

'Menyampah' dari Perspektif Psikologi (2)

Marselius Sampe Tondok
Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Dipublikasikan pada Harian Surabaya Post, 20 Juli 2008

Kalau pada edisi lalu kita membahas perilaku menyampah dari perspektif psikoanalisis, kali ini dari sudut pandang behavioristik. Perilaku membuang sampah sembarangan dalam pandangan penganut perspektif behavioristik punya penjelasan yang berbeda lagi.

Menurut behaviorisme - dipelopori oleh John B. Watson, Ivan P. Pavlov, Burrhus F. Skinner, Edward L. Thorndike- perilaku manusia bukan dikendalikan oleh faktor dalam (alam bawah sadar), tetapi sepenuhnya dipengaruhi oleh faktor eksternal yakni lingkungan. Penganut behaviorisme memandang manusia sebagai *homo mechanicus*, manusia mesin.

Behaviorisme tidak mau mempersoalkan apakah manusia baik atau jelek, rasional atau emosional. Behaviorisme hanya ingin mengetahui sebagaimana perilaku individu dikendalikan oleh faktor-faktor lingkungan. Individu bersifat sangat plastis, bisa dibentuk menjadi apa dan siapa, atau berperilaku apa saja sesuai dengan lingkungan yang dialami atau yang dipersiapkan untuknya. Dengan kata lain, respon atau perilaku individu dalam situasi tertentu sangat dipengaruhi dan ditentukan oleh stimulus atau apa yang diterimanya dari lingkungan. Salah satu prinsip perilaku menurut pendekatan behavioristik adalah perilaku organisme terbentuk melalui pembiasaan atau kondisioning. Prinsip lainnya, perilaku yang mendapat hadiah (*reward*) cenderung diulangi. Sebaliknya, perilaku yang mendatangkan hukuman (*punishment*) cenderung dihindari.

Dalam perspektif behaviorisme, respon atau perilaku menyampah yang dilakukan baik oleh pria maupun perempuan dalam kasus di atas –termasuk perilaku menyampah yang sering terjadi di sekitar kita- merupakan perilaku hasil pembiasaan yang dibentuk oleh lingkungan. Kemungkinan besar, pengalaman menyampah pria dan perempuan tersebut selama ini di bandara atau di jalan atau bahkan juga di tempat-tempat umum lainnya, tidak mendapatkan hukuman (misalnya dimarahi petugas atau kena denda). Yang mereka dapatkan ketika menyampah justru konsekuensi yang menyenangkan yakni terbebas dari sampah puntung rokok dan *tissue* yang dirasakan mengganggu. Tentu saja, perilaku mereka akan sangat lain jika ketika menyampah, mereka segera mendapatkan konsekuensi yang tidak menyenangkan seperti dimarahi petugas atau kena denda. Oleh karena itu, sangat wajarlah jika perilaku menyampah di bandara, di jalan atau di tempat umum jarang ditemui di lingkungan ataupun di negara yang menindak tegas siapa saja yang menyampah.

Dari perspektif psikologi behavioristik, pembentukan kebiasaan membuang sampah pada tempatnya, dapat dilakukan dengan 'latihan yang berulang-ulang'. Yang perlu digarisbawahi adalah bagaimana latihan yang

berulang kali itu membutuhkan sarana bantu dari luar. Pada awalnya, dibutuhkan alat bantu berupa sanksi pidana berupa denda sejumlah, petugas berwibawa yang akan konsekuen dan konsisten menerapkan sanksi kepada siapa yang melanggar, ditambah dengan adanya kepastian akan terdeteksinya individu yang melakukan pelanggaran. Sanksi ini tentu saja perlu disertai dengan kondisi lingkungan yang mempermudah individu untuk membuang sampah pada tempatnya, misalnya dengan penambahan tempat sampah yang jumlahnya lebih banyak dan lebih terjangkau ketika orang-orang membutuhkannya. Selain itu, tetap diperlukan tulisan-tulisan yang dapat mengingatkan individu untuk membuang sampah pada tempatnya.

Agar lebih efektif dan efisien, pada awalnya, jumlah maupun luas ruang publik di wilayah Kota Surabaya yang termasuk 'kawasan bebas sampah' dibatasi. Di wilayah terbatas ini, 'sarana bantu dari luar' sebagaimana yang disebutkan di atas yang bertujuan membentuk perilaku tidak menyampah, diberlakukan dengan tegas. Ketika perilaku yang diharapkan sudah terjadi pada kawasan bebas sampah terbatas tadi telah terbentuk, maka secara progresif kawasan bebas sampah semakin diperluas, hingga pada akhirnya seluruh wilayah di Kota Surabaya menjadi kawasan bebas sampah.

Cara mengurangi perilaku menyampah di atas dilakukan melalui pemberian *punishment*. Untuk tujuan yang sama, dapat dilakukan dengan pemberian *reward*. Pinsipnya sama, yakni dilakukan secara bertahap, mulai dari level yang (paling) kecil hingga ke level paling luas/besar. Sebagai contoh, sebelum Kota Surabaya mengikuti lomba Adipura, Pemerintah Kota Surabaya terlebih dahulu dapat melakukan lomba kawasan bebas sampah di tingkat RT, lalu meningkat ke tingkat RW, kelurahan, dan kecamatan. Dengan demikian, semua wilayah di Kota Surabaya akan terbebas dari sampah. Mungkin ini menjadi salah satu alasan mengapa lomba Adipura kurang efektif membentuk perilaku bersih di wilayah Kota Surabaya dan wilayah lainnya, karena menggunakan pendekatan dari atas (makro) ke bawah (mikro). Tujuan yang hendak dicapai terlalu luas sehingga kurang fokus.

Sebenarnya, yang paling sulit sebenarnya adalah membentuk perilaku masing-masing individu. Pembentukan perilaku pada level yang paling kecil justru akan bersentuhan langsung dengan individu. Yang diharapkan nantinya adalah bahwa perilaku membuang sampah pada tempatnya sungguh sudah menjadi suatu disposisi setiap orang sehingga tidak lagi diperlukan struktur atau alat bantu dari luar diri individu. Dengan menggunakan mekanisme pembiasaan, pembentukan perilaku membuang sampah pada tempatnya perlu dilakukan sejak dini melalui lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

Perspektif Kognitif

Psikologi kognitif yang mendapatkan dasarnya dari aliran filsafat rasionalisme memandang bahwa perilaku manusia tidak begitu saja dibentuk oleh lingkungan sebagaimana yang diyakini oleh para penganut teori behavioristik. Psikologi kognitif dengan tokohnya seperti Max Wertheimer, Kurt Koffka, Wolfgang Kohler, Kurt Levin, dan Jean Piaget menyatakan bahwa manusia tidak sekedar menerima stimulus dari lingkungan, namun ia berusaha memahami lingkungan yang dihadapi dan merespon dengan pikiran yang dimiliki. Dengan berpikir, manusia mampu mengolah informasi yang

diterimanya untuk mendapatkan pengertian yang lebih baik mengenai lingkungan dan dirinya sendiri yang selanjutnya akan menghasilkan perilaku tertentu. Dalam otak organisme, khususnya manusia, sudah terdapat suatu struktur kognitif yang akan mengelola informasi yang diterima dari lingkungan. Pengetahuan dan persepsi organisme akan lingkungannya memiliki peranan yang amat besar dalam mempengaruhi proses pengambilan keputusan. Dengan demikian, respon atau perilaku organisme terhadap lingkungan merupakan proses pengambilan keputusan. Maka tidaklah mengherankan jika penganut teori kognitif menyebut manusia disebut sebagai *homo sapiens*, yakni makhluk yang berpikir.

Dalam kaitannya dengan perilaku menyampah, perlu disadari bahwa pengetahuan dan pengalaman yang berbeda terkait dengan sampah, akan menghasilkan persepsi yang berbeda di antara individu-individu, yang selanjutnya akan menghasilkan sikap dan perilaku yang berbeda terhadap sampah. Untuk itu, dalam pendekatan kognitif, hal yang terpenting dalam mengubah sikap dan perilaku menyampah adalah mengubah persepsi individu tentang sampah. Dalam hal ini, persepsi yang positif terhadap perilaku membuang sampah akan melahirkan perilaku membuang sampah pada tempatnya. Proses mengubah persepsi, sikap dan perilaku individu terkait dengan sampah disebut dengan proses persuasi, yang dapat dilakukan melalui berbagai media seperti iklan, brosur, penyuluhan dan pendidikan lingkungan. Berkaitan dengan kasus di atas, dapat disimpulkan bahwa pria dan perempuan tersebut tidak memiliki pengetahuan (*knowledge*) dan kesadaran akan dampak-dampak negatif (*awareness of consequences*) yang memadai terkait dengan perilaku menyampah yang selanjutnya membentuk sikap dan perilaku negatif terkait dengan sampah. Untuk itu, proses persuasi perlu dilakukan terhadap individu-individu yang menyampah.

Perspektif Humanistik

Aliran Humanistik lahir sebagai reaksi terhadap aliran-aliran psikologi sebelumnya yakni psikoanalisis, behaviorisme, dan kognitif. Psikologi humanistik dengan tokohnya Carl Rogers dan Abraham Maslow cenderung menolak pendapat bahwa perilaku manusia dikendalikan oleh impuls bawah sadar (psikoanalisa), atau oleh stimuli eksternal (behaviorisme), atau oleh pengolahan informasi dalam persepsi dan memori (kognitif). Psikologi humanistik memandang manusia sebagai eksistensi yang positif dan menentukan. Manusia adalah makhluk yang unik, memiliki cinta, kreativitas, nilai dan makna serta pertumbuhan pribadi. Manusia memiliki potensi untuk mengarahkan perilakunya untuk mencapai tujuan setinggi mungkin. Oleh karena itu, teori humanistik menyebut manusia sebagai *homo ludens*, yakni manusia yang mengerti makna kehidupan.

Dalam pandangan Carl Rogers, perilaku manusia dikuasai oleh (yang disebutnya) *the actualizing tendency*, yaitu suatu kecenderungan yang ada dalam diri (*inherent*) manusia untuk mengembangkan kapasitasnya sedemikian rupa guna memelihara dan mengembangkan diri. Motivasi yang timbul akibat kecenderungan ini meningkatkan kemandirian dan mengembangkan kreativitas individu. Selanjutnya, menurut Abraham Maslow, perilaku manusia terkait dengan kebutuhan yang tersusun menurut suatu hirarki kebutuhan (*hierarchy of*

need), mulai dari yang paling rendah yaitu kebutuhan: fisiologis dasar, rasa aman dan tentram, dicintai dan disayangi, dihargai, hingga mengaktualisasikan diri.

Dalam kaitannya dengan sampah, sama seperti manusia lainnya di negara-negara maju seperti Jerman dan Singapura, manusia Indonesia juga menghasilkan sampah setiap hari. Bahkan rata-rata penduduk negara maju menghasilkan sampah lima lipat dari orang Indonesia. Tetapi, mengapa mereka tidak menyampah? Ditinjau dari teori kebutuhan Maslow, tingkat kebutuhan masyarakat negara maju sudah sampai pada tahap kebutuhan di atas kebutuhan primer seperti makan, minum dan hidup sehari-hari. Masyarakat negara maju seperti Jerman atau Singapura sudah mencapai tahap kebutuhan akan seni, keindahan, kebutuhan menghargai alam.

Tingkat kesejahteraan suatu masyarakat berkorelasi dengan sikap dan perilaku terhadap lingkungan, termasuk menyampah. Berbagai penelitian, misalnya yang dilakukan Kalantari dkk, (2007) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara tingkat kesejahteraan suatu masyarakat dengan sikap dan perilaku ramah lingkungan (*environmentally friendly attitude and behavior*). Artinya, semakin tinggi tingkat kemakmuran suatu masyarakat, maka akan semakin positif sikap dan perilakunya terhadap lingkungan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kemakmuran suatu masyarakat, maka akan semakin negatif sikap dan perilakunya terhadap lingkungan. Untuk itu, adalah suatu tantangan yang sangat besar bagi kita semua, terutama bagi pemerintah Indonesia untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakatnya. Peningkatan kesejahteraan dapat meningkatkan level pemenuhan kebutuhan individu yang akan berdampak positif terhadap sikap dan perilaku yang ramah lingkungan, termasuk perilaku tidak membuang sampah sembarangan.

Manusia Makhluk Menyampah

Manusia pada dasarnya adalah 'makhluk menyampah'. Tidak dapat dipungkiri, sampah adalah sesuatu yang melekat, tidak dapat dilepaskan dari hidup manusia. Di mana ada manusia, di situ pasti ada sampah. Sampah merupakan konsekuensi hidup, karena setiap aktivitas manusia pasti menghasilkan buangan atau sampah. Dengan kata lain, sampah sebenarnya bukan musuh manusia. Karena kalau manusia memusuhi sampah, ia sebenarnya memusuhi dirinya sendiri.

Dibandingkan dengan manusia, makhluk hidup lainnya yakni tumbuhan dan binatang dalam pemenuhan kebutuhan biologisnya tidak pernah mengambil dari alam lebih daripada yang bisa mereka gunakan. Sebaliknya, manusia dalam kapasitasnya mengerjakan lebih banyak hal di luar pemenuhan kebutuhan hidup organisasinya, berpotensi mengambil lebih banyak daripada yang sesungguhnya mereka butuhkan, sambil sekaligus membuang sebagian besar dari yang mereka ambil itu dan menjadikannya sampah. Sampah kebanyakan lahir dari ketidakmampuan manusia mengatakan 'cukup' terhadap kebutuhannya. Dengan kata lain, sampah banyak yang tercipta dari gaya hidup (*life style*) manusia yang melampaui kebutuhannya. Semakin maju peradaban hidup manusia, semakin banyak bermunculan kebutuhan yang dirasakan (keinginan) sehingga semakin banyak sampah yang dihasilkannya. Namun, sampah yang diciptakan manusia akan menjadi masalah jika diikuti oleh

perilaku mengelola sampah secara sembarangan. Dengan kata lain, jika suatu masyarakat bermasalah dengan sampah, sebenarnya masyarakat tersebut yang bermasalah dengan dirinya, dengan perilaku sendiri dalam menciptakan dan mengelola sampah.