

Dr. Zainal Abidin, M.Si.



ANALISIS EKSISTENSIAL

Sebuah Pendekatan Alternatif
untuk **Psikologi dan Psikiatri**

ANALISIS EKSISTENSIAL

ANALISIS EKSISTENSIAL

Sebuah Pendekatan Alternatif
untuk Psikologi dan Psikiatri

Dr. Zainal Abidin M.Si.



Divisi Buku Perguruan Tinggi
PT RajaGrafindo Persada
J A K A R T A

Perpustakaan Nasional: Katalog dalam terbitan (KDT)

ZAINAL ABIDIN

Analisis eksistensial sebuah pendekatan alternatif
untuk psikologi dan psikiatri/Zainal Abidin.— Ed. 1, — 1,—
Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007.
viii, 290 hlm., 21 cm.
Bibliografi: hlm. 287
ISBN 978-979-769-123-3

I. Eksistensialisme

I. Judul

150 .192

07-1-7

Hak cipta 2007, pada penulis

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini dengan cara apa pun,
termasuk dengan cara penggunaan mesin fotokopi, tanpa izin sah dari penerbit

2007. 0936 RAJ

Dr. Zainal Abidin, M.Si.

ANALISIS EKSISTENSIAL

Sebuah Pendekatan Alternatif untuk Psikologi dan Psikiatri

Hak penerbitan pada PT RajaGrafindo Persada, Jakarta

Desain cover oleh Stephen Rinaldy

Dicetak di Kharisma Putra Utama Offset

PT RAJAGRAFINDO PERSADA

Kantor Pusat:

Jl. Pelepah Hijau IV TN.1. No. 14-15, Kelapa Gading Permai, Jakarta 14240

Tel/Fax : (021) 4520951 – 4529409

E-mail : rajapers@indo.net.id Http : //www.rajagrafindopersada.com

Perwakilan:

Bandung-40243 Jl.H. Kurdi Timur No. 8 Komplek Kurdi Telp. (022) 5206202.
Yogyakarta-Pondok Soragan Indah Blok A-1, Jl. Soragan, Ngestiharjo, Kasihan
Bantul, Telp. (0274) 625093. Surabaya-60118, Jl. Manyar Jaya Blok. B 229 A,
Komp. Wahana Wisma Permai, Telp. (031) 5949365. Palembang-30137, Jl.
Kumbang III No. 4459 Rt. 78, Kel. Demang Lebar Daun Telp. (0711) 445062.
Padang-25156, Perum. Palm Griya Indah II No. A. 9, Korong Gadang Taruko,
Telp. (0751) 498443. Medan-20215, Jl. Amaliun No. 72, Telp. (061) 7351395.
Makasar-90221, Jl. ST. Alauddin Blok A 9/3, Komp. Perum Bumi Permata Hijau,
Telp. (0411) 861618. Banjarmasin-70114, Jl. Bali No. 31 Rt. 9, Telp. (0511) 3352060.
Denpasar, Jl. Serma Madepil No. 6A, Telp. (0361) 262623

KATA PENGANTAR

Sebelum diterbitkan oleh RajaGrafindo Persada, buku ini pernah diterbitkan oleh Refika Aditama pada tahun 2002 dengan judul *Analisis Eksistensial untuk Psikologi dan Psikiatri*. Namun, atas dasar pertimbangan tertentu dan kesepakatan bersama dengan Penerbit Refika Aditama, sejak tahun 2006 perpanjangan kontrak dengan Penerbit Refika Aditama untuk cetakan berikutnya tidak lagi dilanjutkan. Sejak tahun ini (tahun 2007), hak penerbitan dan peredaran buku ini saya serahkan ke Penerbit RajaGrafindo persada.

Tidak ada perbedaan mendasar antara isi buku ini dengan isi buku yang lalu, selain revisi bahasa dan penambahan satu bab yang ditulis oleh Ludwig Binswanger berjudul "Kegilaan Sebagai Gejala Hidup Bersejarah dan Sebagai Penyakit Mental: Kasus Ilse." Meski demikian, penambahan bab ini memiliki nilai tambah yang penting pada buku ini karena pembaca diberi pengetahuan tambahan mengenai sebuah kasus menarik dari perspektif yang relatif mencerahkan. Penulisnya, yakni Ludwig Binswanger, adalah seorang psikiater yang cukup ternama pada zamannya di Swiss dan Jerman. Revisi bahasa dalam buku ini pun diharapkan akan semakin memudahkan pembaca dalam memahami isi buku ini.

Buku yang semula merupakan bahan kuliah untuk mata kuliah Analisis Eksistensial dan mata kuliah Filsafat Manusia di Fakultas Psikologi Unpad ini diharapkan bermanfaat untuk mahasiswa psikologi di Indonesia. Isi buku ini tidak hanya dapat memperkaya wawasan mahasiswa tentang salah satu pendekatan dalam psikologi (yakni, analisis eksistensial khususnya, dan psikologi humanistik umumnya) dan kasus-kasus psikologis (khususnya kasus-kasus klinis), tetapi juga dapat mempertajam kemampuan dalam memahami perilaku dan pengalaman orang lain.

Akhirul kata, saya mengucapkan terima kasih kepada para mahasiswa saya yang baik langsung maupun tidak langsung mendorong saya untuk menerbitkan buku ini. Terima kasih juga kepada Bambang TD, S.Psi., yang telah membantu saya menerjemahkan Bab 8 dan Godi Utama S.S. yang meneruskan pekerjaan saya dalam menerjemahan Bab 6. Kepada Nani, istri saya, terima kasih atas dukungannya selama ini. Kepada Penerbit RajaGrafindo Persada terima kasih atas kerja samanya.

Kritik dan saran dari pembaca dapat dialamatkan ke: znlabidin@centrin.net.id

Jakarta, Mei 2007

Zainal Abidin

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR — V

BAGIAN I: Pendahuluan — 1

1. Analisis Eksistensial: Sebuah Pendekatan Kualitatif untuk Memahami Eksistensi dan Pengalaman Manusia — 3

BAGIAN II: Apakah Analisis Eksistensial Itu? — 47

1. Asal-Usul dan Makna Gerakan Eksistensial dalam Psikologi— 49
2. Psikologi Fenomenologi Eksistensial— 92

BAGIAN III: Beberapa Contoh Penelitian Analisis Eksistensial — 111

1. Dunia Orang Kompulsif — 113
2. Beberapa Temuan dalam Kasus Schizophrenic Depression — 134
3. Kegilaan sebagai Gejala Hidup Bersejarah dan sebagai Penyakit Mental: Kasus Ilse — 157

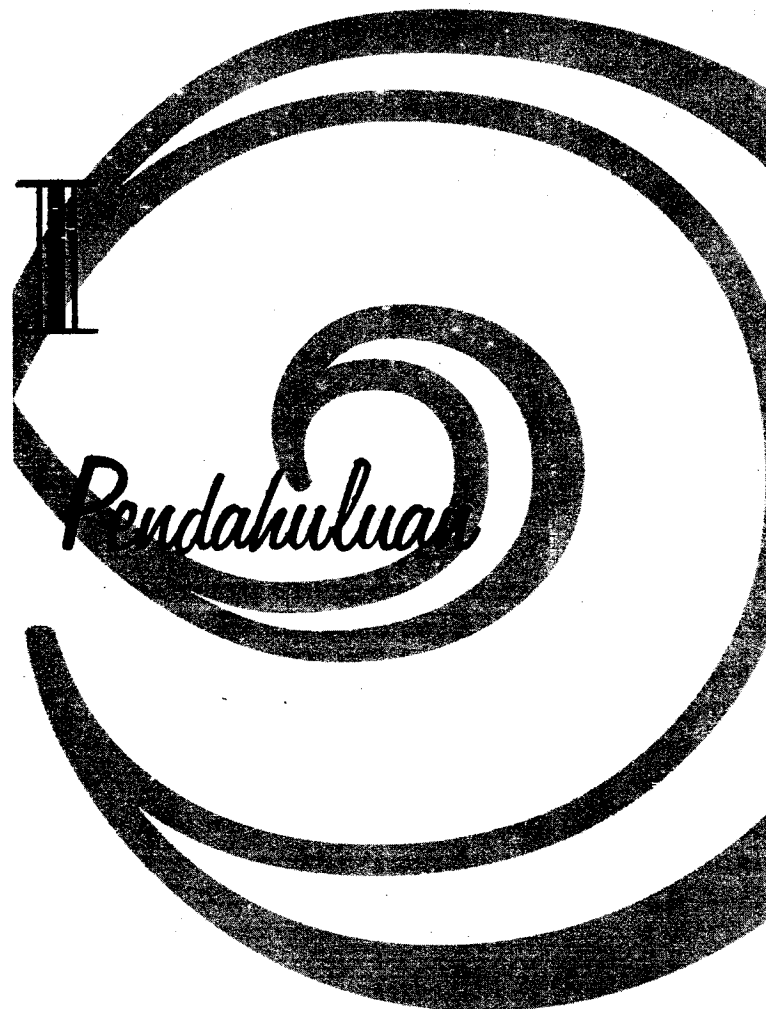
VIII ♦ Analisis Eksistensial

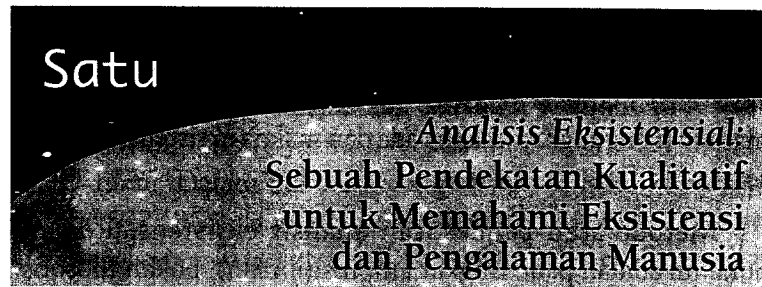
BAGIAN IV: Psikoterapi Analisis Eksistensial — 183

1. Kontribusi Psikoterapi Eksistensial — 185
2. Logoterapi Victor E. Frankl — 252
3. Penutup — 280

DAFTAR PUSTAKA — 287

TENTANG PENULIS — 289





Apakah analisis eksistensial itu? "Analisis eksistensial adalah suatu metode atau pendekatan yang digunakan untuk mengungkap eksistensi individu secara utuh dan menyeluruh."

Definisi tentang analisis eksistensial di atas dikemukakan oleh seorang psikiater kelahiran Swiss, bernama Ludwig Binswanger (1881-1966). Menurut Binswanger (dalam May, 1961), analisis eksistensial merupakan kajian psikologis untuk mengungkap eksistensi manusia pada taraf empiris. Hasil dari kajian ini sangat bermanfaat bukan hanya untuk memahami gejala eksistensi manusia secara mendalam (fungsi teoretis), tetapi juga untuk praktik terapeutis yang dilakukan oleh psikiater dan psikolog klinis terhadap pasien-pasien yang mengalami gangguan patologis (fungsi aplikatif).

Sebelum Binswanger, seorang filsuf Jerman bernama Heidegger (1889-1976) sebetulnya telah menggunakan istilah analisis eksistensial. Namun, ia menggunakan istilah ini bukan untuk mengacu pada metode atau pendekatan empiris, melainkan filosofis. Menurut Heidegger (1927; 1960), analisis eksis-

DAFTAR PUSTAKA

(Daftar Pustaka berikut ini digunakan sebagai rujukan untuk penulisan Bab Pendahuluan dan Penutup).

- Abidin, Zainal. 2000. *Filsafat Manusia: Memahami Manusia Melalui Filsafat*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Allen, E.L. 1953. *Existentialism from within*. London: Routledge ... Kegan Paul Ltd.
- Gelder, T.V. "Wooden Iron? Husserlian Phenomenology Meets Cognitive Science," *The Electronic Journal of Analytic Philosophy*, 4 (Spring 1996).
- Good, B. 1995. "The body, illness experience, and the lifeworld: a phenomenological account of chronic pain," in *Medicine, Rationality, and Experience*. Cambridge University Press.
- Halgin, R.P. ... Whitbourne, S.K. 1994. *Abnormal Psychology*. Forth Worth: Harcourt Brace Collegae Publishers.
- Hasan, Fuad. 1973. *Berkenalan dengan Existensialisme*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Heidegger, Martin. 1962. *Being and Time*, (translated from *Sein und Zeit*, 1927, by J. Macquarrie... E. Robinson). The Hague, Martinus Nijhoff.

- Hulse, S.H., Egeth, H., Deese, J. 1980. *The Psychology of Learning*, 5th edition. New York: McGraw-Hill.
- Ihde, D. 1977. *Experimental Phenomenology: An Introduction*. New York: G.P. Putnam's Sons.
- Koestenbaum, P. 1968. *Philosophy. General Introduction*. New York: American Book Company.
- May, Rollo, et.al. (eds.). 1962. *Existence, A New Dimension in Psychiatry and Psychology*. New York, Basic Books, Inc.
- Merleau-Ponty, M. 1962. *Phenomenology of Perception*, (translated by C. Smith). London: Colour Smith.
- Moustakas, C. 1994. *Phenomenological Research Methods*. Thousand Oaks: Sage Publications
- Owen, R.I. 1999. *Introducing an Existential-Phenomenological Approach: Part 1 and 2 – Theory and Practice*. Christopher Scott Watt (Cswyatt@tamery.com)
- Sartre, J.P. 1966. *Being and Nothingness*, (translated by H.E. Barnes), New York: Citadel Press.
- Spiegelberg, H. 1971. *The Phenomenological Movement*, volume 1 and 2. The Hague: Martinus Nijhoff.
- Tageson, C.W. 1982. *Humanistic Psychology: A Synthesis*. Illinois: The Dorsey Press.
- Valle, Rollo S. ... Mark King, eds. 1978. *Existential-Phenomenological Alternatives for Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Warnock, Mary. 1979. *Existentialism*. Oxford: Oxford University Press.

TENTANG PENULIS



Zainal Abidin (ZA) adalah dosen tetap Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran (Unpad) Bandung. Lahir di Bandung, 22 September 1962, dia menamatkan pendidikan SD, SMP, dan SMA di kota tersebut. Dia menyelesaikan pendidikan sarjana strata 1 (S-1) dari Fakultas Filsafat Universitas Gadjah Mada (UGM), S-2 dari Program Pascasarjana Fakultas Psikologi UGM, dan S-3 dari Program Doktorat dalam bidang Psikologi Sosial dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia (UI).

Selain menjadi dosen tetap di Fakultas Psikologi UNPAD Bandung, dia pun kini menjadi *guest lecturer* di Program Pascasarjana Fakultas Psikologi UI dan Universitas Pelita Harapan. Di samping itu, dia kini aktif melakukan penelitian dan menjadi narasumber di sejumlah pertemuan ilmiah bertemakan kekerasan, terorisme, dan sejumlah tema lainnya yang berhubungan dengan masalah-masalah sosial (psikologi

sosial). Dia pun aktif menulis di sejumlah media massa dan sejumlah jurnal psikologi. Di sela-sela kesibukannya itu, dia pun masih aktif sebagai peneliti di sebuah LSM di Bandung (SKEPO). Buku-buku lain yang ditulis oleh Zainal Abidin di antaranya adalah: *Filsafat Manusia* (2006, cetakan ke-4) dan *Penghakiman Massa: Studi atas Kasus dan Pelaku* (2005).

Korespondensi tentang buku ini dapat dialamatkan ke: znlabidin@centrin.net.id

ANALISIS EKSISTENSIAL

Selain sebagai makhluk sosial, manusia pun adalah makhluk individual, unik, dan subjektif. Dalam diri manusia terkandung makna atau nilai personal yang tidak bisa sepenuhnya dikuantifikasi dan dijelaskan secara biologis. Sebagai makhluk individu, manusia tidak bisa disubordinasikan atau direduksikan pada angka-angka (statistik) dan pengukuran fisik-mekanistik (biologi). Oleh karena itu, untuk mengungkap individu secara utuh dan menyeluruh, diperlukan pendekatan yang bersifat intersubjektif. Pendekatan yang tepat untuk mengungkap eksistensi manusia tersebut adalah analisis eksistensial, yakni sebuah pendekatan dalam psikologi dan psikiatri yang pernah berkembang terutama di negara-negara Eropa Kontinental (Jerman, Prancis, Belanda). Dalam ilmu psikologi, pendekatan ini termasuk dalam pendekatan humanistik atau psikologi humanistik.

Di dalam buku ini dideskripsikan secara jelas dan menarik tentang asal-usul perkembangan analisis eksistensial, sejumlah contoh kasus psikologis (antara lain: schizofrenia, obsesive-compulsive) yang disoroti melalui perspektif analisis eksistensial, dan contoh penerapan analisis eksistensial dalam terapi psikologis (dari Victor Frankl). Para penulis yang tulisannya disunting dalam buku ini terdiri dari sejumlah psikater dan psikolog terkenal seperti Rollo May, Ludwig Binswanger, Gabsattel, Minkowski, Valle & King, dan lain-lain. Mengingat psikologi sekarang sangat berkembang pesat di Indonesia, maka buku ini dapat memberi sumbangan bagi para mahasiswa psikologi di Indonesia, pembaca umum, dan mahasiswa nonpsikologi (khususnya mahasiswa filsafat, sastra, pendidikan, sosiologi, dan ilmu-ilmu sosial lainnya) yang berminat terhadap bidang psikologi. Isi buku ini tidak hanya dapat memperkaya wawasan mahasiswa tentang salah satu pendekatan dalam psikologi (khususnya analisis eksistensial, umumnya psikologi humanistik) dan kasus-kasus psikologis (terutama kasus-kasus klinis), tetapi juga dapat mempertajam empati dan kemampuan dalam memahami perilaku dan pengalaman orang lain.



*Ikut mendukung gerakan
anti pembajakan buku*

RAJAWALI PERS
CITRA NIAGA BUKU PERGURUAN TINGGI
JAKARTA
978-979-769-123-3