dikenal oleh konselor Singapura, Ritta Haq dan Rodney Woulfe yang sudah menggunakan terapi EFT dalam praktik mereka selama 3 tahun dalam praktek konselernya. Begitu pula dengan Niale Mcloughlin seorang *corporate trainer* senior yang telah mempraktekan energi psikologi dari delapan tahun.

Selain energi psikologi, Efektifnya SEFT tidak terlepas dari energi spiritual, dimana do'a dan spiritualitas terbukti secara ilmiah memiliki kekuatan yang sama besar dengan pengobatan dan pembedahan. Penelitian ini dilakukan oleh Dr. Larry Dossey MD, seorang dokter ahli penyakit yang melakukan penelitian ekstensif tentang efek do'a terhadap kesembuhan pasien. Selain itu ada sekitar 500 penelitian tentang do'a yang diidentifikasi oleh Office of Prayer Research (USA).²⁸

4. *Healing Words*

Dr. Larry Dossey, PhD seorang peneliti sekaligus profesor ternama di New York. Pada tahun 1993 Dr. Dossey menerbitkan buku yang berjudul *Healing Words* yang mana akan menjadi buku pertama. Dalam buku tersebut Dr. Dossey menyatukan bukti berdo'a atau memohon pada

²⁸ Muthmainnah Zakiyyah, Pengaruh terapi *spiritual emosional freedom technique (SEFT)*, Jurnal Sain Med, Vol. 5. No. 2 Desember 2013: 66-71

Tuhan dengan cara yang masuk akal dan dapat diterima semua orang khususnya.²⁹

Dari sinilah banyak orang yang mendiskusikan tentang kualitas studi klinis teori berdo'a sebagaimana yang tertulis pada buku Dr. Dossey. Nilai yang mengagumkan adalah dari studi tersebut tidak melihat orang sebagai subjek, tetapi ada sesuatu yang sangat mengesankan yaitu efek dari do'a atau niat penyembuhan bukan pada orang tetapi pada benda mati seperti reaksi kimia dalam tabung reaksi. Bahkan mereka juga melihat efek intensionalitas dan upaya penyembuhan pada bakteri jamur di tabung reaksi. Selanjutnya penyembuhan luka bedah pada hewan dan tingkat pertumbuhan tumor pada hewan.

Dr. Dossey sangat terkesan karna studi ini bermanfaat dan memintas tanggapan plasebo dan berkeliling sebagian besar keberatan yang suka ditentang oleh para kritikus terhadap bidang ini. Upaya ini adalah bentuk *mem-bypass* efek sugesti dan harapan serta pemikiran positif.³⁰

F. Paradiqma Penelitian

Fenomena kepribadian ganda study kasus yang terjadi dalam masyarakat dari masa ke masa. Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengkaji lebih rinci dan mendetail mengenai bagaimana upaya perubahan *ego state study* Individu berkepribadian ganda.

²⁹ Ruth Buczynski, PhD & Larry Dossey, PhD, *Healing Words: Why Prayer Is Good Medicine*, The National Institute for the Clinical Application of Behavioral Medicine, www.nicabm.com, The Evidence for Prayer, hlm. 07

³⁰ *Ibid*, hlm. 08

G. Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh Gunawan dalam artikel “Memahami *Ego State*”,³¹ bertujuan untuk mengetahui tentang *ego state*. Fenomena yang terjadi di dalam masyarakat dengan menggunakan teknik intervensi klinis (hipnoterapi) yang bisa digunakan untuk membantu klien mengatasi masalah mereka. Dari sekian banyak teknik, salah satunya yang sangat efektif adalah *ego state therapy*, salah satu terapi yang dilakukan pada individu *ego state*. Metode yang digunakan adalah *transactional analysis* penelitian pada kasus klien *ego state* dengan mengembangkan *gestalt therapy*, *psychodrama* dan *psychosynthesis*. Hasil dari penelitian *ego state* telah sesuai dengan standart yang di terapkan dari segi terapi dan fasilitas penyembuhan tersebut.

Bedanya penelitian diatas dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang *ego state* namun bedanya pada penelitian ini meneliti tentang fenomena *ego state* dikalangan pelajar atau mahasiswa yang mereka mulai menyadari adanya *ego state* dalam pribadinya.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ma’ani,³² bertujuan untuk mengetahui “Analisis Perubahan Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel *Dzikir Jantung Fatimah Karya Naning Pranoto (Tinjauan Psikologi)*”. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif, dengan

³¹Adi W. Gunawan, “*Ego State Menurut Gender dan Usia*”, Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00. <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

³²Ma’ani, “*Analisis Perubahan Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Dzikir Jantung Fatimah Karya Naning Pranoto (Tinjauan Psikologi)*”, Skripsi Program Studi Bahasa Dan Sastra Indonesia Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Malang 2016.

mengamati dan membaca novel tersebut. Design penelitian yang digunakan dalam penelitian ini fenomena yang ada disekitar kehidupan manusia. Hasil penelitian dari Analisis Perubahan Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Dzikir Jantung Fatimah Karya Naning Pranoto (Tinjauan Psikologi) banyak mengungkapkan pesan yang sangat kompleks yang berpengaruh pada tokoh-tokoh yang ditampilkan sebab peran tokoh dalam karya tersebut sangat penting. Hal ini tentu sangat berkaitan dengan tokoh sebagai individu yang hidup di tengah masyarakat, otomatis dalam hidupnya tak dapat terlepas dengan individu yang lain.

Bedanya penelitian diatas dengan penelitian ini adalah metode yang sama-sama menggunakan metode kualitatif fenomenologi kehidupan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Namun pada penelitian ini terjun langsung pada mahasiswi yang merasa memiliki *ego state* atau kepribadian lain dan peneliti meneliti pada subyeknya secara langsung.

Penelitian selanjutnya di lakukan oleh Lester Levenson sebagai pencetus, bertujuan untuk mengetahui "*Sedona Method Therapy*" di dalam bukunya. Kesuksesan karir dan finansial tidak membuatnya bahagia. Ia menderita depresi berat, sakit ginjal, liver membengkak, hyperacidity, dan beberapa komplikasi parah lainnya. Satu hari dokter yang menanganinya menyerah dan mempersilahkan dia pulang untuk menanti malaikat penjemput kematian dengan damai. Dia melakukan refleksi dan akhirnya menemukan cara untuk "pasrah" melampaui segala keterbatasan diri, *to letting go of all any inner limitation*. Secara ajaib semua penyakitnya sembuh, bahkan

memasuki kondisi kedamaian hati dan kebahagiaan yang terus ia rasakan hingga akhir hayatnya.³³

Bedanya penelitian diatas dengan penelitian ini adalah metode yang menggunakan metode kualitatif fenomenologi kehidupan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Namun pada penelitian ini terjun langsung pada mahasiswi yang merasa memiliki *ego state* atau kepribadian lain dan peneliti meneliti pada subyeknya secara langsung ketika konselor juga menerapkan salah satunya terapi ini.

Penelitian selanjutnya Robert Frager, PhD didalam bukunya bertujuan untuk mengetahui “Ibadah sebagai Terapi Sufi”. Psikologi sufi tentang hati adalah psikologi spiritual yang sangat dalam. Ia tidak mengabaikan kecenderungan negatif yang kita miliki, tapi menempatkan pada tempatnya.³⁴ Dalam Islam kita diwajibkan untuk beribadah diantara lain ada beberapa ibadah yang bisa di tunaikan dan sebagai terapi spiritual yang wajib maupun sunnah.

Bedanya penelitian diatas dengan penelitian ini adalah metode yang menggunakan metode kualitatif fenomenologi kehidupan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Namun pada penelitian ini terjun langsung pada mahasiswi yang merasa memiliki *ego state* atau kepribadian lain dan peneliti meneliti pada subyeknya secara langsung ketika konselor

³³Hale Dwoskin, “*Sedona Method Course*”, *Effortless Wealth and Success, Effortless Relationships, Effortless Health and Well-being*, hlm 20

³⁴Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi : Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, (Konsep Dasar Psikologi Sufi, Zaman Jakarta : 2014), hlm. 83

juga menerapkan salah satunya terapi ini diyakini sebagai keyakinan dalam agama Islam.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Muthmainnah Zakiyah,³⁵ bertujuan untuk mengetahui “Pengaruh Terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penanganan Nyeri Dismenorea”. Metode yang digunakan pada penelitian ini rancangan one grup pretest posttest, dengan mengamati dan sampel terdiri dari remaja putri usia 12-15 tahun berjumlah 90 orang yang mengalami dismenorea serta 74 orang dengan usia sama yang mengalami dismenorea secara rutin. Design penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan praekperimen. Hasil penelitian dari Pengaruh Terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penanganan Nyeri Dismenorea menunjukkan bahwa nyeri dismenorea yang dirasakan responden sebelum dilakukan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* (SEFT) adalah nyeri ringan sebanyak 47 responden (64%), setelah dilakukan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* (SEFT) adalah tidak nyeri sebanyak 68 responden (92%). Hal ini tentu sangat diharapkan bagi remaja putri yang sudah mengikuti pelatihan SEFT untuk mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Bedanya penelitian diatas dengan penelitian ini adalah metode yang digunakan metode kualitatif fenomenologi kehidupan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Namun pada penelitian ini terjun langsung pada mahasiswi yang merasa memiliki *ego state* atau kepribadian lain dan

³⁵ Muthmainnah Zakiyah, Pengaruh terapi *spiritual emosional freedom technique* (SEFT), Jurnal Sain Med, Vol. 5. No. 2 Desember 2013: 66-71

peneliti meneliti pada subyeknya secara langsung ketika konselor juga menerapkan salah satunya terapi ini.

Penelitian selanjutnya di lakukan oleh Dr. Larry Dossey, PhD sebagai pencetus, bertujuan untuk mengetahui “*Healing Word*” di dalam bukunya. Dalam buku tersebut Dr. Dossey menyatukan bukti berdo’a atau memohon pada Tuhan dengan cara yang masuk akal dan dapat diterima semua orang khususnya.³⁶ Dari sinilah banyak orang yang mendiskusikan tentang kualitas studi klinis teori berdo’a sebagaimana yang tertulis pada buku Dr. Dossey. Nilai yang mengagumkan adalah dari studi tersebut tidak melihat orang sebagai subjek, tetapi ada sesuatu yang sangat mengesankan yaitu efek dari do’a atau niat penyembuhan bukan pada orang tetapi pada benda mati seperti reaksi kimia dalam tabung reaksi. Dr. Dossey sangat terkesan karna studi ini bermanfaat dan memintas tanggapan plasebo dan berkeliling sebagian besar keberatan yang suka ditentang oleh para kritikus terhadap bidang ini. Upaya ini adala bentuk mem-*bypass* efek sugesti dan harapan serta pemikiran positif.

Bedanya penelitian diatas dengan penelitian ini adalah metode yang menggunakan metode kualitatif fenomenologi kehidupan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Namun pada penelitian ini terjun langsung pada mahasiswi yang merasa memiliki *ego state* atau kepribadian lain dan peneliti meneliti pada subyeknya secara langsung

³⁶ Ruth Buczynski, PhD & Larry Dossey, PhD, *Healing Words: Why Prayer Is Good Medicine*, The National Institute for the Clinical Application of Behavioral Medicine, www.nicabm.com, The Evidence for Prayer, hlm. 07

ketika konselor juga menerapkan salah satunya terapi ini diyakini sebagai keyakinan dalam berdo'a sangat efektif diterima disemua agama.

H. Kerangka Berfikir

2.1 Diagram Perubahan *Ego State*



