



Teori Kepribadian Behavioristik

Dwi Octaria¹, Yusi Riksa Yustiana²

^{1,2} Universitas Pendidikan, Indonesia

Email : octasuryadi80@upi.edu¹

Abstract

This article reviews the development of personality theories within the behavioral framework and their expansion into the social cognitive approach, based on a review of Yustinus Semiun's book "Behavioristic Personality Theories." This review aims to map the evolution of behavioral thought from its foundational emphasis on environmental determinism toward the recognition of the role of cognitive and social processes in personality formation. Through a library research approach, this article analyzes three main perspectives of behaviorism: Ivan Pavlov's classical conditioning, Edward Thorndike's law of effect, and B.F. Skinner's operant conditioning, as well as their further development in Albert Bandura's and Walter Mischel's social cognitive theories. The analysis shows that although classical behavioral theories provide a systematic framework for understanding behavior through stimulus-response associations and environmental consequences, these theories face limitations in explaining cognitive complexity, intrinsic motivation, and human social dynamics. Social cognitive theory emerges as a correction and refinement by incorporating observational elements, self-regulation, and individuals' cognitive interpretations of social contexts. The conclusion affirms that integrating behavioral and social cognitive principles offers a more holistic understanding of personality as the result of dynamic interactions between environment, behavior, and cognitive processes, with significant implications for education, therapy, and psychosocial intervention.

Keywords: behaviorism, social cognitive, personality, learning, classical conditioning, operant conditioning, self-regulation.

Abstrak

Artikel ini mengulas perkembangan teori-teori kepribadian dalam kerangka behavioristik dan perluasannya ke dalam pendekatan kognitif sosial, berdasarkan tinjauan terhadap buku "Teori-teori Kepribadian Behavioristik" karya Yustinus Semiun. Ulasan ini bertujuan untuk memetakan evolusi pemikiran behavioristik dari fondasi awal yang menekankan determinisme lingkungan menuju pengakuan atas peran proses kognitif dan sosial dalam pembentukan kepribadian. Melalui pendekatan studi kepustakaan, artikel ini menganalisis tiga perspektif utama behaviorisme: classical conditioning Ivan Pavlov, hukum efek Edward Thorndike, dan operant conditioning B.F. Skinner, serta perkembangan lanjutannya dalam teori kognitif sosial Albert Bandura dan Walter Mischel. Hasil analisis menunjukkan bahwa meskipun teori behavioristik klasik memberikan kerangka sistematis untuk memahami perilaku melalui asosiasi stimulus-respons dan konsekuensi lingkungan, teori-teori ini menghadapi keterbatasan dalam menjelaskan kompleksitas kognitif, motivasi intrinsik, dan dinamika sosial manusia. Teori kognitif sosial muncul sebagai koreksi dan penyempurnaan dengan memasukkan elemen observasional, regulasi diri, dan interpretasi kognitif individu terhadap konteks sosial. Simpulan artikel ini menegaskan bahwa integrasi antara prinsip behavioristik dan kognitif sosial menawarkan pemahaman yang lebih holistik tentang kepribadian sebagai hasil dari interaksi

dinamis antara lingkungan, perilaku, dan proses kognitif, serta memiliki implikasi signifikan bagi pendidikan, terapi, dan intervensi psikososial.

Kata kunci: *behaviorisme, kognitif sosial, kepribadian, pembelajaran, classical conditioning, operant conditioning, regulasi diri.*

PENDAHULUAN

Pendekatan behavioristik menempatkan fondasi teoretis yang kokoh dalam psikologi kepribadian dengan menelaah bagaimana perilaku manusia dibentuk, dipertahankan, dan diubah melalui interaksi dengan lingkungan. Buku ini menyajikan tiga perspektif utama dalam aliran behavioristik yang saling melengkapi, yakni analisis behavioristik Ivan Pavlov (Classical Conditioning), Edward Thorndike (Hukum Efek), dan B.F. Skinner (Operant Conditioning). Selain itu, buku ini juga menganalisis perluasan dan penyempurnaan behavioristik melalui Teori Kognitif Sosial Albert Bandura serta Teori Belajar Sosial Kognitif Julian B. Rotter dan Walter Mischel. Melalui eksplorasi mendalam terhadap rangkaian perspektif ini, buku ini tidak hanya memetakan evolusi pemikiran dari determinisme lingkungan yang ketat menuju pengakuan akan peran kognisi dan faktor sosial, tetapi juga menyediakan kerangka komprehensif untuk memahami kepribadian sebagai hasil dari dinamika belajar yang kompleks. Ulasan ini akan mengkaji dialog antarteori tersebut dalam buku serta menilai kontribusinya dalam memperkaya pemahaman tentang mekanisme pembentukan kepribadian manusia.

KAJIAN TEORI

Teori Behaviorisme

Tokoh-Tokoh Utama dalam Teori Behaviorisme

1. Ivan Pavlov: Classical Conditioning

Ivan Pavlov (1849–1936), seorang fisiolog Rusia, awalnya meneliti proses pencernaan pada anjing. Dalam penelitiannya, ia secara tidak sengaja menemukan bahwa anjing tidak hanya mengeluarkan air liur saat melihat makanan (stimulus alami/unconditioned stimulus/US), tetapi juga saat mendengar suara bel yang biasa dibunyikan sebelum makanan diberikan. Fenomena ini mendorong Pavlov untuk melakukan eksperimen terkontrol. Ia berulang kali mempresentasikan stimulus netral (bel) sesaat sebelum memberikan makanan. Setelah beberapa kali pengulangan, bel saja yang kini menjadi stimulus bersyarat (conditioned stimulus/CS) dapat memicu respons bersyarat (conditioned response/CR), yaitu air liur, tanpa

kehadiran makanan. Eksperimen ini menunjukkan bahwa perilaku refleksif dapat dipelajari melalui asosiasi antara stimulus netral dan stimulus alami.

Teori Classical Conditioning Ivan Pavlov tidak hanya menjelaskan mekanisme dasar pembentukan asosiasi antara stimulus dan respons, tetapi juga mengidentifikasi beberapa prinsip kunci yang mengatur proses pembelajaran asosiatif ini.

a. Prinsip Dasar Pembentukan dan Penghilangan Respons

Proses pembelajaran dimulai dengan fase akuisisi, di mana stimulus netral (Conditioned Stimulus/CS) secara berulang dipasangkan dengan stimulus alami (Unconditioned Stimulus/US) hingga akhirnya mampu memunculkan respons bersyarat (Conditioned Response/CR) dengan sendirinya. Keberhasilan akuisisi sangat bergantung pada konsistensi dan temporalitas, di mana CS harus mendahului US. Namun, hubungan yang telah terbentuk ini tidak bersifat permanen. Jika CS terus dipresentasikan tanpa kehadiran US, kekuatan CR akan berangsur melemah dalam proses yang disebut punahan. Meski demikian, respons yang telah punah dapat muncul kembali secara tiba-tiba dengan intensitas yang lebih rendah ketika CS dipresentasikan di lain waktu, suatu fenomena yang dikenal sebagai pemulihan spontan.

b. Prinsip Generalisasi dan Diskriminasi

Selain itu, proses kondisioning melibatkan kemampuan organisme untuk melakukan generalisasi, yaitu kemunculan CR terhadap stimulus-stimulus yang memiliki karakteristik mirip dengan CS asli. Sebaliknya, melalui pengalaman, individu juga dapat belajar untuk melakukan diskriminasi, yaitu membedakan CS yang spesifik dari stimulus lain yang serupa dan hanya memberikan respons terhadap CS yang tepat.

c. Aplikasi Prinsip Classical Conditioning dalam Berbagai Konteks

Prinsip-prinsip dasar Classical Conditioning ini memiliki aplikasi yang luas dan praktis melampaui eksperimen laboratorium. Di bidang pendidikan, guru dapat memanfaatkan prinsip asosiasi untuk membentuk kebiasaan belajar yang positif. Dengan mengaitkan kegiatan belajar (CS) dengan pengalaman yang menyenangkan seperti interaksi guru yang ramah atau aktivitas yang menarik (US), diharapkan dapat menciptakan respons emosional yang mendukung (CR), seperti perasaan senang dan antusiasme terhadap proses pembelajaran. Dalam ranah terapi, teknik desensitisasi sistematis menggunakan prinsip Classical Conditioning untuk menangani kecemasan dan fobia. Terapis secara bertahap memaparkan klien pada stimulus yang ditakuti (CS) sambil membangkitkan keadaan relaksasi (US), dengan tujuan mengganti respons takut

(CR) dengan respons yang lebih tenang dan adaptif. Demikian pula, dunia periklanan memanfaatkan prinsip ini untuk mempengaruhi preferensi konsumen. Sebuah produk (CS) sering kali diasosiasikan dengan gambar, musik, atau figur yang membangkitkan emosi positif (US) dalam iklan. Melalui pengulangan, diharapkan konsumen akan mengembangkan respons menyukai (CR) terhadap produk tersebut, semata-mata karena asosiasi yang telah terbentuk.

Dengan demikian, prinsip-prinsip Classical Conditioning memberikan kerangka yang tidak hanya menjelaskan pembelajaran asosiatif sederhana, tetapi juga dapat diterjemahkan ke dalam strategi yang efektif untuk membentuk perilaku, mengelola emosi, dan memengaruhi sikap dalam kehidupan nyata.

2. Edward Thorndike: Hukum Efek (Law of Effect)

Edward Thorndike (1874–1949) mengembangkan teori belajar yang revolusioner melalui serangkaian eksperimen menggunakan "kotak teka-teki" (puzzle box). Dalam eksperimen ini, seekor kucing ditempatkan di dalam kotak yang memiliki mekanisme pembuka sederhana, seperti tuas atau tali, yang harus dimanipulasi untuk membuka pintu dan mendapatkan makanan yang berada di luar. Awalnya, kucing bergerak secara acak—mencakar, mendorong, dan mencoba berbagai cara—dalam proses coba-coba (trial and error). Namun, setelah beberapa kali percobaan, kucing tersebut belajar untuk langsung menekan tuas atau menarik tali dengan tepat untuk segera keluar. Berdasarkan pengamatan ini, Thorndike menyimpulkan bahwa belajar pada dasarnya adalah proses pembentukan koneksi atau hubungan antara stimulus (S) dan respons (R). Teori ini kemudian dikenal sebagai connectionism atau teori ikatan S-R (S-R bond theory), yang menekankan bahwa pembelajaran terjadi melalui penguatan hubungan antara situasi tertentu (stimulus) dan perilaku tertentu (respons) yang menghasilkan akibat yang memuaskan.

Thorndike kemudian merumuskan tiga hukum belajar utama yang menjadi fondasi teorinya:

a. Hukum Kesiapan (Law of Readiness)

Hukum ini menyatakan bahwa belajar akan berhasil jika individu berada dalam keadaan siap secara fisik, mental, dan emosional untuk menerima dan merespons materi pembelajaran. Kesiapan mencakup kematangan biologis, motivasi, dan kondisi psikologis yang mendukung. Jika seseorang dipaksa belajar tanpa kesiapan yang memadai, proses belajar dapat menimbulkan frustrasi, keengganan, atau bahkan penolakan. Contoh dalam konteks pendidikan: seorang anak yang telah mencapai tahap

perkembangan kognitif yang sesuai dan menunjukkan minat terhadap huruf akan lebih mudah dan cepat belajar membaca dibandingkan anak yang belum siap.

b. Hukum Latihan (Law of Exercise)

Menurut hukum ini, pengulangan dan latihan berperan penting dalam memperkuat hubungan stimulus-respons. Semakin sering suatu perilaku dilatih atau diulang dalam konteks yang sama, semakin kuat dan otomatis koneksi S-R tersebut. Sebaliknya, jika perilaku tidak pernah dilatih kembali, koneksinya akan melemah dan mungkin terlupakan. Contoh: seorang siswa yang rutin berlatih menyelesaikan soal-soal matematika tidak hanya menjadi lebih terampil, tetapi juga mengembangkan kecepatan dan ketepatan dalam memecahkan masalah serupa di masa depan.

c. Hukum Efek (Law of Effect)

Hukum ini merupakan inti dari teori Thorndike dan menyatakan bahwa konsekuensi dari suatu perilaku menentukan apakah perilaku tersebut akan diulang atau tidak. Perilaku yang diikuti oleh akibat yang memuaskan atau menyenangkan (reward) cenderung untuk dipertahankan dan diulang. Sebaliknya, perilaku yang menghasilkan akibat yang tidak memuaskan atau tidak menyenangkan (punishment) cenderung ditinggalkan. Hukum Efek ini menjadi dasar pengembangan teori penguatan (reinforcement) dalam operant conditioning oleh B.F. Skinner. Contoh dalam pembelajaran: seorang siswa yang mendapat pujian atau penghargaan setelah aktif menjawab pertanyaan di kelas akan cenderung lebih berpartisipasi dan percaya diri dalam sesi-sesi berikutnya.

Implikasi dan Perkembangan

Teori Thorndike tidak hanya mendorong peralihan dari pandangan belajar berbasis insting ke pembelajaran berbasis pengalaman, tetapi juga memberikan dasar empiris bagi pendekatan behaviorisme dalam pendidikan. Meskipun ia lebih menekankan pada aspek perilaku yang teramati, Thorndike secara implisit mengakui peran proses mental seperti kesiapan dan persepsi terhadap konsekuensi—sebuah benih pemikiran yang kemudian dikembangkan lebih lanjut oleh aliran kognitif. Hukum Efek-nya, khususnya, menjadi jembatan penting antara teori belajar awal dan perkembangan psikologi behavioris dan kognitif-sosial di abad ke-20. Dalam praktik pendidikan kontemporer, prinsip-prinsip Thorndike masih relevan, terutama dalam merancang pembelajaran bertahap, menggunakan

latihan terstruktur, dan memberikan umpan balik yang bermakna untuk memperkuat perilaku belajar yang diinginkan. Implikasi dalam Pendidikan

3. B.F. Skinner: Operant Conditioning

Teori belajar behavioristik B.F. Skinner berpusat pada konsep operant conditioning, yang menyatakan bahwa perilaku individu dibentuk, dipertahankan, dan diubah oleh konsekuensi yang mengikutinya. Skinner mengembangkan teori ini sebagai penyempurnaan dan sistematisasi dari Hukum Efek (Law of Effect) yang diperkenalkan oleh Edward Thorndike. Thorndike menyatakan bahwa perilaku yang menghasilkan akibat yang memuaskan cenderung diulang, sementara perilaku dengan akibat tidak memuaskan cenderung ditinggalkan. Skinner memperluas prinsip ini dengan eksperimen terkontrol dan pengamatan yang lebih ketat terhadap dinamika antara perilaku dan konsekuensinya.

Skinner mendemonstrasikan prinsip operant conditioning melalui eksperimen terkenal menggunakan Skinner Box. Dalam eksperimen ini, tikus yang ditempatkan di dalam kotak belajar menekan tuas untuk memperoleh makanan. Makanan tersebut berfungsi sebagai penguatan positif (positive reinforcement), yaitu penambahan stimulus yang menyenangkan setelah suatu perilaku, yang meningkatkan kemungkinan perilaku menekan tuas terulang di masa depan. Melalui eksperimen ini, Skinner menunjukkan bahwa perilaku operan yaitu perilaku yang disengaja dan memengaruhi lingkungan dapat dibentuk secara sistematis melalui pengelolaan konsekuensi.

Skinner mengklasifikasikan konsekuensi menjadi dua kategori utama: penguatan (reinforcement) dan hukuman (punishment). Penguatan (Reinforcement) bertujuan untuk meningkatkan frekuensi perilaku. Sedangkan Penguatan Positif (Positive Reinforcement) memberikan stimulus yang diinginkan setelah perilaku (misal: pujian, hadiah). Penguatan Negatif (Negative Reinforcement) menghilangkan atau menghindarkan stimulus yang tidak diinginkan setelah perilaku (misal: bunyi alarm berhenti setelah sabuk pengaman dipasang).

Hukuman (Punishment) bertujuan untuk mengurangi frekuensi perilaku. Hukuman Positif (Positive Punishment) memberikan stimulus yang tidak diinginkan setelah perilaku (misal: teguran, tugas tambahan). Hukuman Negatif (Negative Punishment): Menghilangkan stimulus yang diinginkan setelah perilaku (misal: hak istimewa dicabut).

Peran Jadwal Penguatan (Schedules of Reinforcement). Skinner menemukan bahwa pola atau jadwal pemberian penguatan sangat memengaruhi kecepatan pembelajaran dan ketahanan perilaku. Jadwal penguatan dibedakan menjadi:

1. Jadwal Kontinu (Continuous Reinforcement) dimana setiap respons diperkuat. Cepat dalam pembelajaran awal tetapi cepat punah jika penguatan dihentikan.
2. Jadwal Parsial (Partial Reinforcement): Penguatan diberikan hanya pada waktu atau respons tertentu, meliputi : a) Fixed Ratio yaitu penguatan setelah sejumlah respons tertentu. b) Variable Ratio: Penguatan setelah rata-rata sejumlah respons (tahan terhadap kepunahan, contoh: mesin slot). c) Fixed Interval: Penguatan setelah periode waktu tetap. d) Variable Interval: Penguatan setelah rata-rata periode waktu tertentu.

Implikasi dan Perkembangan

Kerangka operant conditioning telah diaplikasikan secara luas dalam berbagai bidang diantaranya di bidang pendidikan untuk penggunaan sistem token (token economy), umpan balik segera, dan penataan lingkungan belajar untuk membentuk perilaku akademik dan sosial. Terapi perilaku dengan menggunakan teknik shaping (pembentukan perilaku bertahap) dan modifikasi perilaku untuk mengatasi perilaku maladaptif.

Meski demikian, seiring dengan perkembangan psikologi kognitif dan humanistik, pendekatan behavioristik Skinner mulai dipertanyakan relevansinya, terutama dalam hal berikut ini :

1. Reduksionisme Perilaku

Teori Skinner sering dikritik karena pendekatannya yang reduksionis, di mana perilaku manusia direduksi sekadar menjadi rangkaian hubungan stimulus-respons yang dapat diamati dan dikondisikan melalui penguatan eksternal. Skinner secara tegas menolak penjelasan mentalistik seperti pikiran, perasaan, atau niat, dengan alasan bahwa fenomena internal tersebut tidak dapat diukur secara objektif. Namun, kritik utama terhadap pendekatan ini justru menekankan bahwa manusia tidak dapat disederhanakan menjadi mesin perilaku belaka. Aspek kognitif, emosional, dan kesadaran diri memainkan peran penting dalam menentukan tindakan, pembelajaran, dan pengambilan keputusan. Dengan mengabaikan dimensi-dimensi ini, teori Skinner dianggap gagal menjelaskan kompleksitas utuh pengalaman manusia, termasuk kemampuan untuk bernalar, berimajinasi, dan merenung.

2. Mengabaikan Dimensi Internal

Lebih lanjut, teori Skinner dianggap mengabaikan peran dimensi internal seperti motivasi intrinsik, kreativitas, dan proses berpikir tingkat tinggi. Skinner menekankan bahwa perilaku terbentuk terutama melalui penguatan eksternal (reward dan

punishment), sementara dorongan internal dianggap sebagai epifenomena atau hasil sampingan dari pengondisian lingkungan. Padahal, dalam praktik pembelajaran misalnya, ketika seseorang belajar karena rasa ingin tahu, hasrat mencipta, atau kepuasan pribadi motivasi intrinsik sering kali menjadi pendorong utama yang bertahan lebih lama dan lebih bermakna daripada sekadar imbalan eksternal. Kritik ini menunjukkan bahwa teori operant conditioning tidak memadai untuk menjelaskan mengapa individu dapat bertindak secara mandiri, inovatif, dan reflektif, tanpa selalu bergantung pada konsekuensi langsung dari lingkungan

3. Keterbatasan dalam Pendidikan

Dalam konteks pendidikan, Skinner mengusulkan pembelajaran terprogram dan teaching machine yang dirancang untuk memberikan penguatan segera dan sistematis. Meskipun pendekatan ini dapat efektif untuk mengajarkan keterampilan dasar atau materi yang terstruktur, metode tersebut dikritik karena membatasi kebebasan, fleksibilitas, dan kreativitas siswa. Proses pembelajaran yang terlalu terkontrol dan mekanistik dianggap tidak memberikan ruang bagi pengembangan berpikir kritis, eksplorasi mandiri, atau konstruksi pengetahuan secara personal. Siswa ditempatkan sebagai penerima pasif, sementara peran guru direduksi menjadi pengelola penguatan eksternal. Akibatnya, pendidikan berisiko kehilangan dimensi humanistiknya dan tidak mampu mempersiapkan peserta didik untuk menghadapi situasi kompleks dan dinamis di luar struktur yang telah ditetapkan.

4. Aspek Etika dan Sosial.

Pandangan Skinner yang deterministik bahwa perilaku manusia sepenuhnya dikendalikan oleh lingkungan melalui mekanisme penguatan menimbulkan kekhawatiran etis dan sosial. Jika perilaku individu dapat dibentuk sepenuhnya melalui manipulasi lingkungan, maka teori ini membuka peluang untuk kontrol sosial yang berlebihan, baik oleh negara, institusi, atau kelompok tertentu. Kritik ini menyoroti bahwa pendekatan behaviorisme radikal cenderung mengabaikan prinsip kebebasan, otonomi, dan tanggung jawab moral individu. Dalam kerangka Skinner, manusia tidak lebih dari produk lingkungannya, sehingga konsep kehendak bebas, pilihan sadar, dan akuntabilitas personal menjadi tidak relevan. Implikasinya, penerapan teori ini tanpa pertimbangan etis dapat mengarah pada praktik-praktik yang bersifat otoriter dan mengurangi martabat manusia.

5. Kurang Relevan dengan Kompleksitas Modern

Seiring perkembangan psikologi kontemporer, teori Skinner dinilai kurang memadai untuk menjelaskan fenomena kompleks seperti pemerolehan bahasa, perkembangan moral, interaksi sosial dinamis, atau kemampuan metakognitif.

Teori Kognitif Sosial

1. Teori Kognitif Sosial Albert Bandura

Dalam khazanah teori kepribadian behavioristik, Albert Bandura menawarkan perspektif yang memperluas dan memperkaya paradigma behaviorisme klasik melalui Teori Kognitif Sosial (Social Cognitive Theory). Menurut buku ini teori Bandura berperan sebagai jembatan penting yang menghubungkan behaviorisme dengan aliran kognitif, karena ia tidak hanya mengakui pengaruh lingkungan dan penguatan. Albert Bandura mengembangkan Teori Kognitif Sosial (Social Cognitive Theory) sebagai bentuk perluasan dan koreksi terhadap paradigma behaviorisme klasik yang dominan pada paruh pertama abad ke-20. Menurut buku ini, Bandura berperan sebagai jembatan penting yang menghubungkan behaviorisme dengan aliran kognitif, karena ia tidak hanya mengakui pengaruh lingkungan dan penguatan eksternal, tetapi juga menekankan peran Konsep inti dari teori ini adalah pembelajaran observasional (observational learning) atau pemodelan (modeling), di mana individu dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, strategi, keyakinan, dan sikap baru hanya dengan mengamati orang lain sebagai model, tanpa harus melakukan tindakan tersebut secara langsung atau menerima penguatan. Prinsip ini terkenal melalui eksperimen Bobo Doll, yang menunjukkan bahwa anak-anak cenderung meniru perilaku agresif orang dewasa yang mereka amati. Bandura lebih lanjut menegaskan bahwa manusia bukanlah entitas pasif, melainkan terlibat dalam determinisme timbal balik (reciprocal determinism) suatu interaksi dinamis dan terus-menerus antara faktor perilaku, kognitif individu, dan kondisi lingkungan (Bandura, 1986). Proses pembelajaran observasional ini melibatkan empat tahap kritis: perhatian (attention), retensi (retention), reproduksi motorik (motor reproduction), dan motivasi (motivation). Dalam konteks pendidikan, teori ini menempatkan guru dan orang tua sebagai model perilaku yang krusial, sementara dalam konseling, konselor dapat berperan sebagai *role model* untuk melatih keterampilan mengelola emosi, pemecahan masalah, dan interaksi sosial. Dengan demikian, Teori Kognitif Sosial Bandura tidak hanya melengkapi keterbatasan penjelasan behaviorisme radikal, tetapi juga memberikan fondasi teoretis yang kuat bagi pendekatan pendidikan dan intervensi psikososial yang lebih holistik, aktif, dan manusiawi.

Meskipun Teori Kognitif Sosial Albert Bandura diakui sebagai perkembangan penting yang menjembatani behaviorisme dan kognitivisme, teori ini tidak lepas dari beberapa kritik mendasar. Pertama, teori Bandura kerap dianggap terlalu luas dan kompleks, sehingga menyulitkan verifikasi empiris yang ketat terhadap semua komponennya, terutama terkait proses internal seperti *self-efficacy* dan regulasi diri yang bersifat subjektif dan sulit diukur secara langsung. Kedua, meskipun menekankan interaksi timbal balik antara kognisi, perilaku, dan lingkungan, teori ini dinilai belum sepenuhnya menjelaskan mekanisme detail bagaimana faktor kognitif tertentu (seperti keyakinan atau harapan) benar-benar memengaruhi perilaku dalam konteks yang spesifik. Ketiga, meski pembelajaran observasional diakui sebagai proses penting, peran biologis dan predisposisi genetik cenderung kurang mendapatkan porsi yang memadai dalam kerangka teori Bandura, sehingga dianggap mengabaikan dasar neurofisiologis dari pembelajaran dan perilaku. Keempat, dalam praktik pendidikan dan intervensi, penerapan teori ini sangat bergantung pada kualitas dan konsistensi model, yang dalam realitasnya tidak selalu ideal atau mudah dikontrol. Terakhir, beberapa kritikus berargumen bahwa meskipun Bandura mengkritik behaviorisme radikal, teorinya tidak sepenuhnya bebas dari determinisme lingkungan, karena masih menekankan pengaruh kuat model eksternal dan kondisi sosial terhadap pembentukan kognisi dan perilaku individu. Namun, terlepas dari kritik-kritik tersebut, teori Bandura tetap dihargai sebagai kerangka teoretis yang sangat berpengaruh, yang telah membuka jalan bagi pendekatan pembelajaran yang lebih integratif, serta mendorong riset lebih lanjut tentang interaksi antara kognisi, sosial, dan perilaku manusia.

2. Teori Kognitif Sosial Walter Mischel

Teori Kognitif Sosial Walter Mischel menawarkan perspektif unik yang menekankan peran interpretasi kognitif individu terhadap situasi sosial sebagai penentu perilaku. Berbeda dengan pendekatan kognitif Piaget yang berfokus pada tahap perkembangan, Mischel menyoroti bagaimana variabel kognitif—seperti harapan, tujuan, dan standar pribadi—memengaruhi respons seseorang terhadap lingkungan. Teori ini menolak pandangan bahwa kepribadian bersifat konsisten lintas situasi, dan justru menggarisbawahi bahwa perilaku dapat berubah tergantung konteks sosial yang dihadapi. Dalam kerangka ini, manusia dipandang sebagai organisme aktif yang mengevaluasi dan memberi makna pada peristiwa, kemudian bertindak berdasarkan penilaian tersebut untuk mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

Salah satu kontribusi utama Mischel adalah penekanannya pada regulasi diri sebagai mekanisme kunci dalam pembentukan perilaku moral dan sosial. Menurutinya, individu dengan kematangan moral tidak lagi sepenuhnya bergantung pada imbalan atau hukuman eksternal,

melainkan mengembangkan standar internal dan kemampuan mengevaluasi diri. Teori ini juga mengakui interaksi dinamis antara faktor kognitif individu dengan pengaruh lingkungan, di mana situasi sosial tertentu dapat memicu perubahan perilaku meskipun seseorang memiliki karakter yang relatif stabil. Dengan demikian, Mischel menawarkan pandangan yang lebih lentur tentang kepribadian, di mana adaptasi kognitif terhadap konteks memainkan peran sentral.

Teori Kognitif Sosial Walter Mischel, meski memberikan kontribusi penting dalam memahami dinamika perilaku manusia, tidak lepas dari beberapa kritik mendasar. Kritik utama menyoroti ambiguitas dalam penekanan teori ini antara pengaruh situasi dan disposisi internal. Di satu sisi, Mischel menolak pendekatan kepribadian yang stabil dan konsisten, namun di sisi lain ia mengakui adanya variabel kognitif internal seperti tujuan dan standar pribadi. Hal ini menimbulkan pertanyaan tentang bagaimana tepatnya interaksi antara faktor situasional dan kognitif individu benar-benar bekerja, serta sejauh mana konsistensi perilaku sebenarnya dapat diprediksi.

Kritik kedua berkaitan dengan kesulitan operasionalisasi dan pengukuran variabel kognitif yang diusulkan Mischel, seperti harapan, interpretasi subjektif, dan regulasi diri. Variabel-variabel ini bersifat sangat internal dan subjektif, sehingga sulit diobservasi atau diukur secara langsung dalam penelitian empiris. Hal ini dapat mengurangi daya prediktif teori dalam konteks praktis, termasuk dalam setting pendidikan seperti pembelajaran PPKn, di mana guru membutuhkan instrumen yang lebih terukur untuk menilai perubahan perilaku peserta didik. Selain itu, teori Mischel sering dianggap terlalu menekankan fleksibilitas perilaku hingga mengabaikan stabilitas kepribadian jangka panjang. Meski pendekatan ini berguna untuk memahami adaptasi situasional, kritikus berpendapat bahwa Mischel mungkin meremehkan peran traits kepribadian yang relatif stabil dan pengaruh biologis atau genetik dalam membentuk pola perilaku konsisten.

KESIMPULAN

1. Ketiga teori behavioristik ini (Pavlov, Thorndike, dan Skinner) merepresentasikan perkembangan bertahap dalam memahami mekanisme pembelajaran dan pembentukan perilaku manusia, yang pada gilirannya memberikan fondasi penting bagi psikologi kepribadian. Meski berbagi fokus pada peran lingkungan dan perilaku yang dapat diamati, masing-masing teori menyumbangkan penekanan dan prinsip yang berbeda, sekaligus saling melengkapi dan mengoreksi.

2. **Evolusi Pemikiran: Dari Refleks ke Konsekuensi.** Pavlov memulai dengan pembelajaran asosiatif pasif melalui classical conditioning, di mana organisme belajar mengasosiasikan stimulus netral dengan stimulus alami. Teorinya menjelaskan pembentukan respons emosional dan fisiologis yang tidak disadari, namun terbatas pada perilaku refleksif. Thorndike menggeser fokus ke pembelajaran aktif melalui trial and error, dengan memperkenalkan konsep konsekuensi (Law of Effect) sebagai penguat koneksi S-R. Ia menekankan peran kesiapan (readiness) dan latihan (exercise), membuka jalan bagi pemahaman tentang bagaimana perilaku baru diperoleh dan dipertahankan. Skinner kemudian menyempurnakan dan mensistematisasikan gagasan Thorndike melalui operant conditioning, dengan eksplorasi mendalam tentang jenis penguatan (positive/negative reinforcement) dan jadwal penguatan (schedules of reinforcement). Skinner mengembangkan kerangka yang lebih terstruktur untuk memahami bagaimana konsekuensi lingkungan secara aktif membentuk, mempertahankan, dan mengubah perilaku operan (sukarela).
3. **Kontribusi terhadap Psikologi Kepribadian.** Secara kolektif, ketiga teori ini menawarkan perspektif bahwa kepribadian dapat dipahami sebagai kumpulan pola perilaku yang dipelajari melalui interaksi dengan lingkungan. Pavlov menjelaskan bagaimana respons emosional dan sikap (seperti kecemasan, ketertarikan) dapat terkondisi melalui asosiasi. Sedangkan Thorndike & Skinner menjelaskan bagaimana kebiasaan, keterampilan, dan perilaku adaptif (atau maladaptif) dibentuk melalui konsekuensi imbalan memperkuat perilaku, hukuman melemahkannya.
4. **Keterbatasan Bersama dan Transisi ke Teori Kognitif Sosial.** Meskipun berpengaruh, ketiga teori ini menghadapi kritik serupa yang membuka jalan bagi perkembangan teori kognitif sosial (Bandura, Mischel, dkk):
 - a. **Reduksionisme dan Pengabaian Proses Mental:** Ketiganya dianggap mereduksi kompleksitas manusia menjadi hubungan S-R, mengabaikan proses kognitif (seperti berpikir, merencanakan, bernalar) dan motivasi internal yang mendasari perilaku.
 - b. **Determinisme Lingkungan:** Teori-teori ini menempatkan individu sebagai entitas yang pasif atau reaktif terhadap lingkungan, kurang mengakui kapasitas manusia sebagai agen aktif yang menafsirkan, memilih, dan memberi makna pada pengalamannya.

Keterbatasan Penjelasan untuk Perilaku Kompleks: Teori ini kesulitan menjelaskan fenomena seperti pemerolehan bahasa, kreativitas, moralitas, dan pembelajaran tanpa penguatan langsung (seperti pembelajaran observasional).

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. A., & Fadholi, A. N. (n.d.). Teori behavioristik. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. <http://eprints.umsida.ac.id/1278/1/PSI%20Teori%20bljr.pdf>
- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revisi). Malang: UMM Press.
- Andriani, K. M., Maemonah, & Wiranata, R. R. S. (2022). Penerapan Teori Belajar Behavioristik B. F. Skinner dalam Pembelajaran: Studi Analisis terhadap Artikel Jurnal Terindeks Sinta Tahun 2014–2020. *SALIHA: Jurnal Pendidikan & Agama Islam*, 5(1), 78–91.
- Bandura, A. (1962). *Social learning through imitation*. Dalam M.R. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (Vol. 10). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63(3), 575–582.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1963). *Social learning and personality development*. New York: Rinehart & Winston.
- Hardianto, D. (2012). Paradigma Teori Behavioristik dalam Pengembangan Multimedia Pembelajaran. *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, (0), 8–15.
- Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes*. Oxford: Oxford University Press.
- Putri, K. Y., Neviyarni, & Nirwana, H. (2022). Pandangan teori belajar sosial kognitif Albert Bandura. *Jurnal Pendidikan dan Sosial Keagamaan*, 2022. <https://jurnal.itc.web.id/index.php/jpdsk/article/view/2022>
- Tullah, R., & Amiruddin. (2020). Penerapan teori sosial Albert Bandura dalam proses belajar. *Jurnal At-Tarbiyyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 6(1). <https://doi.org/10.54621/jiat.v6i1.266>
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theories: An educational perspective* (6th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Semiun, Y. (2006). *Teori-teori kepribadian behavioristik*. Yogyakarta: Kanisius.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Skinner, B. F. (1965). *Science and human behavior*. New York: Free Press.
- Suwartini, S. (2019, November 7). Teori kepribadian social cognitive: Kajian pemikiran Albert Bandura [Personality theory social cognitive: Albert Bandura]. Al-Tazkiah:

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 5(1).
<https://doi.org/10.20414/altazkiah.v5i1.1325>

Thorndike, E. L. (1911). *Animal intelligence: Experimental studies*. New York: Macmillan.

Tiara, M. (2022). Penerapan Teori Kognitif Sosial Walter Mischel dalam Pembelajaran PPKn. *Edudikara: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(1), 85–95.

Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di MI). *Jurnal Auladuna*, 1(2), 94–111.