**Perilaku Manusia**

Pengertian Perilaku Manusia  
  
Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain : berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2003).

Perilaku juga diartikan sebagai suatu reaksi psikis seseorang terhadap lingkungannya, reaksi yang dimaksud digolongkan menjadi dua, yakni :

* Bentuk pasif (tanpa tindakan nyata atau konkrit)
* Bentuk aktif (dengan tindakan konkrit)

1. Faktor- faktor yang mempengaruhi perilaku manusia :

1)      Genetika

2)      Sikap adalah suatu ukuran tingkat kesukaan seseorang terhadap perilaku tertentu.

3)      Norna sosial adalah pengaruh tekanan sosial.

4)      Kontrol perilaku pribadi adalah kepercayaan seseorang mengenai sulit tidaknya melakukan suatu perilaku.

konsep perilaku dalam psikologi, diantaranya:

1. Skinner yang dikutip oleh Notoatmodjo (2003)

Mengatakan bahwa dalam perumusan sebuah tingkah laku dapat dilakukan dengan beragai respon dan juga reaksi yang bisa di dapatkan dari adanya stimulus atau rangsangan dari luar. Untuk itu dalam perilaku yang satu ini melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespon sehingga dalam teori skinner disebut dengan teori “S-0-R” atau sebuah stimulus- Organisme- respon.

1. Menurut ensiklopedia Amerika

Perilaku dapat diartikan sebagai suatu aksi dimana dalam reaksi organisme terhadap lingkungan, dalam hal ini juga berarti adanya sebuah perilaku baru yang akan terwujud bila ada sesuatu tanggapan atau rangsangan dengan demikian maka suatu rangsangan tertentu juga dapat menghasilkan sebuah perilaku tertentu. Dalam hal ini dikemukakan oleh Roberts Y.Kwick (1972)

1. Teori perilaku menurut Petty cocopio

Dalam hal ini perilaku merupakan sebuah evaluasi umum yang dibuat oleh manusia terhadap dirinya sendiri dan juga melalui obyek atau sebuah issue yang telah dilakukan.

1. Perilaku menurut chief, bogardus, lapiere dan Gordon allport

Dalam hal ini terdapat kelompok pemikiran dan juga sikap yang merupakan sebuah ancaman dari kesiapan dalam melakukan reaksi pada suatu objek dengan cara – cara tertentu. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa adanya kesiapan yang dimaksudkan dalam hal ini merupakan kecenderungan yang potensial untuk bereaksi dengan cara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya sebuah respon yang dilakukan.

1. Perilaku menurut teori Fredrick Herzberg

Sama halnya seperti teori yang telah diungkapkan oleh maslow, herzbeg dimana di dalam studinya juga mengembangkan konsep- konsep motivasi yang mana merupakan penentu utama dari munculnya motivasi yaitu sebuah kondisi tempat kerja, upah kualitas pengawasan dan juga pengakuan, promosi dan juga peningkatan profesionalisme.

1. Teori perilaku menurut Elton Mayo studi hawthrne di western electric company 1927-1932

Yakni merupakan munculnya dari sebuah perilaku dalam organisasi mayo seseorang psikolog dari Harvard university dimana memandu penelitian tentang rancang ulang pekerjaan, perubahan panjang hari kerja dan juga waktu kerja dalam seminggu. Pengenalan waktu untuk istirahat kerja dan juga upah dari individu yang dibandingkan dengan sebuah upah kelompok

## Perubahan perilaku

## Dalam teknik perubahan perilaku terdapat beberapa hal yang perlu dihubungkan dengan pengaruh hubungan diantara organisasi dan juga dengan [psikologis lingkungan](https://dosenpsikologi.com/psikologi-lingkungan), dimana dalam hal ini ini akan berpengaruh pada biologis dan intrapsikis seseorang. Yang dimaksud disini adanya adanya sebuah proses dan juga kekuatan mental atau psikologis yang mendasari dari kehidupan perilaku tersebut.

Adapun teknik lainnya yang mempengaruhi dari perilaku seseorang adalah sel tubuh, dimana dalam sel tubuh seseorang terdapat sel yang memiliki fungsi untuk menerima rangsang atau reseptor yang kemudian diteruskan dan dianggap sebagai sebuah sel yang penanggap rangsang. Fungsinya sendiri dapat menerima bunyi dan juga menanggapi adanya bunyi tersebut dengan tepat.

Sistem syaraf juga dalam hal ini cukup mempengaruhi. Dimana adanya perubahan sistem syaraf pusat yang dijadikan kordinasi melakukan berbagai perilaku kompleks melalui otak dan cara kerjanya pun sangat sederhana, serta dipengaruhi pula dengan area sum- sum tulang belakang.

### Faktor yang mempengaruhi perilaku

Dalam ilmu psikologis dan juga perkembangan, terdapat beberapa faktor- faktor yang berperan penting terhadap perilaku manusia itu sendiri yang berkaitan dengan teori dan konsep perilaku dalam psikologi tadi. Diantaranya:

**1. Faktor biologis**

Dalam faktor ini perilaku manusia akan sangat mempengaruhi dan juga dengan situasi serta lingkungan dimana dia berada. Interaksi [psikologi sosial](https://dosenpsikologi.com/psikologi-sosial) juga cukup mempengaruhi tingkah laku dan juga perilaku seseorang. Contohnya saja ketika ketika kita merawat anak dan juga adanya motif biologis lain yang dapat mempengaruhi perilaku manusia.

**2. Faktor sosiopsikologis**

Dalam faktor ini terdapat sebuah komponen emosional dari kehadiran faktor sosiopsikologis pada seseorang. Komponen yang satu ini berkaitan dengan komponen kognitif dan juga kehadiran aspek intelektual manusia. Komponen yang satu ini juga berpengaruh pada kebiasaan dan juga kemauan individu untuk melakukan berbagai tindakan.

**3. Sikap**

Sikap juga sangat mempengaruhi perilaku seseorang, dimana di dalamnya terdapat tingkah laku atau tindakan seseorang, persepsi da juga cara berfikir seseorang yang di dalam dirinya merasa bahwa apa yang telah dilakukannya akan berkaitan dengan sebuah situasi dan juga nilai yang ada di dalam dirinya.

Sikap juga sangat mempengaruhi dari adanya daya pendorong seseorang dalam melakukan motivasi pada orang lain yang ada disekitarnya. Sehingga dalam hal ini juga bisa menimbulkan sebuah pengalaman yang cukup baik.

**4. Faktor emosi**

Hal yang satu ini akan berpengaruh pada tingkah laku atau perilaku seseorang. Dimana faktor emosi ini lah yang membuat mood mempengaruhi segala hal yang kita lakukan. Kemudian terjadi perubahan persepsi dalam stimuli dalam merangsang alat indra. Untuk intensitas nya sendiri memang tergantung dari diri orang tersebut, bisa dalam skala ringan, namun bisa juga dalam skala yang cukup kuat.

Emosi juga bisa membuat perhatian lebih meningkat pada sesuatu hal yang membuat kita tegang, dimana di dalamnya berkaitan juga dengan rangsangan fisiologi, detak jantung yang kuat da juga naiknya tekanan darah seseorang.

**5. Komponen kognitif**

Untuk faktor yang satu ini akan berkaitan dengan sebuah kepercayaan seseorang, dimana [komponen kognitif dalam sikap](https://dosenpsikologi.com/komponen-kognitif-dalam-sikap) merupakan sesuatu hal yang ada di dalam keyakinan, serta sesuatu yang membuat kita membenarkan atau tidak membenarkan. Kepercayaan ini juga bisa menimbulkan sebuah sikap perspektif seseorang dalam menentukan sikapnya pada orang yang ada disekitarnya.

**B.     Jenis Perilaku Manusia**

Perilaku manusia itu dibedakan menjadi dua, yaitu:

1. Perilaku yang refleksi adalah perilaku yang terjadi atas reaksi secara spontan terhadap stimulus yang mengenai organisme tersebut. Perilaku ini terjadi dengan sendirinya, secara otomatis. Stimulus yang diterima oleh organisme atau individu tidak sampai ke pusat susunan syaraf atau otak, sebagai pusat kesadaran, sebagai pusat pengendalian dari perilaku manusia. Stimulus diterima oleh reseptor, begitu langsung respons timbul melalui afektor, tanpa melalui pusat kesadaran atau otak. Misalnya: reaksi kedip mata bila kena sinar, gerak lutut bila kena sentuhan palu, menarik jari bila jari kena api dsb.
2. Perilaku yang non-refleksi. Perilaku ini dikendalikan atau diatur oleh pusat kesadaran atau otak. Dalam kaitan ini stimulus setelah diterima oleh respon kemudian diteruskan ke otak sebagai pusat syaraf, pusat kesadaran, baru kemudian terjadi respon melalui efektor.proses yang terjadi dalam otak atau pusat kesadaran ini disebut proses psikologi. Perilaku atas dasar proses psikologi inilah disebut aktivitas psikologi.

Pada perilaku manusia, perilaku psikologis inilah yang dominan, perilaku yang banyak pada diri manusia, dan adanya perilaku yang refleksif.

**C.    Pembentukan Perilaku Manusia**

Cara pembentukan perilaku sebagai berikut:

1. Cara pembentukan perilaku dengan kondisioning atau kebiasaan

Dengan cara membiasakan diri, seorang dapat berperilaku seperti yang diharapkan sesuai kebiasaan. Misal: anak dibiasakanbangun pagi, atau menggosok gigi sebelum tidur, mengucapkan terima kasih bila diberi sesuatu oleh orang lain, membiasakan diri untuk tidak datang terlambat disekolah dsb. Cara ini didasarkan atas teori belajar kondisioning baik dikemukakan oleh Pavlov maupun Thorndike dan Skinner.

1. Pembentukan perilaku dengan pengertian (*insight*)

Perilaku ini atas dasar pengertian dari dalam diri seseorang dan kesadarannya. Kerena dengan begitu, maka tercapailah pembentukan perilaku dengan pengertian. Misal datang kuliah jangan sampai terlambat, karena hal tersebut dapat menganggu temen-temen lain. Bila naik motor harus pakai helm, karena helm tersebut untuk keamanan diri dsb. Dengan teori ini, bermaksud agar seseorang bisa menghargai peraturan yang telah ditentukan dan lingkungan sekitar.

Dalam teori eksperimen Thorndike dalam belajar yang dipentingkan adalah soal latihan, maka dalam eksperimen Kohler belajar yang penting adalah pengertian atau *insight*.

1. Pembentukan perilaku dengan menggunakan model

Model pembentukan ini sebagai contoh atau peranan terpenting atau menjadi patokan dalam seseorang yang bisa di tiru oleh bawahannya atau anggotanya. Misal orang tua biasa sering menjadi sebagai contoh anak-anak, pemimpin sebagai panutan yang dipimpinnya, ketua kelas menjadi patokan dalam mengetuai dsb. Cara ini didasarkan atas teori belajar sosial (*social learning theory*) atau *observational learning theory* yang dikemukakan oleh Bandura (1997).

**Teori Perilaku Manusia**

Perilaku manusia tidak dapat dipisahkan dari keadaan individu itu sendiri dan lingkungan dimana individu itu berada. Perilaku manusia didorong oleh motif tertentu sehingga manusia itu berperilaku. Dalam hal ini ada beberapa teori, diantara toeri-teori tersebut ialah:

a.       Teori Insting

Insting merupakan perilaku yang innate, perilaku bawaan, dan insting akan mengalami perubahan karena pengalaman. Teori ini dikemukakan oleh McDougall sebagai pelopor dari psikologi sosial. Menurut dia perilaku itu disebabkan karena insting, dan dia mengajukan suatu daftar insting. Tajam dia mendapat tanggapan cukup dari F.Allport, yang menerbitkan buku psikologi Sosial (1942), yang berpendapat bahwa perilaku manusia itu disebabkan karena banyak faktor, termasuk orang-orang yang ada disekitarnya dengan perilakunya.

b.      Teori Dorongan (*drive theory*)

Teori ini pendapat bahwa organisme ini mempunyai dorongan-dorongan atau drive tertentu. Dorongan-dorongan ini berkaitan dengan kebutuhan-kebutuhan organisme yang mendorong organisme berperilaku. Menurut Hull, bila organisme mempunyai kebutuhan dan organisme ingin memenuhi kebutuhannya maka terjadi ketegangan dalam diri organisme itu. Bila organisme berperilaku dan dapat memenuhi kebutuhannya, maka akan terjadi pengurangan atau reduksi dari dorongan-dorongan tersebut.

c.       Teori Insensif (*incentive theory*)

Teori ini pendapat bahwa perilaku organisme disebabkan karena adanya insentif. Dengan ini akan mendorong organisme berbuat atau berperilaku. Insentif juga disebut sebagai *reinforcement* ada yang positif berkaitan dengan hadiah dengan mendorong organisme berbuat dan ada yang negatif berkaitan dengan hukuman akan menghambat dalam organisme berperilaku. Ini berarti timbul karena adanya insentif atau *reinforcement.*

d.      Teori atribut

Teori ini menjelaskan tentang sebab-sebab perilaku orang. Baik disebabkan oleh disposisi internal (misal motif, sikap, dsd.) atau oleh keadaan eksternal. Teori ini dikemukakan oleh Fritz Heider dan teori ini menyangkut lapangan psikologi sosial.

e.       Teori Kognitif

Apabila seseorang harus memilih perilaku mana yang mesti dilakukan, maka pada umumnya akan memilih alternatif perilaku yang akan membawa manfaat yang sebesar-besarnya bagi yang bersangkutan. Ini disebut model *subjective expected utility* (SEU). Dengan kemampuan memilih ini berati faktor berpikir berperan dalam menentukan pilihannya. Seseorang secara nalar yang baik akan mempertimbangkan kedepannya yang baik dan bermanfaat. Tidak hanya sekedar saja dalam sekejab tanpa mempertimbangkan kedepannya. Dalam model SEU kepentingan pribadi yang menonjol. Tetapi dalam seseorang berperilaku kadang-kadang kepentingan pribadi disingkirkan