

MEKANISME DAN PERILAKU INDIVIDU

Panni Simbolon¹, Helena Turnip², Clesi Damanik³, Rezkhy Tamba⁴

Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Tarutung, Tapanuli Utara, Indonesia

simbolonpanni76@gmail.com, Helenaturnip02@gmail.com, Clesidamanik@gmail.com,
rezkhytamba699@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the internal mechanisms of individuals influencing behavior, identify factors affecting individual behavior, and understand the relationship between internal mechanisms and behavior in specific situations. Using qualitative methods and literature studies, the research reveals that individual behavior is influenced by a combination of internal factors, such as emotions, perceptions, and motivation, as well as external factors, such as social and cultural environments. The behaviorist theory explains the formation of behavior through stimulus and response, while cognitive theory emphasizes the importance of thought processes and individual perceptions in responding to situations. The findings indicate that in certain situations, such as high stress or social pressure, individuals' internal mechanisms, such as coping abilities and decision-making, play a crucial role in shaping behavioral responses. This study provides theoretical and practical insights for understanding, predicting, and directing individual behavior in various life contexts.

Keywords : Individual Behavior, Internal Mechanisms, Behaviorist Theory, Cognitive Theory, Stressful Situations

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis mekanisme internal individu yang memengaruhi perilaku, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi perilaku individu, serta memahami hubungan antara mekanisme internal dan perilaku dalam situasi tertentu. Dengan menggunakan metode kualitatif dan studi literatur, penelitian ini mengungkap bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal, seperti emosi, persepsi, dan motivasi, serta faktor eksternal, seperti lingkungan sosial dan budaya. Teori behaviorisme menjelaskan pembentukan perilaku melalui stimulus dan respons, sedangkan teori kognitif menekankan pentingnya proses pemikiran dan persepsi individu dalam merespons situasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam situasi tertentu, seperti stres tinggi atau tekanan sosial, mekanisme internal individu, seperti kemampuan koping dan pengambilan keputusan, memainkan peran penting dalam membentuk respons perilaku. Penelitian ini memberikan wawasan teoritis dan praktis untuk memahami, memprediksi, dan mengarahkan perilaku individu di berbagai konteks kehidupan.

Kata kunci: Perilaku Individu, Mekanisme Internal, Teori Behaviorisme, Teori Kognitif, Situasi Stres

PENDAHULUAN

Manusia dipengaruhi oleh sekitarnya namun merupakan makhluk hidup yang dapat menentukan pikiran dan sikapnya sendiri secara aktif dan sadar sebagai bentuk pewujudan kehendak diri. Kehendak manusia dilakukan atas dasar pemenuhan kebutuhan diri sebagai upaya untuk hidup. manusia bisa melakukan banyak hal dan berproses mengembangkan dirinya terus menerus sehingga terbentuk kebudayaan yang berdampak pada fasilitas yang mempermudah kehidupan manusia itu sendiri. Manusia terdiri dari jiwa dan raga. Kualitas manusia biasa dilihat dari seberapa baik jiwanya atau disebut juga hatinya. Manusia berada pada tingkatan yang berbeda beda dilihat dari jiwanya. Terdapat manusia yang memiliki perilaku diluar batas kemanusiaan dan ada juga manusia yang memiliki tingkat kemanusiaan yang tinggi. Semua itu dilihat dari hubungan antara apa yang ada dalam jiwa manusia dengan apa yang dilakukannya kepada lingkungan.¹

Setiap individu memiliki mekanisme internal yang memengaruhi perilaku, seperti proses kognitif, emosional, dan respons fisiologis. Perilaku seseorang tidak hanya dipengaruhi faktor internal, seperti kepribadian dan motivasi, tetapi juga faktor eksternal, seperti lingkungan dan pengalaman hidup.² Memahami mekanisme ini penting untuk memprediksi serta mengarahkan perilaku individu dalam berbagai konteks, seperti keluarga, pendidikan, dan organisasi.³ Berbagai teori psikologi, seperti behaviorisme yang menjelaskan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh stimulus dari lingkungan dan penguatan⁴ dan kognitif menekankan peran pemikiran dan persepsi Individu terhadap suatu situasi⁵, menjelaskan bagaimana individu merespons situasi tertentu. Namun, hubungan antara mekanisme internal dan perilaku masih memerlukan kajian lebih mendalam, khususnya dalam memahami bagaimana individu beradaptasi, mengambil keputusan, atau merespons stres. Meskipun teori-teori tersebut memberikan landasan penting, hubungan antara mekanisme internal dan perilaku masih memerlukan kajian lebih mendalam. Mekanisme internal, seperti proses kognitif, emosi, dan motivasi, berperan besar dalam menentukan bagaimana individu merespons tantangan atau tekanan. Misalnya, dalam

¹ Ina, “*Hakikat Manusia dalam Perspektif Psikologi*”, (diakses 17 Desember 2024)
<https://dosenpsikologi.com/hakikat-manusia-dalam-perspektif-psikologi>

² Nyla R. Branscombe dan Robert A. Baron, *Social Psychology*, (USA: Pearson Education, 2012), 18.

³ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (New York: Bantam Dell, 1995), 41.

⁴ B.F. Skinner, *Science And Human Behavior*” (USA, Pearson Education: 2014), 41.

⁵ Jean Piaget, *The Science of Education and the Psychology of the Child* (Michigan, Orion Press: 1970), 81.

situasi stres, mekanisme adaptasi individu sangat beragam, tergantung pada faktor seperti kemampuan coping, pengalaman sebelumnya, dan kondisi psikologis. Selain itu, pengambilan keputusan juga melibatkan kombinasi kompleks antara pemikiran rasional dan pengaruh emosional. Kajian mendalam mengenai keterkaitan ini menjadi penting untuk memahami bagaimana individu beradaptasi dan bertindak dalam berbagai situasi kehidupan yang dinamis.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran mekanisme individu dalam membentuk perilaku, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi perilaku individu, serta menganalisis hubungan antara mekanisme internal dengan perilaku dalam situasi tertentu. Adapun rumusan masalah yang diangkat meliputi apa peran mekanisme individu dalam membentuk perilaku, faktor-faktor apa saja yang memengaruhi perilaku individu, dan bagaimana mekanisme internal berhubungan dengan perilaku dalam situasi tertentu. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis, yakni menambah wawasan tentang mekanisme dan perilaku individu, serta manfaat praktis berupa panduan bagi praktisi untuk memahami dan mengarahkan perilaku individu secara efektif dalam berbagai konteks kehidupan.

KAJIAN TEORI

Definisi mekanisme individu

Mekanisme perilaku individu merujuk pada cara dan proses terbentuknya perilaku seseorang, yang dapat dipahami melalui dua pendekatan utama: behaviorisme dan humanisme. Menurut teori behaviorisme, perilaku individu dibentuk melalui interaksi antara stimulus (rangsangan) dan respons. Proses ini dapat digambarkan dengan model $S > R$ atau $S > O > R$, di mana S adalah stimulus, O adalah organisme (individu), dan R adalah respons (perilaku). Behaviorisme menekankan bahwa pola-pola perilaku dapat dibentuk melalui proses pembiasaan dan penguatan (reinforcement) dengan menciptakan stimulus tertentu dalam lingkungan.⁶

Pendekatan humanisme memandang bahwa perilaku individu bertujuan dan dipengaruhi oleh aspek-aspek intrinsik seperti niat, motif, dan tekad dari dalam diri individu. Meskipun tanpa adanya stimulus dari lingkungan, faktor-faktor internal ini dapat menjadi penentu terbentuknya perilaku. Humanisme menjelaskan mekanisme perilaku

⁶ https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/523/2/BAB%20II.pdf?utm_source=chatgpt.com

individu dalam konteks *what* (apa tujuan yang hendak dicapai), *how* (bagaimana cara mencapai tujuan tersebut), dan *why* (mengapa individu termotivasi untuk mencapai tujuan tersebut). Motivasi yang menggerakkan perilaku dapat bersumber dari dalam diri individu (motivasi intrinsik) maupun dari luar individu (motivasi ekstrinsik).⁷ Dengan memahami kedua pendekatan ini, perilaku individu terbentuk dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal.

Konsep Dasar Perilaku Individu

Perilaku individu adalah cara seseorang bertindak, merespons, atau berpikir dalam menghadapi situasi tertentu. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam diri (seperti sifat atau emosi) maupun dari luar (seperti lingkungan dan orang di sekitar). Pemahaman tentang perilaku individu penting untuk mengetahui mengapa seseorang bertindak seperti itu, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun di tempat kerja.

Perilaku merupakan suatu karakteristik kepribadian yang menggambarkan orang yang menganggap bahwa control kehidupan mereka datang dari dalam diri mereka sendiri sebagai internalizers. Orang yang yakin bahwa kehidupan mereka dikendalikan oleh faktor eksternal disebut externalizers).⁸

Komponen Perilaku Individu

Perilaku individu dapat dilihat dari tiga bagian utama:

- a. Kognitif (Pikiran): Ini berkaitan dengan apa yang dipikirkan seseorang, seperti cara mereka memahami sesuatu atau membuat keputusan.
- b. Afektif (Perasaan): Ini melibatkan emosi atau perasaan seseorang, misalnya senang, marah, atau sedih, yang memengaruhi cara mereka bertindak.
- c. Konatif (Tindakan): Ini adalah bagaimana seseorang benar-benar bertindak atau bereaksi dalam situasi tertentu, misalnya berbicara, berjalan, atau melakukan tugas.

Teori Behaviorisme

Teori behaviorisme berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur secara langsung. Menurut Skinner (1953), perilaku individu dipengaruhi oleh stimulus dari

⁷ <https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/523/2/BAB%20II.pdf?utm>

⁸ Bernhard Tewel dkk, *Perilaku Organisasi*, (Bandung: CV Patra Media Grafindo, 2017): 72.

lingkungan melalui penguatan (reinforcement) atau hukuman (punishment). Proses ini dikenal sebagai operant conditioning, di mana individu belajar untuk merespons stimulus tertentu berdasarkan konsekuensi yang diterima. Misalnya, seseorang akan cenderung mengulangi perilaku yang mendapat penghargaan dan menghindari perilaku yang diikuti oleh hukuman. Teori ini menekankan bahwa lingkungan memiliki peran sentral dalam membentuk perilaku individu melalui proses belajar. Behaviorisme adalah pandangan bahwa perilaku seseorang bisa diubah atau dipengaruhi oleh lingkungan melalui proses yang disebut stimulus dan respons.

Contohnya dalam pendidikan

- a. Stimulus: Guru memberikan pujian atau hadiah ketika siswa belajar dengan baik.
- b. Respons: Siswa menjadi lebih rajin belajar karena ingin mendapatkan hadiah lagi.
- c. Kurikulum: Program belajar dirancang supaya siswa mendapatkan pengalaman belajar yang membuat mereka tertarik dan termotivasi.
- d. Guru: Guru dilatih agar bisa memberikan pembelajaran yang menarik dan sesuai kebutuhan siswa.
- e. Penilaian: Sistem penilaian dibuat untuk memotivasi siswa, misalnya dengan nilai bagus sebagai hasil dari usaha keras mereka.

Behaviorisme membantu menciptakan kebijakan pendidikan yang berfokus pada bagaimana siswa bisa belajar dengan cara terbaik. Tapi, agar semua ini berhasil, banyak hal harus dipersiapkan, seperti guru yang kompeten, materi belajar yang menarik, dan dukungan dari semua pihak yang terlibat dalam pendidikan.⁹

Teori Kognitif

Teori kognitif menekankan peran pemikiran, persepsi, dan pemrosesan informasi dalam membentuk perilaku individu. Menurut Neisser (1967), individu secara aktif menginterpretasi dan memaknai situasi sebelum meresponsnya. Pemikiran dan persepsi akan memengaruhi bagaimana seseorang memahami sebuah stimulus dan mengambil tindakan tertentu. Misalnya, dalam situasi yang sama, individu yang memiliki pemikiran

⁹ Irfan Taufan dan Andi Muhammad, "*Teori Behaviorisme*", DOI 1013140, ResearchGate, 2019:1. https://www.researchgate.net/publication/331233871_TEORI_BEHAVIORISME_Theory_of_Behaviorism

positif akan merespons dengan perilaku adaptif, sementara individu dengan persepsi negatif cenderung menunjukkan reaksi yang berbeda. Kognitif dalam hal ini lebih mementingkan proses dibandingkan dengan hasil, dimana di dalamnya akan lebih kepada penataan informasi, reorganisasi persepsi dan proses internal.¹⁰

Mekanisme Internal Individu

Mekanisme internal mengacu pada faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti proses kognitif, emosi, dan motivasi. Menurut Goleman (1995), emosi memainkan peran penting dalam pengambilan keputusan dan perilaku individu. Emosi positif mendorong perilaku konstruktif, sedangkan emosi negatif dapat menghambat individu dalam merespons situasi secara efektif. Selain itu, proses kognitif, seperti persepsi dan pemecahan masalah, berperan dalam mengarahkan tindakan individu saat menghadapi tantangan.

Komponen Mekanisme Internal Individu:

1. Persepsi

Persepsi adalah cara seseorang memahami dan menafsirkan informasi yang diterima dari lingkungan. Persepsi seseorang dipengaruhi oleh pengalaman sebelumnya, nilai-nilai pribadi, dan harapan mereka terhadap situasi tertentu.¹¹ Misalnya, dua orang bisa menafsirkan kritik dari atasan dengan cara berbeda, satu orang melihatnya sebagai peluang untuk berkembang, sementara yang lain merasa disalahkan.

2. Emosi dan Perasaan

Emosi memainkan peran penting dalam mekanisme internal individu. Menurut Smith (2018, hal. 35), emosi adalah reaksi internal yang melibatkan perasaan intens, seperti marah, takut, atau bahagia. Emosi ini memengaruhi bagaimana seseorang merespons suatu situasi. Misalnya, rasa takut dapat mendorong seseorang untuk menghindari risiko, sementara rasa senang dapat meningkatkan kreativitas dan produktivitas.

3. Motivasi

Motivasi adalah dorongan yang berasal dari dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu. Herzberg dalam teorinya tentang motivasi menyebutkan bahwa motivasi intrinsik,

¹⁰ Nurhadi, "Teori Kognitivisme Serta Aplikasinya dalam Pembelajaran", 2 (1) Jurnal Edukasi dan Sains 2020: 93.

¹¹ Rizky Soemangara, "Persepsi Peran, Konsistensi Peran dan Kinerja," 1(2) Jurnal Ilmu Administrasi 2006: 272.

seperti rasa puas karena prestasi, dan motivasi ekstrinsik, seperti penghargaan atau gaji, adalah faktor penting yang memengaruhi tindakan seseorang.

4. Kepribadian

Kepribadian adalah pola berpikir, merasa, dan bertindak yang relatif konsisten sepanjang waktu. Menurut Jones kepribadian seseorang memengaruhi cara mereka merespons lingkungan. Misalnya, individu dengan kepribadian ekstrovert cenderung lebih terbuka terhadap interaksi sosial dibandingkan individu introvert.

5. Nilai dan Keyakinan

Nilai dan keyakinan adalah prinsip atau standar yang menjadi dasar tindakan seseorang. Smith (2018, hal. 42) menyatakan bahwa nilai pribadi seseorang sering kali memengaruhi keputusan mereka dalam situasi tertentu. Sebagai contoh, individu yang menghargai kejujuran akan lebih cenderung menghindari tindakan manipulatif.

Faktor yang Memengaruhi Mekanisme Internal

1. Pengalaman Masa Lalu

Pengalaman sebelumnya membentuk pola berpikir dan respons seseorang terhadap situasi serupa di masa depan (Gibson et al., 2014, hal. 78). Misalnya, pengalaman traumatis dapat memengaruhi cara individu menghadapi tekanan.

2. Pengaruh Biologis

Faktor biologis seperti fungsi otak dan hormon turut memengaruhi mekanisme internal. Misalnya, kadar hormon stres seperti kortisol dapat meningkatkan kecemasan atau memengaruhi pengambilan keputusan.

3. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial, seperti keluarga, teman, atau tempat kerja, berperan dalam membentuk nilai, keyakinan, dan pola pikir seseorang.

Mekanisme Adaptasi dan Koping

Lazarus dan Folkman (1984) mengemukakan teori coping, yang menjelaskan bagaimana individu mengelola tekanan atau stres. Mekanisme koping dapat bersifat problem-focused (berfokus pada pemecahan masalah) atau emotion-focused (berfokus pada regulasi emosi). Mekanisme adaptasi ini bergantung pada faktor internal, seperti kepribadian dan pengalaman, serta faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan lingkungan. Individu dengan kemampuan koping yang baik cenderung menunjukkan perilaku adaptif dan produktif dalam menghadapi situasi yang menekan.

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penelitian yang berjudul, “Mekanisme dan Perilaku Individu”, penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur atau kajian pustaka untuk mengembangkan teori yang berhubungan dengan topik penelitian. Dalam penelitian kali ini, penulis menggunakan data sekunder sebagai data pendukung dari beberapa jurnal dan buku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Situasi Stres Tinggi

Ketika individu berada dalam situasi stres tinggi, seperti ujian atau wawancara kerja, mereka cenderung mengalami respons "fight or flight". Beberapa individu mungkin menunjukkan perilaku produktif dengan bekerja keras, sementara yang lain mungkin mengalami kebekuan atau melarikan diri dari situasi tersebut. Stres adalah kondisi di mana seseorang merasa tertekan karena berbagai tekanan dari lingkungan atau pikiran. Tingkat stres yang tinggi dapat memengaruhi cara kita berpikir dan berkonsentrasi. Misalnya, jika seseorang tinggal di lingkungan yang bising, suara-suara tersebut dapat menyebabkan stres. Hal ini terjadi karena otak harus bekerja lebih keras untuk memilah suara mana yang penting dan mana yang harus diabaikan.

Stres tidak hanya memengaruhi kemampuan berpikir (kognisi) seseorang, tetapi kemampuan berpikir juga bisa memengaruhi seberapa besar stres yang dirasakan. Misalnya, ketika seseorang sedang mengerjakan ujian, kemampuan berpikirnya akan memengaruhi hasil ujiannya. Jika kemampuan berpikirnya terganggu karena stres, hasil ujian mungkin menjadi kurang memuaskan. Hubungan ini disebut hubungan dua arah antara kognisi dan stres. Salah satu kemampuan berpikir yang terlibat dalam hal ini adalah fungsi eksekutif. Fungsi eksekutif adalah kemampuan otak untuk mengatur dan mengontrol pikiran serta tindakan.¹²

Situasi dengan Tekanan Sosial

Dalam eksperimen Solomon Asch, individu sering kali menyesuaikan jawaban mereka dengan kelompok, meskipun jawaban kelompok tersebut salah. Ini menunjukkan

¹² Hearing Me (diakses 17 Desember 2024), “*Mendengarkanku*”, Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman dan Dawnesia, 2022. <https://hearingme.fk.unmul.ac.id/tentang/stress>

kekuatan konformitas dalam memengaruhi perilaku. Pada Individu yang mengalami tekanan sosial maka disarankan untuk fokus pada terapi perilaku kognitif.¹³ Terapi perilaku kognitif yang didasarkan pada prinsip-prinsip kognisi sosial, telah menjadi beberapa perawatan paling efektif untuk berbagai gangguan psikologis, termasuk depresi dan kecemasan. Dengan demikian, psikologi sosial tidak hanya memajukan pemahaman kita tentang perilaku manusia tetapi juga menyediakan alat praktis untuk meningkatkan kesejahteraan individu dan kolektif di berbagai bidang kehidupan.

Situasi Konflik Moral

Teori Kohlberg (1958) tentang perkembangan moral menjelaskan bahwa individu bertindak berdasarkan tingkat moralitas mereka. Pada tingkat tertinggi (post-konvensional), individu membuat keputusan berdasarkan prinsip universal, bukan sekadar norma sosial. Di dalam kehidupan sehari-hari hampir setiap situasi sosial yang melibatkan konflik moral. Menurut penelitian Nina Singer dkk, yang mengembangkan dan menguji hal baru untuk menilai pengambilan keputusan dalam konflik moral sehari-hari dengan membuat skala dengan 40 pertanyaan yang melibatkan pilihan antara perilaku altruistik (mengutamakan orang lain) dan egoistik (mengutamakan diri sendiri) maka ditemukan bahwa dalam tiga survei independen (200 peserta). Hasilnya kedekatan sosial memengaruhi pengambilan keputusan moral sehari-hari. Fokus pada situasi moral sehari-hari, yang mana peserta lebih menerima pilihan egoistik, baik untuk orang jauh maupun dekat secara sosial dan bahwa peserta lebih percaya diri dalam membuat keputusan ekstrem pada situasi yang sering mereka alami, seperti konflik dengan orang yang jauh secara sosial.¹⁴

Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Individu

Faktor dari dalam diri (internal), seperti sifat bawaan, emosi, atau kepribadian seseorang.¹⁵ Misalnya, seseorang yang pemalu mungkin cenderung menghindari berbicara di depan umum. Faktor dari lingkungan yakni tempat tinggal, teman, budaya, atau aturan sosial di sekitar mereka. Contohnya, seseorang mungkin lebih ramah karena tinggal di lingkungan yang hangat dan mendukung. Faktor psikologis yakni pikiran, motivasi, atau

¹³ Annika Steele (diakses 17 Desember 2024), "*Psikologi sosial*", The Decision Lab 2020.

¹⁴ Nina Singer dkk, (diakses 17 Desember 2024), "*Pengambilan Keputusan dalam SituaKonflik Moral Sehari-hari*", National Library of Medicine PMC Central, 2019.

¹⁵ Goldberg, "An Alternative Description of Personality The Big-Five Factor Structure" *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990.

pengalaman seseorang juga memengaruhi cara mereka bertindak. Dalam hal ini, kepribadian, emosi dan nilai keyakinan dari individu itu sendiri yang berpengaruh cukup besar.

Hubungan antara Mekanisme Internal dan Perilaku

Hubungan antara mekanisme internal dan perilaku individu sangat kompleks dan dinamis. Mekanisme internal, seperti emosi, pemikiran, dan motivasi, berinteraksi dengan faktor eksternal untuk membentuk respons perilaku terhadap situasi tertentu. Misalnya, dalam situasi yang menekan, individu dengan mekanisme adaptasi yang kuat akan cenderung merespons secara positif, sementara individu dengan persepsi negatif mungkin menunjukkan perilaku yang menghindar atau defensif. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman yang mendalam tentang mekanisme internal dapat membantu memprediksi dan mengarahkan perilaku individu dalam berbagai konteks kehidupan.

Implementasi Praktis

Di dalam bidang pendidikan menggunakan penguatan positif untuk mendorong perilaku belajar yang baik (behaviorisme). Memberikan bimbingan untuk membantu siswa mengelola emosi dan persepsi negatif (kognitif). Di dalam organisasi menerapkan sistem penghargaan untuk memotivasi karyawan (Herzberg).memberikan pelatihan pengembangan diri yang berfokus pada peningkatan kesadaran diri dan pengendalian emosi Dalam bidang psikoterapi membantu klien memahami dan mengubah persepsi yang maladaptif melalui terapi kognitif.. Mengembangkan strategi koping adaptif untuk mengelola stres.

KESIMPULAN

Perilaku individu dibentuk oleh mekanisme internal, seperti emosi, motivasi, dan persepsi, yang saling berinteraksi dengan faktor eksternal. Mekanisme ini menentukan bagaimana individu merespons tantangan, tekanan, atau situasi tertentu. Faktor internal seperti kepribadian, nilai, dan keyakinan memengaruhi cara individu merespons situasi, sementara faktor eksternal seperti lingkungan sosial dan budaya memberikan konteks yang membentuk perilaku. Behaviorisme menjelaskan bahwa perilaku dapat dipengaruhi oleh penguatan atau hukuman dari lingkungan. Kognitifisme menekankan pentingnya pemikiran

dan persepsi dalam memahami situasi dan bertindak. Humanisme memahami perilaku sebagai hasil motivasi intrinsik dan kehendak bebas.

DAFTAR PUSTAKA

- Annika Steele (diakses 17 Desember 2024), “Psikologi sosial”, The Decision Lab 2020.
- B.F. Skinner (2014), *Science And Human Behavior*, USA, Pearson Education.
- Bernhard Tewal dkk (2019) *Perilaku Organisasi*, Bandung: CV Patra Media Grafindo.
- Daniel Goleman (1995) *Emotional Intelligence*, New York: Bantam Dell. fiadi. Vol. 12. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia.
- Goldberg, “An Alternative Description of Personality The Big-Five Factors Structure” *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990.
- <https://dosenpsikologi.com/hakikat-manusia-dalam-perspektif-psikologi>
- <https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/523/2/BAB%20II.pdf?utm>
- https://www.researchgate.net/publication/331233871_TEORI_BEHAVIORISME_Theory_of_Behaviorism
- Ina, “Hakikat Manusia dalam Perspektif Psikologi”, (diakses 17 Desember 2024)
- Irfan Taufan dan Andi Muhammad (2019) “Teori Behaviorisme”, DOI 1013140, ResearchGate.
- Nina Singer dkk, (diakses 17 Desember 2024), “Pangambilan Keputusan dalam Situa Konflik Moral Sehari-hari”, National Library of Medicine PMC Central, 2019.
- Nurhadi (2020). “Teori Kognitivisme Serta Aplikasinya dalam Pembelajaran”, 2 (1) *Jurnal Edukasi dan Sains*.
- Nyla R. Branscombe dan Robert A. Baron (2012) *Social Psychology*, USA: Pearson Education.
- Piaget Jean (1970). *The Science of Education and the Psychology of the Child* (Michigan, Orion Press).
- Rizky Soemangara (2006). “Persepsi Peran, Konsistensi Peran dan Kinerja,” 1(2) *Jurnal Ilmu Administrasi*.
- Wibowo EPP (diakses 17 Desember 2024), “Mendengarkanku”, Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman dan Dawnesia, 2022. <https://hearingme.fk.unmul.ac.id/tentang/stress>