

TINJAUAN KOMPREHENSIF TEORI KEPERIBADIAN PSIKOANALISIS KLASIK, NEO-FREUDIAN, PARADIGMA GANGGUAN MENTAL DAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI

Priskila Sinurat¹, Anggraini Natunggele², Angelita Ivana Martono³, Veronika Juliet Kamasi⁴, dan Melkian Naharia⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Negeri Manado, Indonesia

* Corresponding Email: 23101064@unima.ac.id

A B S T R A K

Artikel ini merupakan sebuah tinjauan sistematis yang bertujuan untuk menganalisis perkembangan teori kepribadian dalam perspektif psikodinamik, mulai dari psikoanalisis klasik hingga pendekatan Neo-Freudian. Proses peninjauan dilakukan dengan menelaah literatur yang membahas konsep dasar Freud, pengembangan pemikiran oleh Adler, Jung, Horney, Sullivan, dan Fromm, serta relevansinya dalam menjelaskan dinamika psikologis dan gangguan mental. Hasil telaah menunjukkan bahwa teori psikodinamik mengalami perluasan signifikan, dari penekanan pada konflik intrapsikis dan dorongan biologis, menuju pemahaman yang lebih holistik yang melibatkan faktor sosial, interpersonal, dan eksistensial. Review ini juga menyoroti hubungan antara struktur kepribadian, mekanisme pertahanan diri, serta perbedaan mendasar antara gangguan neurotik dan psikotik dalam kerangka psikodinamik. Secara keseluruhan, sistematis review ini menegaskan bahwa pendekatan psikodinamik tetap memiliki kontribusi penting dalam memahami perilaku manusia, dinamika kepribadian, dan pembentukan gejala psikologis, serta relevan digunakan sebagai landasan konseptual dalam kajian klinis dan akademik.

Kata Kunci : Psikodinamik, kepribadian, mekanisme pertahanan diri, literatur review

A B S T R A C T

This article is a systematic review that aims to analyze the development of personality theory from a psychodynamic perspective, from classical psychoanalysis to the Neo-Freudian approach. The review process was conducted by examining literature discussing Freud's basic concepts, the development of thought by Adler, Jung, Horney, Sullivan, and Fromm, and their relevance in explaining psychological dynamics and mental disorders. The results of the review indicate that psychodynamic theory has undergone significant expansion, from an emphasis on intrapsychic conflict and biological drives to a more holistic understanding involving social, interpersonal, and existential factors. This review also highlights the relationship between personality structure and defense mechanisms, as well as the fundamental differences between neurotic and psychotic disorders within a psychodynamic framework. Overall, this systematic review confirms that the psychodynamic approach continues to make important contributions to understanding human behavior, personality dynamics, and the formation of psychological symptoms, and is relevant for use as a conceptual foundation in clinical and academic studies.

Keywords : Psychodynamic, personality, defense mechanisms, literature review

PENDAHULUAN

Psikoanalisis, yang dikenalkan oleh Sigmund Freud pada akhir abad ke-19, merupakan dasar yang inovatif dalam kajian psikologi, secara mendasar mengubah cara orang memandang diri mereka sendiri serta pikiran bawah sadarnya. Teori ini memberikan suatu kerangka kerja yang terdiri dari tiga bagian mengenai kepribadian (Id, Ego, Superego) dan menempatkan konflik antara dorongan biologis yang ada secara alami (libido) dengan tuntutan moral dan sosial yang telah diinternalisasi sebagai sumber utama dari dinamika psikologis. Kelebihan psikoanalisis terletak pada fokus pentingnya terhadap pengalaman masa kanak-kanak yang awal serta peran ketidaksadaran dalam membentuk perilaku dan masalah kesehatan mental. Melalui psikoanalisis, Freud tidak hanya memberikan cara untuk menyelidiki pikiran, tetapi juga metode terapi untuk gangguan psikologis, sehingga menjadikannya sebagai landasan penting dalam sejarah ilmu psikologi modern (Pradnya Paramitha, Perdana, & Bungai, 2025).

Walaupun Freud mendirikan dasar yang sangat penting, teori psikoanalisis menghadapi berbagai tantangan dan perubahan besar seiring berjalannya waktu. Para siswa dan koleganya, yang kemudian dikenal sebagai Neo-Freudian, berpendapat bahwa Freud terlalu sempit dalam menjelaskan motivasi manusia hanya pada dorongan seksual dan agresi. Perpecahan dalam kalangan intelektual ini menghasilkan sudut pandang baru yang lebih menekankan aspek sosial, budaya, dan spiritual dari manusia. Alfred Adler mengalihkan perhatian dari libido kepada upaya mencapai superioritas dan kepentingan sosial, menekankan bahwa rasa inferioritas adalah motivasi umum menuju kesempurnaan dan bukan sekadar kekurangan. Sementara itu, Carl Jung menciptakan Psikologi Analitik, memperluas gagasan tentang ketidaksadaran sehingga mencakup Ketidaksadaran Kolektif yang berisi Arketipe. Hal ini menjadikan proses Individuasi (menjadi diri yang utuh) sebagai tujuan akhir dari perkembangan kepribadian.

Perkembangan selanjutnya dalam Neo-Freudianisme, melalui sumbangan dari Karen Horney, Erich Fromm, dan Harry Stack Sullivan, secara jelas mengalihkan perhatian etiologi neurosis dari trauma biologis ke faktor interaksi sosial dan lingkungan. Horney menekankan pentingnya Kecemasan Dasar yang muncul akibat minimnya kasih sayang dari orang tua; Fromm menelaah pertikaian yang dihadapi manusia masa kini antara kebebasan dan keterasingan yang memicu Mekanisme Pelarian; dan Sullivan menggambarkan kepribadian secara lengkap melalui pola interaksi antarpribadi. Perubahan paradigma ini memperluas pemahaman tentang spektrum kesehatan mental, mulai dari penyesuaian diri yang baik hingga tampilan patologi.

Dalam bidang patologi, kerangka psikodinamik menawarkan perbedaan mendasar antara Gangguan Neurotik (Psikoneurotik) dan Gangguan Psikotik. Gangguan neurotik dianggap sebagai pertikaian dalam diri yang dihadapi dengan menjaga hubungan dengan kenyataan (pemahaman yang baik), sering kali berasal dari pengalaman di masa lalu (Setiawan, 2021).

Sebaliknya, gangguan psikotik menunjukkan ketidakmampuan yang signifikan dari Ego dalam mengelola realitas, yang mengakibatkan kehilangan hubungan dengan lingkungan sekitar. Hubungan yang mengaitkan dinamika kepribadian normal dan abnormal adalah Mekanisme Pertahanan Diri. Mekanisme ini, yang dijalankan secara

tidak sadar oleh Ego, berfungsi untuk mengurangi kecemasan yang muncul akibat konflik (Cramer, 2015).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah *literature review* dengan menelaah berbagai sumber ilmiah berupa buku, artikel jurnal, dan penelitian terdahulu yang relevan dengan teori psikoanalisis, Neo-Freudian, gangguan mental, dan mekanisme pertahanan diri. Proses peninjauan dilakukan melalui pencarian literatur menggunakan kata kunci terkait, kemudian dilanjutkan dengan seleksi sumber berdasarkan kriteria inklusi seperti relevansi topik serta desain penelitian korelasional atau deskriptif. Setiap studi yang terpilih dianalisis untuk mengidentifikasi konsep utama dan temuan penting, lalu disintesis untuk menghasilkan pemahaman menyeluruh mengenai perkembangan teori kepribadian dalam perspektif psikodinamik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Sigmund Freud: Psikoanalisis Klasik

Sigmund Freud lahir di Moravia pada 6 mei 1858, orangtuanya adalah keturunan Yahudi. Pada waktu berumur 4 tahun keluarganya pindah ke Wina dan ia menetap di kota itu selama 78 tahun. Freud Adalah seorang dokter saraf asal Austria yang banyak menangani pasien dengan gangguan psikis yang tidak dapat dijelaskan secara medis. Ia kemudian mengembangkan metode khusus yang disebut psikoanalisis untuk memahami dan mengobati gangguan tersebut. Sigmund Freud mulai merumuskan psikoanalisis sekitar akhir abad ke-19, tepatnya pada 1890-an.

Freud memandang bahwa manusia adalah makhluk deterministik yang dibentuk oleh kekuatan irasional, alam bawah sadar, dorongan biologis, dan insting terutama saat enam tahun awal kehidupan individu. Dari pandangan tersebut, Freud memahami manusia memiliki struktur kepribadian yang terdiri dari tiga sistem utama:

1. Id: sebagai dorongan naluriah manusia yang bekerja berdasarkan prinsip kesenangan (*pleasure & principle*) yang bersifat irasional, impulsif, dan tidak mengenal norma sosial.
2. Ego: sebagai mediator yang beroperasi melalui prinsip realitas (*reality principle*), berusaha menyeimbangkan kebutuhan id dengan tuntutan dunia luar.
3. Superego: sebagai cerminan internalisasi nilai moral dan etika, yang berfungsi memberi kontrol dan evaluasi terhadap perilaku.

Interaksi dinamis antara id, ego, dan superego menimbulkan ketegangan intrapsikis yang sering kali menjadi sumber konflik batin. Ketentangan dari keinginan untuk mencapai kemenangan yang bersumber dari id sangat kuat untuk mencapai kepuasan itu bisa menyenangkan sekaligus juga bisa mengancam. Menghadapi situasi ancaman itu, manusia menjadi cemas dan takut.

Kecemasan dalam teori Freud ada tiga yaitu kecemasan realitas, kecemasan neurotis dan kecemasan moral. Kecemasan realitas disebabkan oleh bahaya atau ancaman dari luar dan kecemasan itulah yang menjadi besar terhadap kedua kecemasan lain. Kecemasan neurotis ditimbulkan oleh adanya kemungkinan tidak terjadi insting kemudian mendorong individu tersebut suatu yang bersifat agresif sehingga dapat dihukum. Kecemasan moral adalah kecemasan kata hati, yaitu orang berpikir untuk

berbuat sesuai dengan norma masyarakat (sesuai dengan tuntutan Superego) dan orang takut mendapatkan hukuman lagi seperti yang terjadi pada anak-anak. (Adriansyah, A., 2022).

Selain itu, Freud menjelaskan terkait tahapan perkembangan psikoseksual membutuhkan cara untuk pemenuhan tahap perkembangannya dengan *parenting* dari orang tua yang jika tidak terpenuhi dapat membuat gangguan. Beberapa jenis gangguan dalam setiap tahapan perkembangan adalah sebagai berikut:

1. Fase oral: Fokus mulut (menyusu, menggigit, mengisap). Jika tidak terpenuhi bisa muncul sifat ketergantungan berlebihan, suka bicara terus-menerus, makan berlebihan, merokok, atau menggigit kuku.
2. Fase Anal: Fokus kontrol buang air (toilet training). Jika terlalu ketat bisa muncul kepribadian anal-retentif (perfeksionis, kaku, keras kepala). Jika terlalu longgar: bisa jadi anal-expulsive (berantakan, tidak disiplin, impulsif).
3. Fase Phallic: Fokus organ kelamin, muncul kompleks *Oedipus/Elektra*. Jika tidak terselesaikan bisa muncul rasa rendah diri, kesulitan identifikasi gender, sulit menjalin relasi sehat, atau masalah dengan otoritas.
4. Fase Laten: Fokus penyaluran energi seksual ke aktivitas belajar, persahabatan, dan hobi. Jika tidak terpenuhi bisa muncul kurang motivasi belajar, kesulitan bersosialisasi, rendah percaya diri, atau hambatan dalam pengendalian dorongan.
5. Fase Genital: Fokus hubungan matang dengan lawan jenis, tanggung jawab, kedewasaan seksual. Jika tidak tercapai bisa muncul hubungan asmara tidak stabil, kesulitan komitmen, ketidakdewasaan emosional, atau perilaku seksual menyimpang.

B. Alfred Adler: Psikologi Individual

Alfred Adler dilahirkan di Wina pada tanggal 7 Februari 1870 sebagai anak ketiga. Ayahnya adalah seorang pengusaha. Sewaktu kecil Adler merupakan anak yang sakit-sakitan. Ketika berusia 5 tahun dia nyaris tewas akibat pneumonia. Pengalaman tidak menyenangkan berkaitan dengan kesehatan inilah yang kemudian mendorong dirinya untuk menjadi dokter. Adler lulus sebagai dokter dari Universitas Wina tahun 1895. Adler memulai karirnya sebagai seorang optalmologis, tetapi kemudian dirinya beralih pada praktik umum di daerah kelas bawah di Wina, sebuah tempat percampuran tempat bermain dan sirkus sehingga banyak pasiennya yang pekerjaannya sebagai pemain sirkus. Kekuatan dan kelemahan para pemain sirkus inilah yang mengilhami dia mengembangkan kosep tentang inferioritas dan kompensasi. Adler berpendapat bahwa manusia pertama-tama dimotivasi oleh dorongan-dorongan sosial. (Lestari, H. S., 2024).

Perasaan inferior yang muncul dalam diri membuat Adler menilai manusia memiliki:

1. Perasaan rendah diri dan kompensasi: Manusia dilahirkan dengan perasaan rendah diri (*inferiority*). Ada usaha kompensasi untuk menutupinya untuk mencapai kesempurnaan (*superior*).
2. Tujuan yang semu (*Fictional Finalism*): Manusia bergerak ke arah superioritas melalui perasaan rendah diri yang selalu ditarik oleh tujuan semu.
3. *Striving for superiority*: Dorongan superior sebagai usaha untuk meninggalkan perasaan rendah diri. Superior tidak harus selalu mengalahkan orang lain tetapi usaha untuk mencapai keadaan superior dalam diri.

4. Minat sosial (*Social Interest*): Manusia dilahirkan dengan minat sosial yang universal. Individu yakin Masyarakat yang kuat dan sempurna akan dapat membantunya mencapai pemenuhan rasa superior.
5. Gaya hidup (*style of life*): Kombinasi dorongan dalam diri dan lingkungan mengatur arah perilaku individu. Memerlukan cara tertentu dalam melakukan usaha mencapai superioritas.
6. Aku yang kreatif (*creative self*): Setiap orang memiliki kekuatan bebas untuk menciptakan gaya hidup dan mengontrol kehidupan dirinya.

Kepribadian setiap orang itu unik dan tidak dapat dipecah-pecah. Menurut Adler tiap orang adalah suatu konfigurasi motif-motif, sifat-sifat, serta nilai-nilai khas tiap tindakan yang dilakukan oleh seseorang yang membawakan corak khas gaya kehidupannya yang bersifat individual. (Fatwikiningsih, N. 2020).

Adler menyatakan bahwa urutan kelahiran adalah pengaruh sosial yang utama ketika masa kanak-kanak. Meskipun memiliki hubungan saudara, berasal dari orang tua yang sama dan tinggal di rumah yang sama, mereka tidak memiliki lingkungan sosial yang sama. Adler menuliskan empat situasi yaitu:

1. Anak pertama (*The first born child*): Biasanya mendapat perhatian penuh dari orang tua tapi terhenti Ketika anak kedua lahir. Terbiasa memiliki kekuasaan cenderung dibawa hingga dewasa dan sering diharapkan untuk menjaga saudara yang lebih kecil.
2. Anak kedua (*the second born*): Mencontoh perilaku anak yang lebih tua. Optimis tentang masa depan dan suka bersaing, namun keterampilan yang baik dari anak pertama dapat menenggelamkan sifat kompetitif anak karena dirasa tidak akan pernah menang.
3. Anak bungsu (*the youngest child*): Anak terakhir seing berkembang cepat karena dorongan kebutuhan ingin melebihi dari saudara kandung yang lebih tua. Namun, biasa nya manja sehingga akan sulit menghadapi tantangan Ketika dewasa.
4. Anak tunggal (*the only child*): Tidak pernah kehilangan posisi karena selalu menjadi fokus dan pusat perhatian orang tua. Tumbuh meraih kedewasaan perilaku dengan cepat. Merasa sulit jika tidak menjadi pusat perhatian karena belajar untuk selalu menjadi yang pertama.

C. Carl Jung: Psikologi Analitik

Carl Gustav Jung lahir di Kesswil, Swiss, pada 26 Juli 1875, dari keluarga Protestan yang religius dan sarat tradisi. Sejak kecil Jung tertarik pada benda-benda purba, simbol-simbol religius, dan mimpi-mimpi yang menurutnya membawa pesan. Ia sering mengalami mimpi yang intens dan penuh citra arketipal, yang kemudian dipahaminya sebagai ekspresi "ketidaksadaran kolektif". Ketertarikan ini semakin menguat ketika ia berhubungan dengan Sigmund Freud pada awal 1900-an. Namun, perbedaan pandangan tentang hakikat psikis manusia akhirnya memisahkan mereka.

Konflik intelektual dan emosional dengan Freud inilah yang menuntun Jung mendirikan *Analytical Psychology*. Dalam psikologi analitiknya, Jung menempatkan beberapa konsep utama.

1. Struktur kepribadian terdiri dari Ego (kesadaran), Ketidaksadaran Personal (berisi kompleks yang terbentuk dari pengalaman pribadi), dan Ketidaksadaran Kolektif (warisan psikis yang universal).

2. Arketipe, Yaitu pola dasar yang mempengaruhi cara manusia memahami dunia. Empat arketipe penting yang dijelaskan Jung mencakup *Persona* (topeng sosial), *Shadow* (sisi gelap yang ditekan), *Anima Animus* (citra feminin dalam pria dan maskulin dalam wanita), dan *Self*, yaitu pusat keutuhan kepribadian.

Selain itu, Jung menjelaskan bahwa manusia memiliki dua sikap dasar, yaitu introversi dan ekstrasversi, yang kemudian bekerja melalui empat fungsi utama: penginderaan, pikiran, perasaan, dan intuisi. Kombinasi keduanya menghasilkan delapan tipe kepribadian yang menggambarkan bagaimana seseorang memproses informasi, mengambil keputusan, dan berinteraksi dengan dunia. Akan tetapi, teori Jung tidak berhenti pada pengklasifikasian tipe. Ia memandang kepribadian sebagai sistem energi yang dinamis, yang bergerak melalui tiga prinsip yang meliputi:

1. Pertentangan: setiap aspek memiliki pasangan berlawanan.
2. Ekuivalensi: energi tidak hilang, hanya berpindah.
3. Entropi: psikis berupaya mencapai keseimbangan. Ketegangan antara unsur-unsur tersebut misalnya antara *Persona* dan *Shadow*, atau antara Rasionalitas dan intuisi menjadi pendorong perkembangan psikologis.

Seluruh dinamika ini berpuncak pada proses yang ia sebut Individuasi, yaitu perjalanan bertahap menuju integrasi seluruh aspek kepribadian. Individuasi tidak berarti menjadi "sempurna", tetapi menjadi utuh: menerima bayangan, mengakui sisi maskulin-feminin dalam diri, menyatukan masa lalu dengan tujuan masa depan, dan membiarkan *Self* menjadi pusat kehidupan psikis. Dalam pandangan Jung, manusia yang matang adalah mereka yang berdamai dengan kompleksitas diri dan terbuka pada makna spiritual yang lebih luas. Bagi Jung, perjalanan psikologis manusia adalah upaya menyeimbangkan pertentangan internal demi menemukan keutuhan diri yang otentik.

D. Neo Freudian (Analisis Kultural-Sosial)

a. Karen Horney: Kecemasan Dasar, Permusuhan Dasar, dan Neurotik

Karen Danielson Horney dilahirkan di sekitar Hamburg, Jerman pada tanggal 16 September 1885. Ayahnya merupakan seorang kapten kapal dari Norwegia yang sangat religius, tegas, sombong, pendiam, dan sering meremehkannya, sedangkan ibunya berasal dari Belanda yang ceria dan memiliki pemikiran terbuka. Ayahnya sering melakukan perjalanan jauh ke laut, dan ketika berada di rumah, ia menjadi sosok yang menuntut dan menakutkan bagi Horney yang masih kecil.

Seorang anak perempuan sangat menginginkan perhatian dan kasih sayang dari ayahnya, namun ia justru merasa diabaikan dan dianggap remeh, terutama terkait penampilannya dan kepintarannya. Kondisi ini menimbulkan rasa tidak berharga dan kecemasan di dalam dirinya. Ia kemudian menjadi berambisi dan bertekad untuk membuktikan kualitas dirinya "Jika aku tidak bisa cantik, maka aku harus menjadi cerdas." Hubungan yang rumit dengan ayahnya ini kemudian memengaruhi teorinya mengenai kecemasan dasar, yaitu rasa tidak aman yang timbul akibat kurangnya kasih sayang dan penerimaan pada masa kanak-kanak.

Karen Horney, seorang penganut paham Neo-Freudian, secara signifikan berbeda dengan pandangan determinisme biologis yang diajukan oleh Freud. Ia menekankan bahwa banyak elemen kepribadian dan neurosis ditentukan oleh faktor-faktor

lingkungan dan sosial. Dia dikeluarkan dari Institut Psikoanalitik New York pada tahun 1941 karena menolak konsep-konsep Freudian yang tradisional.

Horney menjawab konsep Freudian dengan menganalisis kembali perasaan seksual dan menggambarkan sebagai keinginan wanita untuk mengekspresikan kebutuhan bawaan mereka akan keberhasilan dan keamanan, yang merupakan hal yang dimiliki oleh kedua gender, tidak seperti laki-laki.

Dalam perbandingan antara konsep psikologi feminin Horney dan Freud, dapat disimpulkan bahwa pandangan Horney terhadap psikologi feminin cenderung lebih positif terhadap dunia serta mendukung kehidupan, sedangkan perspektif Freud mengenai psikologi feminin terlihat lebih pesimis terhadap dunia dan menolak aspek kehidupan. Oleh karena itu, ia membagi sudut pandangnya menjadi tiga fase: psikologi wanita, budaya serta interaksi manusia yang bermasalah, dan akhirnya teori yang lebih berkembang di mana ia menekankan perbedaan antara pertahanan interpersonal dan intrapsikis (Bornstein, R., 2019).

Secara ringkas, Horney menyatakan bahwa untuk menemukan identitas diri, individu memerlukan suasana yang mendukung, kebebasan untuk merasakan dan mengungkapkan emosi, serta hubungan antar pribadi yang positif (Vanacore, 2020).

Horney berkeyakinan bahwa kebutuhan dasar anak adalah merasa aman dan merasa puas. Apabila seorang anak tidak mendapatkan rasa aman dan kasih sayang yang tulus dari orang tua, maka akan muncul Permusuhan Dasar. Permusuhan ini tidak dapat diungkapkan karena anak sepenuhnya bergantung pada orang tua, sehingga hal tersebut tertekan dan berubah menjadi Kecemasan Dasar—adalah perasaan terasing dan tak berdaya dalam lingkungan yang mungkin bersikap memusuhi.

Untuk mengatasi kecemasan mendasar ini, individu mengembangkan tiga pendekatan interpersonal yang dikenal sebagai Kecenderungan Neurotik. Jika pendekatan ini diterapkan secara berlebihan dan infleksibel, maka akan menjadi bermasalah dan dapat mengakibatkan gangguan kepribadian neurotik. Tiga pendekatan tersebut meliputi:

1. Bergerak Menuju Orang Lain (*Moving Towards*): Upaya mencari kasih sayang, persahabatan, atau pasangan (Mencari Afeksi).
2. Melawan Orang Lain (*Moving Against*): Upaya bersikap agresif dan dominan (Mencari Kekuatan/Pengakuan).
3. Menjauh dari Orang Lain (*Moving Away*): Upaya menarik diri dan menghindari keterlibatan emosional (Mencari Keterbatasan Diri/Kemandirian).

b. Harry Stack Sullivan: Teori Interpersonal, Kepribadian, dan Sistem Diri

Harry Stack Sullivan dilahirkan di sebuah daerah pertanian tidak jauh dari Norwich, New York pada 21 Februari 1892, dan meninggal dunia pada 14 Januari 1949 di Paris, Prancis. Sullivan mulai menyusun teorinya mengenai interaksi antarindividu pada tahun 1929 dan memperkuat pandangannya pada pertengahan tahun 1930.

Harry Stack Sullivan merupakan seorang tokoh Neo-Freudian yang menekankan pentingnya pemahaman kepribadian dalam konteks hubungan antarindividu. Ia menjelaskan kepribadian sebagai pola yang cukup stabil dari interaksi antar pribadi yang terjadi secara berulang.

Sullivan berpendapat bahwa kepribadian adalah suatu hipotesis yang aktif (*a working hypothesis*) yang hanya dapat disaksikan melalui interaksi dengan orang lain; seseorang tidak dapat "memiliki" kepribadian dalam kondisi terpisah dari orang lain.

Manusia dipacu oleh dua kebutuhan pokok:

1. Kepuasan (*Satisfaction*): Kebutuhan biologis (makan, tidur, seks).
2. Keamanan (*Security*): Kebutuhan interpersonal untuk bebas dari kecemasan sosial.

Kecemasan merupakan faktor utama yang mengganggu hubungan antarpribadi. Agar dapat melindungi diri dari kecemasan, seseorang membangun Sistem Diri (*Self-System*), yang merupakan bagian dari kepribadian yang bersifat kaku dan berfungsi sebagai pengindera untuk menghindari rasa cemas.

Neurosis, menurut Sullivan, terjadi karena ketidakmampuan dalam beradaptasi dengan hubungan antarpribadi dan kebutuhan untuk mempertahankan Sistem Diri yang tidak berfungsi dengan baik. Dengan demikian, terapi Sullivan menekankan peningkatan kesadaran diri dan pola hubungan pasien yang infleksibel.

c. Erich Fromm: Dilema Eksistensial, Kebutuhan Manusiawi, dan Pelarian

Erich Fromm lahir di Frankfurt, Jerman pada tanggal 23 Maret 1900. Ia adalah satu-satunya anak dari orang tua yang menganut agama Yahudi Ortodoks dan berasal dari golongan menengah.

Pada tahun 1922, Fromm memperoleh gelar Ph. D. dalam bidang sosiologi dari Heidelberg ketika berusia 22 atau 25 tahun, dan selanjutnya memulai kariernya sebagai seorang psikoterapis. Antara tahun 1925 dan 1930, ia mempelajari psikoanalisis untuk pertama kalinya di Munich, kemudian di Frankfurt, dan akhirnya di Institut Psikoanalitik Berlin, di mana ia dianalisis oleh Hanns Sach, seorang murid dari Freud. Meskipun Fromm tidak pernah berjumpa dengan Freud, sebagian besar pengajarnya selama bertahun-tahun adalah pengagum setia teori-teori Freud.

Dia bermigrasi ke Amerika Serikat pada tahun 1934 dan menetap di New York. Di lokasi ini, ia menjumpai para pemikir pengungsi, termasuk Karen Horney. Erich Fromm wafat pada 18 Maret 1980 di Swiss akibat serangan jantung.

Erich Fromm mengembangkan teorinya dalam bidang psikoanalisis dan humanistik, dikenal sebagai Psikoanalisis Humanistik. Menurut Fromm (1947, p. 45), "pembahasan tentang kondisi manusia harus menekankan fakta bahwa kepribadian dan psikologi harus berdasarkan pada konsep antropologis-fisiologis tentang keberadaan manusia".

Fromm menyoroti permasalahan eksistensial yang dihadapi oleh manusia modern yang telah mengalami kehilangan ikatan prasejarah antara satu sama lain dan juga dengan alam, meskipun mereka dianugerahi kemampuan berpikir dan imajinasi. Manusia dipandang sebagai keanehan dalam alam semesta karena mereka tidak memiliki insting hewan dan pikiran rasional yang sempurna.

Jarak yang ada antara manusia dan alam menimbulkan kecemasan mendasar yang mendorong individu untuk berusaha mencari kebebasan dan makna hidup di tengah tantangan masyarakat. Konflik internal sering muncul antara hasrat untuk merdeka dan ketakutan akan kesepian yang timbul akibat kebebasan tersebut. Untuk mencegah kecemasan yang muncul akibat kebebasan, Fromm memperkenalkan tiga Mekanisme Pelarian (*Mechanisms of Escape*):

1. Otoritarianisme: Mencari kekuatan dari luar atau meleburkan diri pada kekuasaan.
2. Destruktivitas: Menghancurkan dunia luar, mencoba membasmi objek atau orang yang mengancam.
3. Konformitas (Menjadi Robot): Menjadi seperti orang lain untuk mendapatkan persetujuan sosial.

Sebaliknya, Fromm menekankan bahwa individu yang memiliki kepribadian yang sehat adalah mereka yang dapat mencintai dengan tulus, berpikir secara kritis, dan berkontribusi kepada kemanusiaan tanpa mengabaikan jati diri mereka.

d. Dinamika dan Paradigma Gangguan Neurotik (Psikoneurotik)

Neurotik atau Psikoneurotik merujuk pada masalah kesehatan mental yang ditandai oleh penderitaan emosional, seperti rasa cemas, depresi, atau perilaku memaksakan diri, yang muncul akibat konflik di bawah sadar yang tidak dapat diselesaikan oleh Ego. Dalam perspektif psikodinamik, terdapat konflik antara Id (dorongan instinktif) dan Superego (nilai moral) yang berusaha dikelola oleh Ego melalui berbagai mekanisme pertahanan.

Karakteristik utama dari Gangguan Neurotik adalah bahwa individu yang mengalaminya mengalami penderitaan akibat pikiran yang tidak rasional dan gejala yang dirasakan, namun mereka tetap menjaga hubungan yang utuh dengan realitas (memiliki pemahaman atau wawasan yang jelas).

Secara ilmiah, Neurotisme merupakan salah satu karakteristik dari model Big Five yang menunjukkan kecenderungan berkelanjutan untuk merasakan emosi negatif. Walaupun tidak dianggap sebagai diagnosis, neurotisme bisa menyebabkan masalah kesehatan mental. Contoh Gangguan Neurotik mencakup Gangguan Kecemasan Umum (GAD), yang ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan selama sekurang-kurangnya enam bulan, serta gejala fisik seperti kegelisahan dan ketegangan otot (Lestari, D., 2015).

e. Gangguan Psikotik dalam Perspektif Psikodinamik

Gangguan Psikotik, seperti Skizofrenia, adalah jenis gangguan mental yang paling serius. Ciri utama dari gangguan psikotik adalah ketidakmampuan untuk mempertahankan kontak dengan kenyataan (pengujian realitas terganggu). Gejala yang sering terlihat pada psikosis mencakup delusi (waham) serta halusinasi.

Ciri utama dari Psikotik adalah ketidakmampuan untuk berhubungan dengan realitas (gangguan dalam pengujian realitas). Ini dapat muncul dalam bentuk delusi (waham) dan halusinasi. Dari sudut pandang psikodinamik, psikosis mencerminkan kegagalan atau runtuhnya fungsi Ego yang mendasar. Ego tidak dapat dengan baik membedakan antara realitas dalam diri (fantasi) dan realitas luar (dunia nyata), yang mengakibatkan individu menciptakan dunia subjektif mereka sendiri.

Perbedaan utama antara individu neurotik dan psikotik adalah: Individu yang neurotik mengalami kesulitan dalam menghadapi kenyataan, sedangkan individu psikotik mengalami penderitaan dalam dunia mereka sendiri, yang terpisah dari kenyataan secara umum. Untuk perawatan, orang-orang yang mengalami psikosis biasanya memerlukan gabungan dari pengobatan (antipsikotik) dan terapi psikososial.

f. Mekanisme Pertahanan Diri (Defense Mechanism)

a. Konsep Dasar dan Fungsi Menjaga Integritas Ego

Mekanisme Pertahanan Diri (*Defense Mechanism*) adalah strategi psikologis yang beroperasi secara tidak sadar untuk melindungi Ego dari ancaman kecemasan yang timbul akibat konflik antara Id, Ego, dan Superego. Konsep ini pertama kali dikembangkan oleh Sigmund Freud dan kemudian dikaji secara mendalam dan disistematiskan oleh putrinya, Anna Freud (Cramer P., 2015).

Tujuan utama dari mekanisme pertahanan adalah untuk:

1. Mengurangi kecemasan.
2. Menjaga integritas Ego.
3. Mempertahankan citra diri yang positif.

Mekanisme ini bersifat normal dan digunakan secara universal. Namun, penggunaan yang berlebihan, kaku, atau tidak pada tempatnya akan mengarah pada perilaku yang kompulsif dan menjadi maladaptif, seringkali mendasari pembentukan gejala neurotik.

b. Klasifikasi Utama: Mekanisme *Fight* dan *Flight*

Mekanisme pertahanan dapat diklasifikasikan berdasarkan cara individu merespons ancaman, apakah dengan melawan (*fight*) atau menghindari (*flight*) (Pawestri, H. S., 2023):

1. Mekanisme *Flight* (Menghindar/Penarikan Diri)

- a) **Represi (*Repression*):** Mekanisme pertahanan paling dasar, yaitu secara tidak sadar menyingkirkan ide, ingatan, atau dorongan yang mengancam kembali ke alam bawah sadar.
- b) **Penyangkalan (*Denial*):** Menolak secara sadar untuk mengakui realitas eksternal yang tidak menyenangkan.
- c) **Regresi (*Regression*):** Kembali ke perilaku khas tahap perkembangan yang lebih awal dan kurang matang untuk mengatasi kecemasan.
- d) ***Displacement*:** Mengalihkan dorongan (biasanya agresi) dari objek aslinya yang mengancam ke objek pengganti yang lebih aman.

2. Mekanisme *Fight* (Melawan/Menghadapi)

- a) **Proyeksi (*Projection*):** Mengaitkan dorongan atau sifat diri yang tidak dapat diterima pada orang lain. Contoh: Merasa tidak suka pada seseorang, lalu yakin bahwa orang itu yang tidak suka pada kita.
- b) **Rasionalisasi (*Rationalization*):** Menciptakan alasan logis yang dapat diterima secara sosial untuk membenarkan perilaku yang didorong oleh motif bawah sadar yang tidak dapat diterima.
- c) **Reaksi Formasi (*Reaction Formation*):** Mengadopsi perilaku yang berlawanan dengan dorongan bawah sadar yang mengancam. Contoh: Bersikap manis secara berlebihan pada seseorang yang sebenarnya dibenci.
- d) **Sublimasi (*Sublimation*):** Mengubah dorongan Id yang tidak dapat diterima (misalnya agresi) menjadi perilaku yang konstruktif dan bermanfaat secara sosial (mekanisme paling adaptif).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis literatur yang telah dikaji, dapat disimpulkan bahwa teori kepribadian dalam perspektif psikodinamik memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai dinamika psikis manusia, mulai dari konflik intrapsikis yang dijelaskan Freud hingga perluasan konsep oleh para tokoh Neo-Freudian seperti Adler, Jung, Horney, Sullivan, dan Fromm yang lebih menekankan faktor sosial, interpersonal, dan eksistensial. Kajian ini menunjukkan bahwa perkembangan kepribadian tidak hanya dipengaruhi dorongan biologis, tetapi juga oleh pengalaman masa kanak-kanak, relasi sosial, tujuan pribadi, dan kebutuhan akan rasa aman. Selain itu, perbedaan antara gangguan neurotik dan psikotik, serta peran mekanisme pertahanan diri dalam mereduksi kecemasan, mempertegas relevansi teori psikodinamik dalam memahami perilaku normal maupun patologis. Sejalan dengan temuan tersebut, disarankan agar penelitian selanjutnya mengembangkan kajian teoritis dan aplikatif psikodinamik dalam konteks modern serta mengintegrasikannya dalam proses pembelajaran psikologi, sehingga mahasiswa dan praktisi dapat memahami hubungan antara teori dan fenomena klinis. Pemahaman ini juga diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi psikologis yang lebih komprehensif dan sensitif terhadap dinamika bawah sadar individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Pradnya Paramitha, P. E., Perdana, I., & Bungai, J. (2025). Psikososialitas dalam Teori Freud Menurut Kontribusi dan Kontroversi Sang Bapak Psikoanalisis dalam Studi Manusia. *Metta: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 5(1), 101-115.
- Setiawan, A. (2021). Klasifikasi Gangguan Neurotik dan Psikotik dalam Konteks Psikodinamika. *Jurnal Inovasi Psikologi Klinis*, 5(2), 110-125.
- Ardiansyah, A., Sarinah, S., Susilawati, S., & Juanda, J. (2022). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*, 7(1), 25-31.
- Cramer P. Memahami Mekanisme Pertahanan. *Psikiatri Psikodinamik*. Desember 2015; 43(4):523-52.
- Adriansyah, A., Sarinah, S., Susilawati, S., & Juanda, J. (2022). Kajian psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*, 7(1), 25-31.
- Lestari, H. S., & Damayanti, A. K. (2024). Psikologi Kepribadian (Jilid 1). Penerbit NEM.
- Bornstein, R. (2019/2020). The psychodynamic perspective. Dalam R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds.), *Noba textbook series: Psychology*. DEF Publishers. (Edisi online diperbarui 2020).
- Cherry, K. (2025, September 29). 20 defense mechanisms we use to protect ourselves. Verywell Mind.
- Farihah, M. (2023). Kepribadian tokoh utama pada novel karya Ahmad Fuadi: Kajian psikoanalisis Sigmund Freud. *Totobuang*, 11(1).
- McLeod, S., PhD. (2024, January 25). *Defense mechanisms in psychology explained (+ examples)*. Simply Psychology.
- Pawestri, H. S. (2023, November 16). 12 bentuk mekanisme pertahanan diri dalam situasi negatif. Hello Sehat.

- Vanacore, S. M. (2020). Karen Horney. Dalam *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Models and Theories* (pp. 67–71).
- Yidaturrohman, Y. (2024). *Gambaran mekanisme pertahanan diri dan proses penyesuaian diri pada remaja korban bullying di SMK Arrahmah Papar Kediri* (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Kediri).
- Vanacore, S. M. (2020). Karen Horney. Dalam *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Models and Theories* (hlm. 67–71).
- McWilliams, N. (2021). Psychodynamic diagnostic conceptualization of neurotic and psychotic structures. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 33–58.
- Kristiana, M. (2021). Teori hubungan interpersonal Harry Stack Sullivan dan relevansinya dalam psikologi modern. *Jurnal Interaksi Psikososial*, 7(1), 33–45.
- Cherry, K. (2023). Understanding Erich Fromm's theory of personality. *Verywell Mind*.
- Carlson, J., & Maniaci, M. (2020). Adlerian therapy: Theory and practice in contemporary counseling. *The Journal of Individual Psychology*, 76(2), 95–110.
- Perrin, T. (2022). Analytical psychology revisited: Jung's contributions in the 21st century. *Journal of Depth Psychology*, 18(1), 55–70.