

SISTEM KOMUNIKASI INTRAPERSONAL

By: Dian Putri

INTRO

- Bab ini akan menguraikan bagaimana orang menerima informasi, mengolahnya, menyimpannya, dan menghasilkannya kembali.
- Proses pengolahan informasi, yang disebut dengan komunikasi intrapersonal meliputi sensasi, persepsi, memori, dan berpikir.

SENSASI

- Adalah proses menangkap stimuli.
- Berasal dari kata *sense* (alat penginderaan yang menghubungkan organisme dengan lingkungannya).
- Kesimpulan:
 - Fungsi alat indra dalam menerima informasi dari lingkungan sangat penting.
 - Melalui alat indra, manusia dapat memahami kualitas fisik lingkungannya.
 - Juga, manusia dapat memperoleh pengetahuan dan semua kemampuan untuk berinteraksi dengan dunianya.

SENSASI

- Kita mengenal lima alat indera atau pancaindra. Psikologi menyebut sembilan (bahkan sebelas), yakni: penglihatan, pendengaran, kinestesis, vestibular, perabaan, temperatur dan sakit, perasa, dan penciuman.
- Sumber informasi boleh berasal dari dunia luar (eksternal) atau dari dalam individu sendiri (internal).
- Informasi dari luar diindrai oleh **eksteroseptor** (telinga, mata). Informasi dari dalam diindrai oleh **intereoseptor** (sistem peredaran darah). Lalu, gerakan tubuh kita diindrai oleh **proprioseptor** (organ vestibular).
- Yang menyentuh alat indera ada dari luar atau dari dalam, disebut stimulus. Saat ini sedang membuat materi dengan PPT (**stimulus eksternal**), dalam pikiran sedang diganggu dengan perihai lainnya yang juga sama pentingnya (**stimulus internal**).
- Faktor situasional juga memengaruhi sensasi. Ketajaman sensasi juga ditentukan oleh faktor personal.

PERSEPSI

- Adalah proses memberi makna pada sensasi sehingga manusia memperoleh pengetahuan baru.
- Adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan.
- Hubungan sensasi dengan persepsi sangat terkait, yakni sensasi adalah bagian dari persepsi, meski begitu menafsirkan makna informasi indrawi tidak hanya melibatkan sensasi, namun atensi, ekspektasi, motivasi, dan memori (Desiderato).
- Persepsi bisa jadi salah mengartikan pesannya. Persepsi seperti halnya sensasi, ditentukan oleh faktor situasional dan faktor personal.
- David Kresch dan Richard S. Crutchfield, menyebutnya faktor fungsional dan faktor struktural.

PERSEPSI

- PERHATIAN (*Attention*),

- > adalah proses mental ketika stimulus atau rangkaian stimulus menjadi menonjol dalam kesadaran pada saat stimulus lainnya melemah. (Kenneth E. Andersen)

- > Perhatian terjadi bila kita mengonsentrasikan diri pada salah satu alat indra kita, dan mengenyampingkan masukan-masukan melalui alat indra yang lain.

- a). **Faktor Eksternal Penarik Perhatian,**

- > Faktor situasional terkadang disebut determinan perhatian yang bersifat eksternal penarik perhatian (*attention getter*).

- > Beberapa stimulus yang sifatnya menonjol:

1. Gerakan
2. Intensitas Stimuli
3. Kebaruan (*Novelty*), dan
4. Perulangan

PERSEPSI

b). **Faktor Internal Penarik Perhatian,**

-> adanya stimulus dari luar, kita melakukan perhatian yang selektif (selective attention).

-> Faktor yang menjadi perhatian kita lolos dari perhatian orang lain atau sebaliknya. Hal ini karena, adanya kecenderungan kita melihat apa yang ingin kita lihat, kita mendengar apa yang ingin kita dengar.

-> Perbedaan perhatian ini timbul dari faktor-faktor internal dalam diri:

1. Faktor-faktor Biologis, dan
2. Faktor-faktor Sosiopsikologis

PERSEPSI

- Faktor-faktor Fungsional yang Menentukan Persepsi
 - > Berasal dari kebutuhan, pengalaman masa lalu, dan hal-hal lain yang termasuk apa yang kita sebut sebagai faktor-faktor personal.
 - > Yang menentukan persepsi bukan jenis atau bentuk stimulus, melainkan karakteristik orang yang memberikan respons pada stimulus tersebut.
 - > Krech dan Crutchfield merumuskan dalil persepsi. Pertama, persepsi bersifat selektif secara fungsional. Dalili ini berarti bahwa objek-objek yang memenuhi tujuan individu yang melakukan persepsi.
 - > Pengaruh kebudayaan terhadap persepsi sudah merupakan psikologi antarbudaya (*cross cultural psychology*) dan komunikasi antarbudaya (*intercultural communication*).
 - > Faktor fungsional yang memengaruhi pembentukan persepsi disebut sebagai kerangka rujukan. McDavid dan Harari, psikolog menganggap adanya kerangka rujukan sangat membantu untuk menganalisis interpretasi perseptual dari peristiwa yang dialami.

PERSEPSI

- Faktor-faktor Struktural yang Menentukan Persepsi
 - > Teori Gestalt (Kohler, Wartheimer, dan Koffka) merumuskan prinsip-prinsip persepsi yang bersifat struktural.
 - > Bila kita mempersepsi sesuatu, kita mempersepsinya sebagai suatu keseluruhan. Kita tidak bisa hanya melihat bagian-bagiannya saja, lalu menghimpunnya.
 - > Dengan kata lain, jika kita ingin memahami suatu peristiwa, kita tidak dapat meneliti fakta-fakta yang terpisah, kita harus memandangnya dalam hubungan keseluruhan.
 - > Untuk memahami seseorang, kita harus melihatnya dalam konteksnya, lingkungannya, dan masalah yang dihadapi.
 - > Dalil prinsip kedua (sebelum pertama), medan perseptual dan kognitif selalu diorganisasikan dan diberi arti. Kita mengorganisasikan stimulus dengan melihat konteksnya.

PERSEPSI

- > Dalil prinsip ketiga, sifat-sifat perseptual dan kognitif dari substruktur ditentukan pada umumnya oleh sifat-sifat struktur secara keseluruhan. Jika Individu dianggap sebagai anggota kelompok akan dipengaruhi oleh keanggotaan kelompoknya.
- > Dalil prinsip keempat, objek atau peristiwa yang berdekatan dalam ruang dan waktu atau menyerupai satu sama lain, cenderung ditanggapi sebagai bagian dari struktur yang sama.
- > Kebudayaan juga berperan dalam melihat kesamaan. Pada masyarakat melakukan pengelompokan.
- > Dalam komunikasi, dalil ini juga sering dipakai oleh komunikator untuk meningkatkan kredibilitasnya. Dengan menghubungkan dirinya atau mengakrabkan dirinya dengan orang-orang yang prestise disebut *gilt by association*. Jika sebaliknya, kredibilitas berkurang karena berdampingan dengan yg nilai kredibilitasnya rendah disebut *guilt by association*.

MEMORI

- Memori berperan penting dalam memengaruhi, baik persepsi maupun berpikir.
- Erat kaitannya dengan Psikologi Kognitif.
- Memori melewati 3 proses, yakni perekaman (*encoding*), penyimpanan (*storage*), dan pemanggilan (*retrieval*).
- Jenis-jenis memori:
 1. Pengingatan (*Recall*),
 2. Pengenalan (*Recognition*),
 3. Belajar lagi (*Relearning*), dan
 4. Redintegrasi (*Redintegration*).

MEMORI

- Mekanisme Memori
- > Terdapat tiga teori yang menjelaskan memori:
 1. Teori Aus (*Disuse Theory*),
 2. Teori Interferensi (*Interference Theory*), dan
 3. Teori Pengolahan Informasi (*Information Theory*)

BERPIKIR

- Apakah Berpikir Itu?
 - > Proses keempat yang memengaruhi penafsiran kita terhadap stimulus adalah berpikir.
 - > Dalam berpikir akan melibatkan: sensasi, persepsi, dan memori.
 - > Berpikir merupakan manipulasi atau organisasi unsur-unsur lingkungan dengan menggunakan lambang-lambang sehingga tidak perlu langsung melakukan kegiatan yang tampak.
 - > Berpikir melibatkan penggunaan lambang, visual, atau grafis. Sebab, dengan berpikir untuk memahami realitas dalam rangka mengambil keputusan (*decision making*), memecahkan persoalan (*problem solving*), dan menghasilkan yang baru (*creativity*)

BERPIKIR

- Bagaimana Orang Berpikir?

- > Ada dua maca berpikir, yakni berpikir autistik dan berpikir realistik.

- > Berpikir autistik, orang melarikan diri dari kenyataan dan melihat hidup sebagai gambar-gambar fantastis.

- > Berpikir realistik, disebut juga nalar (reasoning), ialah berpikir dalam rangka menyesuaikan diri dengan dunia nyata.

- > Floyd L. Ruch, menyebut tiga macam berpikir realistik: deduktif (umum ke khusus), induktif (khusus ke umum, melakukan generalisasi), dan evaluatif (berpikir kritis, menilai baik-buruknya, tepat atau tidaknya suatu gagasan. Menilainya menurut kriteria tertentu).

- > Terkadang berpikir analogis yang tidak logis paling sering digunakan untuk menetapkan keputusan, memecahkan soal, dan melahirkan gagasan baru.

BERPIKIR

- Menetapkan Keputusan (*Decision Making*)

-> Salah satu fungsi berpikir adalah menetapkan keputusan.

-> Terdapat tanda-tanda umum: (1) keputusan merupakan hasil berpikir, hasil usaha intelektual; (2) keputusan selalu melibatkan pilihan dari berbagai alternative; (3) keputusan selalu melibatkan tindakan nyata, walaupun pelaksanaannya boleh ditangguhkan atau dilupakan.

-> Faktor personal sangat menentukan suatu keputusan, antara lain kognisi, motif, dan sikap.

BERPIKIR

- Memecahkan Persoalan (*Problem Solving*)

-> Proses memecahkan persoalan langsung melalui lima tahap (yang mana tidak selalu demikian):

1. Terjadi peristiwa ketika perilaku yang biasa dihambat karena sebab-sebab tertentu.
2. Mencoba menggali memori untuk mengetahui cara-cara apa saja yang efektif pada masa yang lalu.
3. Pada tahap ini, akan mencoba seluruh kemungkinan pemecahan yang pernah diingat atau yang dapat dipikirkan.
4. Mulai menggunakan lambang-lambang verbal atau grafis untuk mengatasi masalah.
5. Tiba-tiba terlintas dalam pikiran pada suatu permasalahan “Aha” disebut Aha Erlebnis (pengalaman Aha) atau lebih lazim disebut insight solution.

THANK YOU