

MENGENAL GEJALA JIWA DENGAN MENELUSURI PROSES MENTAL MANUSIA DARI PENGAMATAN HINGGA INTELEGENSI

Hafiz Hidayat¹, Marni Nelvi², Afri Rahmat³, Yuslini Fitri⁴, Irza Gusneti⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Dasar S2, Universitas Adzkia

e-mail: hafizhidayat@adzkia.ac.id¹, marninelvi46@guru.sd.belajar.id²,
ferryafirahmat@gmail.com³, yuslinifitri07@guru.sd.belajar.id⁴,
irzagusneti48@guru.sd.belajar.id⁵

ABSTRACT

Psychological symptoms are manifestations of mental activity that reflect the psychological dynamics of an individual. This article discusses various forms of psychological symptoms, including observation, response, fantasy, memory, thinking, and intelligence. Observation is the process of perceiving the outside world through the senses, while response is the impression that remains in memory after observation. Fantasy allows individuals to create new responses based on past experiences. Memory plays a role in storing and reproducing past experiences, while thinking encompasses the process of processing information to solve problems. Intelligence reflects the ability to adapt to new situations through thinking. A deep understanding of psychological symptoms is important in the context of education and personal development, as it helps individuals recognize and effectively manage their mental processes.

Keywords: Mental symptoms, observations, responses, fantasies, memory, thinking, intelligence

ABSTRAK

Gejala jiwa merupakan manifestasi dari aktivitas mental yang mencerminkan dinamika psikologis individu. Artikel ini membahas berbagai bentuk gejala jiwa, termasuk pengamatan, tanggapan, fantasi, ingatan, berpikir, dan intelegensi. Pengamatan adalah proses mengenal dunia luar melalui indera, sementara tanggapan merupakan bayangan yang melekat dalam ingatan setelah pengamatan. Fantasi memungkinkan individu mencipta tanggapan baru berdasarkan pengalaman sebelumnya. Ingatan berperan dalam menyimpan dan mereproduksi pengalaman masa lalu, sedangkan berpikir mencakup proses mengolah informasi untuk memecahkan masalah. Intelegensi mencerminkan kemampuan menyesuaikan diri dengan situasi baru melalui pemikiran. Pemahaman mendalam tentang gejala jiwa penting dalam konteks pendidikan dan pengembangan diri, karena membantu individu mengenali dan mengelola proses mentalnya secara efektif.

Kata Kunci: Gejala jiwa, pengamatan, tanggapan, fantasi, ingatan, berpikir, intelegensi

A. Pendahuluan

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia memiliki peran penting dalam memahami dinamika individu dalam konteks pendidikan. Salah satu aspek utama dalam psikologi adalah gejala jiwa, yang mencerminkan berbagai aktivitas mental yang terjadi dalam diri individu. Gejala jiwa mencakup proses kognitif, afektif, dan konatif yang saling berinteraksi dalam membentuk perilaku manusia.

Dalam konteks pendidikan, pemahaman tentang gejala jiwa menjadi krusial karena membantu pendidik dalam merancang strategi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik peserta didik. Setiap individu memiliki cara yang unik dalam mengamati, menanggapi, dan mengolah informasi, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Dengan memahami gejala jiwa, pendidik dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan optimal peserta didik.

Pengamatan merupakan langkah awal dalam proses kognitif, di mana individu mengenal dunia luar melalui indera. Informasi yang diperoleh melalui pengamatan kemudian diolah menjadi tanggapan, yang merupakan bayangan atau representasi mental dari objek yang diamati. Tanggapan ini dapat memengaruhi persepsi dan respons individu terhadap stimulus yang serupa di masa depan.

Fantasi, sebagai kemampuan jiwa untuk membentuk tanggapan baru berdasarkan pengalaman sebelumnya, memainkan peran penting dalam kreativitas dan inovasi. Ingatan memungkinkan individu menyimpan dan mereproduksi pengalaman masa lalu, yang menjadi dasar dalam proses belajar dan pengambilan keputusan. Berpikir,

sebagai proses mengolah informasi untuk memecahkan masalah, melibatkan analisis, sintesis, dan evaluasi terhadap informasi yang diperoleh.

Intelegensi mencerminkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru melalui pemikiran dan pengalaman. Pemahaman mendalam tentang gejala jiwa penting dalam konteks pendidikan dan pengembangan diri, karena membantu individu mengenali dan mengelola proses mentalnya secara efektif.

Artikel ini bertujuan untuk membahas secara mendalam berbagai bentuk gejala jiwa, termasuk pengamatan, tanggapan, fantasi, ingatan, berpikir, dan intelegensi, serta implikasinya dalam konteks pendidikan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang gejala jiwa, diharapkan pendidik dan peserta didik dapat menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif dan bermakna.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka (library research) sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2020). Metode ini melibatkan pengumpulan data dari berbagai sumber literatur yang relevan untuk memperoleh pemahaman mendalam tentang gejala jiwa.

Langkah pertama dalam kajian pustaka adalah identifikasi dan pengumpulan sumber-sumber literatur yang berkaitan dengan topik gejala jiwa, termasuk buku, artikel ilmiah, dan jurnal. Sumber-sumber ini kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi konsep-konsep utama dan temuan-temuan yang relevan.

Selanjutnya, data yang diperoleh dari literatur dianalisis secara kualitatif untuk mengidentifikasi pola-pola dan hubungan antara berbagai bentuk gejala jiwa. Analisis ini membantu dalam memahami bagaimana masing-masing gejala jiwa berkontribusi terhadap proses mental individu.

Hasil analisis kemudian disusun secara sistematis untuk memberikan gambaran komprehensif tentang gejala jiwa. Penyusunan ini mencakup penjelasan tentang pengamatan, tanggapan, fantasi, ingatan, berpikir, dan intelegensi, serta bagaimana masing-masing berperan dalam kehidupan individu.

Dengan menggunakan metode kajian pustaka, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang gejala jiwa dan relevansinya dalam konteks psikologi pendidikan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan Pengamatan

Pengamatan adalah proses mengenal dunia luar melalui indera. Menurut Warsah & Daheri (2021), pengamatan merupakan hasil aktivitas jiwa yang aktif dan penuh perhatian untuk menyadari adanya rangsangan. Proses ini melibatkan pancaindra seperti penglihatan, pendengaran, perabaan, penciuman, dan pengecap. Pengamatan memungkinkan individu memperoleh informasi dari lingkungan secara langsung dan konkret.

Proses pengamatan melibatkan beberapa tahap, yaitu adanya perhatian yang ditujukan kepada rangsangan, adanya rangsangan yang mengenai alat indera, alat indera menangkap rangsangan, urat syaraf membawa rangsangan ke otak, dan otak menyadari rangsangan tersebut. Pengamatan yang efektif memerlukan

perhatian yang fokus dan kemampuan untuk menyaring informasi yang relevan.

Dalam konteks pendidikan, pengamatan berperan penting dalam proses belajar. Siswa yang mampu mengamati dengan baik dapat memahami materi pelajaran secara lebih efektif. Guru juga perlu mengembangkan kemampuan pengamatan siswa melalui berbagai metode pembelajaran yang melibatkan indera.

Pengamatan juga berkaitan dengan persepsi, yaitu proses interpretasi terhadap informasi yang diperoleh melalui indera. Persepsi dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, dan harapan individu. Oleh karena itu, dua individu yang mengamati objek yang sama dapat memiliki persepsi yang berbeda.

Kemampuan pengamatan dapat ditingkatkan melalui latihan dan pengalaman. Misalnya, dalam pembelajaran sains, siswa diajak untuk mengamati fenomena alam secara langsung, mencatat hasil pengamatan, dan menarik kesimpulan berdasarkan data yang diperoleh.

Dengan demikian, pengamatan merupakan dasar dari proses kognitif lainnya, seperti tanggapan, ingatan, dan berpikir. Kemampuan untuk mengamati dengan cermat dan kritis sangat penting dalam pengembangan intelegensi dan pemecahan masalah.

Tanggapan

Tanggapan adalah bayangan yang melekat dalam ingatan setelah pengamatan. Ketika objek yang diamati tidak lagi hadir, individu masih dapat mengingatnya melalui tanggapan. Tanggapan dapat bersifat laten (tidak disadari) atau aktual (disadari), dan dapat memengaruhi persepsi serta respons individu

terhadap stimulus yang serupa di masa depan.

Perbedaan antara pengamatan dan tanggapan terletak pada keterikatan terhadap waktu dan tempat. Pengamatan terikat pada waktu dan tempat tertentu, sedangkan tanggapan tidak terikat oleh keduanya. Objek pengamatan biasanya lebih detail dan jelas, sementara objek tanggapan cenderung kabur dan kurang detail.

Tanggapan memainkan peran penting dalam proses belajar dan mengingat informasi. Misalnya, ketika siswa mengingat kembali materi pelajaran yang telah dipelajari sebelumnya, mereka mengandalkan tanggapan yang tersimpan dalam ingatan. Oleh karena itu, penguatan tanggapan melalui latihan dan pengulangan dapat meningkatkan retensi informasi.

Dalam konteks kreativitas, tanggapan juga berperan dalam pembentukan ide-ide baru. Individu dapat menggabungkan berbagai tanggapan yang telah ada untuk menciptakan konsep atau solusi yang inovatif. Proses ini melibatkan kemampuan untuk mengakses dan memanipulasi tanggapan yang tersimpan dalam ingatan.

Tanggapan juga dapat dipengaruhi oleh emosi dan motivasi. Pengalaman yang menyenangkan atau bermakna cenderung menghasilkan tanggapan yang lebih kuat dan mudah diingat. Sebaliknya, pengalaman yang kurang menyenangkan mungkin menghasilkan tanggapan yang lemah atau cepat terlupakan.

Dengan demikian, tanggapan merupakan jembatan antara pengamatan dan proses kognitif lainnya, seperti ingatan, berpikir, dan intelegensi. Kemampuan untuk membentuk dan mengakses

tanggapan yang relevan sangat penting dalam pembelajaran dan pemecahan masalah.

Fantasi

Fantasi merupakan salah satu gejala jiwa yang penting dalam proses kognitif manusia. Sebagai kemampuan mental untuk membentuk atau mencipta tanggapan-tanggapan baru dengan bantuan tanggapan yang sudah ada, fantasi memungkinkan individu untuk membayangkan hal-hal yang belum pernah dialami secara langsung. Proses ini tidak terikat pada realitas dan memberikan ruang bagi kreativitas serta imajinasi.

Dalam psikologi, fantasi dibedakan dari berpikir. Berpikir berkaitan dengan proses kognitif yang logis dan terikat pada realitas, sedangkan fantasi lebih bersifat subjektif dan tidak terikat pada kenyataan. Fantasi memungkinkan individu untuk menciptakan dunia imajinatif yang dapat memberikan kepuasan emosional dan psikologis.

Jenis-jenis fantasi dapat diklasifikasikan berdasarkan kesadaran dan keterlibatan individu. Fantasi disadari terjadi ketika individu secara aktif menciptakan gambaran atau bayangan, seperti saat seorang penulis mengembangkan cerita. Sebaliknya, fantasi tidak disadari terjadi tanpa kesadaran penuh, seperti lamunan spontan yang dialami seseorang.

Selain itu, fantasi juga dapat dibedakan menjadi fantasi aktif dan pasif. Fantasi aktif melibatkan keterlibatan aktif dari individu dalam menciptakan gambaran mental, sedangkan fantasi pasif terjadi ketika individu menerima gambaran tanpa keterlibatan aktif, seperti saat menonton film atau membaca novel.

Fungsi pokok fantasi meliputi kemampuan untuk mengabstraksi,

mengkombinasi, dan mendeterminasi. Fantasi mengabstraksi memungkinkan individu menyaring atau memisahkan sifat-sifat tertentu dari tanggapan yang sudah ada. Fantasi mengkombinasi memungkinkan penggabungan dua atau lebih tanggapan menjadi satu tanggapan baru. Sementara itu, fantasi mendeterminasi memungkinkan individu melengkapi dan menyempurnakan tanggapan lama menjadi tanggapan baru yang lebih jelas.

Dalam konteks pendidikan, fantasi berperan penting dalam pengembangan kreativitas dan imajinasi siswa. Melalui fantasi, siswa dapat mengeksplorasi ide-ide baru, mengembangkan pemikiran kreatif, dan meningkatkan kemampuan problem solving. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan fantasi siswa.

Ingatan

Ingatan adalah kemampuan jiwa untuk menyimpan dan mengingat kembali pengalaman masa lalu. Proses ini memungkinkan individu untuk mempertahankan informasi yang telah diperoleh melalui pengamatan dan tanggapan. Ingatan memainkan peran penting dalam pembelajaran, karena memungkinkan akumulasi pengetahuan dan pengalaman yang dapat digunakan dalam situasi baru.

Ingatan dapat dibagi menjadi beberapa jenis, seperti ingatan jangka pendek dan ingatan jangka panjang. Ingatan jangka pendek menyimpan informasi untuk waktu yang singkat, sementara ingatan jangka panjang menyimpan informasi untuk periode yang lebih lama. Kemampuan untuk mentransfer informasi dari ingatan

jangka pendek ke jangka panjang sangat penting dalam proses belajar.

Faktor-faktor yang memengaruhi ingatan meliputi perhatian, makna informasi, dan frekuensi pengulangan. Informasi yang bermakna dan sering diulang cenderung lebih mudah diingat. Selain itu, emosi juga dapat memengaruhi kekuatan ingatan; pengalaman yang emosional sering kali lebih mudah diingat.

Dalam konteks pendidikan, strategi pengajaran yang memperhatikan prinsip-prinsip ingatan dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran. Misalnya, penggunaan teknik mnemonik, pengulangan materi, dan pengaitan informasi baru dengan pengetahuan yang sudah ada dapat membantu siswa mengingat informasi dengan lebih baik.

Gangguan pada ingatan, seperti amnesia, dapat berdampak signifikan pada kemampuan individu untuk belajar dan berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pemahaman tentang mekanisme ingatan dan cara meningkatkannya sangat penting dalam bidang psikologi dan pendidikan.

Dengan demikian, ingatan merupakan komponen vital dalam proses kognitif manusia, yang memungkinkan individu untuk menyimpan dan menggunakan informasi yang diperoleh dari pengalaman sebelumnya.

Berpikir

Berpikir adalah proses mental yang melibatkan manipulasi informasi untuk membentuk konsep, memecahkan masalah, membuat keputusan, dan menghasilkan ide baru. Proses ini memungkinkan individu untuk memahami lingkungan, merencanakan tindakan, dan mengevaluasi hasil.

Berpikir dapat dibagi menjadi beberapa jenis, seperti berpikir konvergen dan divergen. Berpikir konvergen melibatkan pencarian satu solusi yang benar untuk suatu masalah, sementara berpikir divergen melibatkan penciptaan berbagai solusi yang mungkin. Kedua jenis berpikir ini penting dalam konteks yang berbeda.

Faktor-faktor yang memengaruhi proses berpikir meliputi pengetahuan sebelumnya, motivasi, emosi, dan lingkungan. Lingkungan yang mendukung dan bebas dari tekanan dapat meningkatkan kemampuan berpikir kreatif dan kritis.

Dalam pendidikan, pengembangan keterampilan berpikir siswa sangat penting. Guru dapat mendorong siswa untuk berpikir kritis dengan memberikan pertanyaan terbuka, mendorong diskusi, dan memberikan tugas yang menantang. Selain itu, penggunaan metode pembelajaran aktif dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses berpikir.

Berpikir juga berkaitan erat dengan pemecahan masalah. Kemampuan untuk menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah, dan menemukan solusi yang efektif merupakan keterampilan penting dalam kehidupan sehari-hari dan dunia kerja.

Dengan demikian, berpikir adalah proses kognitif yang kompleks dan penting dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk pembelajaran, pengambilan keputusan, dan inovasi.

Intelegensi

Intelegensi adalah kemampuan individu untuk belajar dari pengalaman, beradaptasi dengan lingkungan, memahami dan menangani konsep abstrak, serta menggunakan pengetahuan untuk

memecahkan masalah. Intelegensi mencerminkan kapasitas mental umum yang memengaruhi berbagai aktivitas kognitif.

Berbagai teori telah dikembangkan untuk memahami intelegensi. Teori Spearman, misalnya, mengemukakan adanya faktor umum (g) yang mendasari semua kemampuan intelektual. Sementara itu, teori Gardner mengusulkan adanya multiple intelligences, yang mencakup berbagai jenis intelegensi seperti linguistik, logis-matematis, musikal, dan interpersonal.

Intelegensi dapat diukur melalui berbagai tes, seperti tes IQ. Namun, penting untuk diingat bahwa tes ini memiliki keterbatasan dan tidak selalu mencerminkan seluruh aspek intelegensi seseorang. Faktor-faktor seperti kreativitas, motivasi, dan keterampilan sosial juga merupakan bagian penting dari intelegensi.

Dalam konteks pendidikan, pemahaman tentang intelegensi siswa dapat membantu guru dalam merancang strategi pembelajaran yang sesuai. Misalnya, siswa dengan intelegensi visual-spasial yang tinggi mungkin lebih baik dalam memahami informasi melalui gambar dan diagram.

Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan berbagai aspek intelegensi. Hal ini dapat dilakukan melalui penggunaan metode pembelajaran yang beragam, pemberian umpan balik yang konstruktif, dan mendorong eksplorasi serta kreativitas siswa.

Dengan demikian, intelegensi adalah konsep multifaset yang mencakup berbagai kemampuan kognitif dan non-kognitif, yang semuanya berkontribusi pada

keberhasilan individu dalam belajar dan beradaptasi dengan lingkungan.

Emosi

Emosi merupakan salah satu aspek penting dalam gejala jiwa yang memengaruhi perilaku dan proses kognitif individu. Emosi adalah reaksi kompleks yang melibatkan pengalaman subjektif, respons fisiologis, dan perilaku ekspresif terhadap suatu situasi atau stimulus tertentu. Dalam konteks psikologi pendidikan, emosi memainkan peran krusial dalam proses belajar dan interaksi sosial siswa.

Emosi dapat diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama: emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif, seperti kegembiraan, cinta, dan rasa syukur, cenderung meningkatkan motivasi dan keterlibatan dalam pembelajaran. Sebaliknya, emosi negatif, seperti kecemasan, kemarahan, dan kesedihan, dapat menghambat konsentrasi dan menurunkan performa akademik.

Peran emosi dalam pembelajaran tidak dapat diabaikan. Siswa yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memecahkan masalah, berkomunikasi, dan bekerja sama dengan orang lain. Sebaliknya, ketidakmampuan dalam mengelola emosi dapat menyebabkan konflik interpersonal dan kesulitan dalam memahami materi pelajaran.

Strategi pengajaran yang efektif harus mempertimbangkan aspek emosional siswa. Pendidik dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dengan menunjukkan empati, memberikan umpan balik positif, dan mendorong ekspresi emosi yang sehat. Selain itu, integrasi pendidikan emosional dalam

kurikulum dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan pengelolaan emosi yang penting untuk keberhasilan akademik dan kehidupan sosial.

Penelitian dalam bidang neuropsikologi menunjukkan bahwa emosi dan kognisi saling terkait erat. Emosi dapat memengaruhi perhatian, memori, dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, pemahaman tentang hubungan antara emosi dan proses kognitif sangat penting dalam merancang intervensi pendidikan yang holistik.

Dengan demikian, emosi adalah komponen integral dari gejala jiwa yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu. Dalam konteks pendidikan, perhatian terhadap aspek emosional siswa dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran dan mendukung perkembangan pribadi yang sehat.

E. Kesimpulan

Gejala jiwa mencakup berbagai proses mental yang saling berkaitan, seperti pengamatan, tanggapan, fantasi, ingatan, berpikir, dan intelegensi. Setiap proses ini memainkan peran penting dalam cara individu memahami, mengolah, dan merespons informasi dari lingkungan. Pemahaman mendalam tentang gejala jiwa dapat membantu dalam pengembangan strategi pembelajaran yang efektif dan mendukung pertumbuhan pribadi.

Pengamatan memungkinkan individu mengenal dunia melalui indera, sementara tanggapan dan fantasi memungkinkan pemrosesan dan penciptaan informasi baru. Ingatan menyimpan pengalaman masa lalu, berpikir memungkinkan analisis dan pemecahan masalah, dan intelegensi mencerminkan kapasitas

keseluruhan untuk belajar dan beradaptasi.

Dengan memahami dan mengembangkan setiap aspek gejala jiwa, individu dapat meningkatkan kemampuan kognitif dan emosional mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hidup dan keberhasilan dalam berbagai bidang.

Witherington, H.C. (1978). *Educational Psychology*. Jakarta: Aksara Baru.

Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Chauhan, S.S. (1978). *Advanced Educational Psychology*. New Delhi: Vikas Publishing House.

Dakir. (1993). *Dasar-Dasar Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Elliot, et al. (1999). *Effective Teaching Educational*. Singapore: McGraw Hill International Editions.

Muhibbin Syah. (2001). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Parnawi, A. (2019). *Psikologi Belajar*. Sleman: CV. Budi Utama.

Santrock, J.W. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Slamet, S. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suryabrata, S. (1984). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali.

Uyun, M. (2021). *Psikologi Pendidikan*. Sleman: CV. Budi Utama.

Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.

Winkel, W.S. (2009). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.