

TEORI KOGNITIF (COGNITIVE THEORY)

**Oleh
Fathul Lubabin Nuqul**

A. Tokoh Dibalik Teori

Membahas tokoh teori kognitif tak akan bisa lepas dengan pembahasan tentang tokoh teori gestalt sebut saja Kurt Koffka (1886-1941) dan Wolfgang Kohler serta Max Westaimer (1880-1943) yang bersama-sama mendirikan aliran gestalt. Koffka berlatar belakang neurolog (ahli saraf). Wertheimer merupakan seorang ahli filsafat meskipun dia pernah belajar ilmu hukum selama 2 tahun. Sejak itu kemunculan tokoh yang melakukan penelitian dalam perpektif kognitif tidak lepas dari konsep para tokoh gestalt. Sebut saja Leon Festinger (1919-1990) atau Fritz Heider.

Heider lahir di Vienna tahun 1896 dia menghabiskan waktu kanak-kanaknya di Craz, disana dia banyak dipengaruhi oleh psikolog Victorio Benussi yang merupakan salah satu orang yang pertama kali memimpin dan mengumpulkan penelitian-penelitian dalam persesi gestalt. Kemudian Heider kuliah di Universitas Berlin, disana dia mengikuti kuliah Wertheimer dan Kohler yang sangat terkenal kala itu. Dalam kuliah tersebut dia banyak menemukan konsep-konsep Psikologi gestalt.

Heider juga pernah menjadi asisten dari Koffka di Smith Collage. Heider juga sempat pindah ke Kansas pada tahun 1947. berbagai penghargaan banyak di perolehnya berbagai penghargaan seperti The Lewin Memorial Award tahun 1959, penghargaan Byron Caldwell Smith yang diberikan oleh Universitas Kansas tahun 1963 dan penghargaan sebagai ilmuan yang terkemuka diberikan oleh American

Psychological Association tahun 1965. Heider terkenal dalam Psikologi social dengan *balance theory* dan teori atribusi.

Festinger hidup di tahun 1919 dan meninggal 1989, teorinya banyak dipengaruhi oleh Lewin, teori yang sangat terkenal dari Festinger adalah disonansi kognisi (akan dibahas lebih lanjut) yang tertuang dalam bukunya *A Theory of Cognitive Disonance* yang terbit tahun 1957.

B. Konsep

Teori yang lain dalam perspektif Psikologi sosial adalah *cognitive theory*, premis dasar dari teori ini adalah bahwa aktivitas mental individu sangat penting dalam menentukan perilaku sosial. Aktivitas mental disini disebut proses kognitif. (*cognitive processes*), termasuk juga persepsi, memori, penilaian (*judgment*), problem solving dan pengambilan keputusan. *Cognitive theory* tidak mengabaikan pentingnya stimulus eksternal. Tetapi dalam *cognitive theory* menyatakan bahwa kaitan antara stimulus dan respon tidak terjadi secara mekanis seperti komponen mesin. Tetapi proses kognitif individu terjadi karena perpaduan antara stimulus eksternal dengan respon *behavioral*. Individu tidak hanya secara aktif memaknai stimulus dari luar tetapi juga menyeleksi tindakan dalam membuat respon untuk stimulus.

Secara historis pendekatan kognisi untuk Psikologi sosial telah dipengaruhi oleh pendekatan Kofka, Kohler dan kelompok Gestalt dalam Psikologi. Prinsip utama Psikologi Gestalt bahwa individu merespon konfigurasi stimulus secara kesatuan dan mempunyai ciri tertentu. Dengan kata lain seseorang memahami arti dari sebuah stimulus hanya dengan melihat obyek tersebut dalam konteks dalam

elemen-elemen sistem yang melekat. Misalnya seorang pecatur tidak akan mengukur pentingnya buah catur di papan catur tanpa mempertimbangkan lokasi dan strategi dari keseluruhan buah catur yang ada. Jadi untuk memahami beberapa elemen, kita harus keseluruhan yang terdiri dari bagian-bagian.

Teori kognitif modern (Fiske & Taylor, 1991) menggambarkan manusia dalam melakukan proses kognisi dengan secara aktif menyeleksi dan menginterpretasikan stimulus. Menurut pandangan ini orang-orang melakukan lebih banyak reaksi pada lingkungan mereka. Mereka secara aktif membuat struktur atau skema tentang dunia mereka secara kognitif. Pertama karena mereka tidak mungkin memperhatikan seluruh stimulus yang kompleks yang ada di sekitar mereka. Mereka hanya menyeleksi beberapa stimulus yang dianggap penting atau dianggap bermanfaat bagi mereka dan mengabaikan stimulus yang lain. Kedua. Orang-orang selalu aktif mengontrol kategori dan konsep-konsep yang mereka pakai untuk menginterpretasikan stimulus dalam lingkungannya. Salah satu implikasi dari teori ini adalah beberapa individu dapat membentuk kesan yang benar-benar berbeda terhadap stimulus di lingkungannya.

Berkaitan dengan hal di atas, berikut ini contoh yang sering terjadi. Apa yang terjadi jika beberapa orang melihat sebuah rumah kosong yang di depannya terpampang jelas tulisan "dikontrakkan". Jika seorang kontraktor bangunan melintas di depan rumah tersebut dia akan memberikan perhatian penuh terhadap kualitas konstruksi bangunan, dia melihat kayu, tembok, atap dan kaca juga beberapa perbaikan yang diperlukan. Orang lain mungkin tidak seperti itu, seorang karyawan pabrik yang akan menyewa rumah tersebut akan melihat apakah letak rumah jauh-

dekatnya dengan tempat kerja, bagaimana dengan tetangganya apakah baik, apakah rumah tersebut bocor atau tidak?. Berbeda dengan seorang makelar yang akan mengontrak rumah akan berbeda lagi dalam melihat rumah kontraan tersebut dari sisi harga, hipotik, kepemilikan, sertifikat dan naik-turunnya harga tanah.

C. Struktur Kognitif dan Skema

Perspektif utama dari konsep kognitif ini adalah struktur kognitif (*cognitive structure*) mengenai beberapa organisasi kognitif (konsep dan belief) secara panjang lebar. Sebab proses kognitif seseorang saling berhubungan, teori kognitif memberikan perhatian yang pasti bagaimana individu membangun struktur dan mengorganisasinya dalam ingatan, begitu juga bagaimana kognisi mempengaruhi penilaian individu terhadap sebuah obyek.

Ahli Psikologi sosial mengemukakan bahwa individu menggunakan struktur kognitif khusus yang dinamakan skema (*schema*) yang berguna untuk membuat pengertian informasi yang kompleks tentang orang lain, kelompok dan situasi. Kata Schema diambil dari bahasa Yunani yang berarti “bentuk” dan schema berkaitan dengan bentuk atau sketsa dasar tentang apa yang kita ketahui tentang orang dan segala sesuatu. Contohnya skema kita tentang mahasiswa Fakultas Hukum mungkin akan terdiri dari satu set sifat yang menimbulkan karakter seseorang seperti: cerdas, analitis, suka berfikir logis, suka debat, teliti, cekatan, mempunyai strategi yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain dan suka keadilan. Skema kita pasti akan menggambarkan pengalaman kita dengan para pengacara dan mahasiswa hukum, begitu juga konsep kita tentang sifat apa yang dibutuhkan untuk bisa sukses dalam profesi hukum. Begitu kita memegang skema ini tidak berarti kita

percaya semua orang dengan karakter seperti ini adalah mahasiswa hukum atau kemudian semua mahasiswa fakultas hukum akan mempunyai seluruh karakter-karakter ini. Kita mungkin akan terkejut jika kita bertemu dengan seseorang yang mengesankan pada kita sebagai seorang yang tidak logis, kurang cerdas, kurang sensitif, sukar berkomunikasi, awut-awutan dalam berpakaian dan menarik diri dan kemudian diketahui bahwa dia adalah seorang mahasiswa hukum.

Skema penting dalam interaksi sosial sebab skema membantu kita dalam menginterpretasikan lingkungan secara efisien. Bilamana kita berjumpa dengan orang untuk pertama kali, kita biasanya membentuk kesan “siapa orang itu?” (yang kita temui tadi). Dalam hal ini kita tidak hanya melihat perilaku orang tersebut tetapi kita juga menyamakan dengan orang yang kita ketahui sebelumnya. Untuk itu kita menggunakan skema mengenai tipe orang ini. Skema membantu kita memproses informasi yang memungkinkan kita mengenali karakteristik seseorang mana yang penting dan mana yang tidak. Skema membuat struktur dan mengorganisasi informasi tentang orang tertentu dan skema membantu kita mengingat informasi lebih baik dan memproses informasi tersebut dengan lebih cepat. Kadang kala skema membuat jarak pengetahuan dan memungkinkan kita mengambil kesimpulan serta penilaian tentang seseorang.

Ilustrasi lebih lanjut, berkaitan dengan sebuah fakultas hukum, pegawai pendaftaran yang menghadapi tugas untuk menentukan kandidat yang terdaftar sebagai palajar. Untuk membantu pemrosesan surat lamaran, dia menggunakan skema untuk *Strong Law Student Candidate* (memenuhi kriteria) yang didasarkan pada trait atau sifat yang dipercaya membawa kesuksesan dalam belajar di fakultas

hukum dan masa-masa setelahnya. Petugas pendaftaran tidak ragu memberikan perhatian khusus terhadap informasi berkaitan dengan kandidat yang sesuai dengan skema untuk mahasiswa hukum dan dia akan mengabaikan informasi yang lain. Skor Tes Potensi Akademik dan nilai Rapor sangat mungkin diperhatikan, sedangkan hasil tes warna dan kemampuan oleh raga diabaikan dan sebagainya.

Skema jarang sempurna sebagai keputusan untuk memprediksi, dan petugas pendaftaran mungkin sekali akan membuat kesalahan, beberapa pendaftar akan gagal dalam menyelesaikan kuliahnya dan yang lain akan sukses. Lalu petugas pendaftaran yang lain mungkin menerima kandidat dengan skema yang berbeda. Meskipun skema mempunyai kekurangan skema sering kali sungguh unggul digunakan untuk kerangka yang non sistematis.

D. Cognitive Consistency

Salah satu cara untuk mempelajari struktur kognitif adalah dengan melihat perubahan yang terjadi dalam kognisi seseorang jika orang tersebut berada dalam tantangan atau dalam tekanan. Perubahan akan menunjukkan fakta tentang apa yang mendasari struktur dan organisasi kognitif seseorang. Sebuah ide penting muncul dari pendekatan ini adalah *principle of consistency* yang menyatakan bahwa individu berusaha keras untuk memegang ide secara konsisten dan selaras dengan orang lain. Jika seseorang memegang ide yang tidak konsisten dan tidak selaras maka dia akan mengalami konflik internal. Akibatnya dia akan merubah satu atau lebih ide-idennya tersebut. Sehingga membuat dia konsisten dan keluar dari konflik.

Sebagai contoh, bagaimana anda berfikir tentang teman anda yang bernama Ahmad: a) Ahmad telah menjadi teman baik selama 8 tahun; b) anda sangat tidak

suka pada obat-obatan terlarang dan orang-orang yang menggunakannya; c). Ahmad baru-baru ini mulai menggunakan obat terlarang. Pemikiran seperti ini dengan jelas saling berhubungan tetapi tidak selaras satu dengan yang lainnya. Prinsip konsistensi kognitif memprediksi bahwa perubahan kognitif akan terjadi. Yaitu anda akan merubah yang mana, sikap negative anda terhadap obat terlarang atau sikap positif terhadap Ahmad, atau mungkin juga anda akan melakukan intervensi dan mencoba merubah perilaku Ahmad

Ahli Psikologi sosial telah mengembangkan beberapa teori yang bermanfaat berdasarkan gagasan konsistensi umum antara lain *balance theory* dan disonansi kognisi. *Cognitive Theory* telah banyak menyumbangkan kontribusi besar dalam Psikologi sosial. *Cognitive Theory* telah membicarakan beberapa fenomena seperti konsep diri, persepsi dan atribusi, perubahan sikap, manajemen kesan dan stereotype kelompok. Dalam hal ini *Cognitive Theory* telah banyak menghasilkan insight dan bantahan terhadap prediksi kaitannya dengan perilaku individual dan perilaku sosial.

1. Balance Theory (Teori P-O-X.)

Balance Theory, pada awalnya di kemukakan oleh Fritz Heider (1958). Teori ini berpangkal pada perasaan-perasaan seseorang (P) terhadap orang lain (O) dan hal lain (X). X bisa berupa orang atau benda mati, makanya teori ini disebut juga teori P-O-X. Ketiganya (P – O – X) membentuk kesatuan (*Unity*), jika unit tersebut mempunyai sifat yang sama maka akan tercipta keseimbangan (*Balance*) dan tidak ada dorongan untuk berubah. Keadaan seimbang (*Balance*) adalah keadaan dimana unsur saling berhubungan sesara harmonis dan tidak ada kecenderungan untuk

berubah. Tapi jika unit tersebut tidak punya sifat sama maka akan timbul *tension* dan timbul tekanan untuk mengubah organisasi kognisi. Contoh sebut saja bapak Amir (P) menyukai calon menantunya (O) maka hubungan keduanya akan seimbang atau balance jika si bapak juga menyukai ayah dari calon menantunya tersebut (X). sebaliknya hubungan antara Pak Amir dengan calon menantunya tidak akan seimbang jika masing-masing kurang menyukai dengan latar belakang keluarganya.

Dari contoh tersebut dapat di aplikasikan bahwa menurut *balance theory* dalam berinteraksi terjadi kenyamanan dan keseimbangan, perlu kita saling memahami dan saling mengerti latar belakang dan hal-hal yang berkaitan (misalnya pemikiran, ideologi, status sosial dan lain-lain) dengan siapa kita berinteraksi.

Akibat Dari Kecenderungan Menuju Keseimbangan

1. Keadaan seimbang (*balance*) umumnya lebih disukai, tetapi kadang kala keadaan yang tidak seimbang (*Imbalance*) juga menyenangkan. Misalnya panjat tebing, film horor dan lain-lain
2. Keadaan tidak seimbang menimbulkan desakan untuk merubah hubungan-hubungan kognitif, pada poin inilah umumnya yang terjadi pada beberapa teori kognitif yang lain.
3. Keadaan seimbang menyebabkan P menginduksikan hubungan-hubungan lain. Misalnya: P berhubungan dengan O induksinya P menyukai O, P memiliki X induksinya, P menyukai X.

Dalam eksperimen yang berdasarkan pada teori balance Lerner & Simons (dalam West & Wiclund, 1980) menemukan bahwa subyek yang melihat temannya mendapat hukuman setrum listrik, jika dia tertarik (menyenangi) teman tersebut

maka dia akan membebaskannya dan jika dia tidak senang dengan temannya tersebut maka dia akan memberikan menghukum lebih keras pada temannya tersebut. Alasan kenapa ini bisa terjadi menurut Lerner bahwa individu menganggap bahwa apa yang orang lain dapatkan berdasarkan apa yang dia perbuat (*merit system*).

Eksperimen tersebut diatas bisa diaplikasikan dalam dunia hukum bahwa seorang hakim sebagai membuat vonis atau masyarakat yang menilai hukuman, potensial mempunyai bias daya tarik. Mereka yang berpenampilan menarik akan cenderung dianggap baik dan ditoleransi kesalahannya sedangkan mereka yang berpenampilan menarik akan cenderung dihukum lebih berat. Sebaliknya jika ada orang jahat berpenampilan menarik maka akan muncul perasaan *imbalance*. Karena dalam konsep *balance theory* kita (sebagai P) akan melihat perilaku atau kejahatan orang lain sebagai obyek (O) juga memperhatikan trait dan penampilan luar dari orang tersebut (X) .

2. Cognitive Disonance

Teori ini dikemukakan oleh Leon Festinger pada tahun 1956, Disonansi selalu terjadi dalam kaitan elemen-elemen kognitif yang saling berhubungan, elemen kognitif yaitu hal-hal yang diketahui oleh seseorang tentang dirinya, tingkah lakunya dan lingkungannya.

Faktor yang paling menentukan dalam elemen kognitif adalah realita. Elemen kognitif berhubungan antara hal-hal yang dalam kejiwaan dan hal-hal yang ada

dalam lingkungan. Pertama Hubungan yang tidak yaitu hubungan elemen kognitif yang tidak saling terkait.

Kedua, Hubungan Disonan yaitu ketika hubungan antara elemen kognitif terjadi suatu penyangkalan dari satu elemen yang diikuti oleh elemen yang lain. Misalnya seorang kehujanan seharusnya basah tapi kenyataannya tidak basah, hubungan disonan ini akan mengakibatkan perasaan tidak senang, janggal aneh, yidak puas, penasaran yang membuat orang untuk bertindak mencapai hubungan yang konsonan.

Ketiga, hubungan konsonan yaitu hubungan antara elemen-elemen kognitis yang merupakan hubungan yang relevan antara dua elemen dan tidak terjadi disonan. Misalnya; kena hujan maka basah. Hubungan konsonan ini akan menimbulkan adanya perasaan puas senang, bahagia dan mengerti.

Disonan dapat terjadi karena beberapa sumber (Shaw & Costanzo, 1970):

1. Inkonsistensi logis. Contohnya keyakinan bahwa air membeku pada suhu 0 derajat celcius secara logis todak konsisten dengan keyakinan bahwa bahwa es balok tidak akan mencair pada suhu 40 derajat celcius.
2. Nilai budaya. Kebudayaan seringkali menentukan apa yang disonansi dan konsanan. Contoh makan dengan tangan di pesta di Eropa menimbulkan disonansi, tetapi makan dengan tangan dalam suatu acara di Jawa dianggap sebagai hal yang biasa (konsonan)
3. Pendapat umum. Disonansi dapat terjadi karena suatu pendapat yang dianut orang banyak di paksakan kepada pendapat individu. Misalnya seorang remaja yang senang bernyanyi lagu keroncong ini akan menimbulkan disonansi karena

pendapat umum percaya bahwa keroncong hanya merupakan kegemaran orang-orang tua

4. Pengalaman masa lalu. Contoh terdiri dari di bawah hujan tetapi tidak basah, hal ini disonan karena tidak sesuai dengan pengalaman masa lalu.

Dari penyebab disonansi kognisi tersebut menunjukkan bahwa teori yang dikemukakan oleh Festinger bukan teori merupakan teori kognitif murni, melainkan teori yang eklektik (campuran). Misalnya disonansi karena pendapat umum dan pengalaman masa lalu lebih condong kepada Behavioristik atau *reinforcement theory*. Meskipun disonansi kognisi merupakan gejala yang universal tetapi, dalam menjelaskan teori ini perlu kehati-hatian karena dimana disonansi kognisi dan taktik apa yang digunakan untuk menguranginya tampaknya berbeda pada tiap budaya.

Dampak teori disonansi antara lain (West & Wiclund, 1980):

1. Pembuatan keputusan :
 - a. Mencari info baru yg mendukung keputusan
 - b. Adanya kepercayaan yang lebih mantap pada keputusan yang telah dibuat.
 - c. Arah keputusan sukar diubah.
2. Paksaan untuk mengalah, kalau perbuatan itu tak sesuai dengan kehendak pribadi maka akan timbul disonan. Kadar disonan tergantung dari besar ganjaran dan hukuman.
3. Ekspose info baru. Seseorang yang mengalami disonansi kognisi akan cenderung mencari informasi baru sehingga disonan yang dia alami menjadi hilang.

4. Dukungan sosial. Jika seseorang (A) beda pendapat dengan orang lain maka akan timbul apa yang dinamakan *lack of social support* yg mengakibatkan disonan pada diri A.

Seperti halnya kondisi tention dalam *balance theory*, Kondisi disonan yang dialami seseorang umumnya tidak menyenangkan, sehingga orang harus melakukan berbagai cara untuk mengurangi kejanggalan (*disonance*) tersebut. Dengan berbagai cara seperti yang tersebut di atas. Kecenderungan melakukan *coping* tersebut akan menguras energi tentunya. Orang yang terus menerus mengalami disonansi kognisi akan terus menerus berusaha melakukan *coping* dan lama-kelamaan jika dia kehabisan energi akan mengalami frustrasi.

Seperti yang telah dikatakan di atas bahwa budaya berpengaruh terhadap *coping* disonansi yang dilakukan oleh masyarakat. Misalnya orang Jawa (mewakili bangsa tradisional) ketika menghadapi bencana dengan pasrah akan lebih *wellfare* dibanding dengan bangsa lain (modern) yang menghadapi bencana dengan memberontak. Karena mereka yang pasrah dengan gejala alam cenderung konsistensi dalam berfikir tentang alam, berbeda dengan masyarakat modern yang kurang *aware* dengan alam, sehingga kurang tanggap terhadap gejala alam.

F. Aplikasi Teori

Penerapan dari teori kognitif baik *balance theory* maupun disonansi kognisi dapat digunakan untuk menjelaskan perilaku-perilaku beberapa kelompok orang yang dianggap "deviant" oleh kelompok lain, misalnya pelaku Renternir, banyak diantara mereka pelaku renternir mempunyai pengetahuan yang cukup tentang

halal-haram apa yang mereka lakukan namun mereka tetap melakukan, meski berlawanan dengan keyakinan.

Bagi para renternir hukum haram dari uang *riba* dan keluhan dari nasabah yang merasa tercekik karena bunga pinjaman yang tinggi, merupakan keadaan disonan (dalam konsep disonansi kognisi) atau *tention* (dalam konsep *balance theory*). Beberapa hal yang membuat mereka para renternir bertahan adalah dengan menurunkan keadaan disonan atau *tention* yang mereka alami, yaitu dengan mencari dukungan social dan merekonstruksi sikap mereka terhadap nasabah, dari orang yang menderita menjadi orang yang butuh uang. Bahkan bisa juga melakukan pencucian uang dengan menyantuni anak yatim dan membangun masjid. Atau mereka meninggalkan pekerjaan renternir tersebut.

Pola penurunan disonansi model di atas merupakan pola yang umum terjadi tetapi sangat mungkin dari individu mempunyai cara yang khas dalam mengatasi disonansi kognisi dan *tention* tergantung dari bagaimana seseorang bersikap terhadap perilaku renternir. Semakin negatif sikap seseorang terhadap apa yang dilakukan maka semakin tinggi disonan yang dialami dan akan semakin kuat usaha untuk menurunkan *tention* atau disonansi kognisi.

G. Kritis Teori

Satu kelemahan dari *Cognitive Theory* adalah menyederhanaan (bahkan mungkin terlalu sederhana) cara-cara dimana orang memproses informasi, sebuah fenomena yang sebenarnya kompleks. Dalam konsep psikologi kognitif pemrosesan informasi hanya melalui proses sensasi, perhatian, persepsi dan mengingat kembali.

Beberapa kasus perilaku manusia tidak melalui proses seperti yang kemukakan dalam teori kognitif. Misalnya seseorang ayah yang menyelamatkan anaknya dari kebakaran dia tidak mempunyai waktu untuk berfikir resiko dan bagaimana cara dia menyelamatkan anaknya, dan ayah tersebut bukanlah pemadam kebakaran yang profesional. Tetapi dengan nalurinya secepat kilat dia bergerak dan dia seakan mempunyai *power* lebih untuk menyelamatkan anaknya.

Kekurangan lain adalah bahwa proses kognitif tidak bisa secara langsung diobservasi secara langsung. *Cognitive Theory* harus menduga dari apa yang dikatakan dan dilakukan oleh individu. Ini berarti menentukan pengetesan prediksi teori dari *Cognitive Theory* terkadang sulit dilakukan.

Kekurangan yang lain dari konsep kognitif adalah pengabaian terhadap pentingnya perkembangan emosi individu. Seperti diketahui bahwa emosi sangat berpengaruh terhadap proses berfikir seseorang. Orang yang terlalu cemas akan kehilangan kemampuan untuk berfikir sehat. Hal ini sejalan dengan proses kognitif yang berpusat pada kinerja otak, begitu juga dengan kerja emosi berpusat pada otak, sehingga psikologi kognitif hendaknya tidak mengesampingkan kerja emosi. Namun secara umum *Cognitive Theory* merupakan pendekatan yang paling populer dan paling produksi dalam Psikologi sosial.