

Edisi 3
Buku 1

Laura A. King

PSIKOLOGI UMUM

Sebuah Pandangan Apresiatif

The Science of Psychology—An Appreciative View



**Penerbit
Salemba Humanika**

**Mc
Graw
Hill
Education**



DAFTAR ISI SINGKAT

Tentang Penulis iv

Daftar Isi Singkat v

Daftar Isi vii

Pendahuluan xiii

Persembahan xxiv

BAB 1 Apakah Psikologi Itu? 2

BAB 2 Metode Ilmiah dalam Psikologi 30

BAB 3 Dasar-Dasar Biologis dari Perilaku 76

BAB 4 Sensasi dan Persepsi 128

BAB 5 Kondisi Kesadaran 178

BAB 6 Belajar 226

BAB 7 Memori 272

BAB 8 Berpikir, Kecerdasan, dan Bahasa 320

BAB 9 Perkembangan Manusia 366

Glosarium G - 1

Daftar Pustaka D - 1

Kredit K - 1

Indeks I - 1

DAFTAR ISI

Tentang Penulis	iv
Daftar Isi Singkat	v
Daftar Isi	vii
Pendahuluan	xiii
Persembahan	xxiv



1 Apakah Psikologi Itu? 2

1. MENDEFINISIKAN PSIKOLOGI 4

Kerangka Psikologis dari Pikiran – 4
Psikologi sebagai Ilmu Tentang Segala Perilaku Manusia 6

KONTROVERSI KRITIS: Apakah Kaum Muda Amerika Sedang Berada dalam Epidemik Narsisme? 8

2. SEJARAH PSIKOLOGI 10

Strukturalisme dari Wundt dan Fungsionalisme dari James 10
Seleksi Alam dari Darwin 11

3. PENDEKATAN KONTEMPORER DALAM PSIKOLOGI 12

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Mempelajari Penelitian Mengenai Evolusi Jerapah Hingga Evolusi Manusia 13

Pendekatan Biologis 13
Pendekatan Perilaku 14
Pendekatan Psikodinamik 15
Pendekatan Humanistik 15
Pendekatan Kognitif 15

Pendekatan Evolusi 16
Pendekatan Sosiokultural 16
Rangkuman Tujuh Pendekatan Kontemporer dalam Psikologi 17

4. APA YANG DILAKUKAN OLEH PSIKOLOG? 17

Karier dalam Psikologi 17
Bidang Keahlian 18

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Pertanyaan-Pertanyaan yang Ditanyakan oleh Ahli dalam Psikologi 23

INTERSECTION: Psikologi Sosial dan Psikologi Lintas-Kultural: Bagaimana Kultur Memengaruhi Arti Keberhasilan? 24

5. KAITAN ILMU PSIKOLOGI DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 25

Pikiran yang Memengaruhi Tubuh 25
Tubuh yang Memengaruhi Pikiran 25
Ringkasan 26
Istilah Penting 28
Terapkan Pengetahuan Anda 28



2 Metode Ilmiah dalam Psikologi 30

1. METODE ILMIAH DALAM PSIKOLOGI 32

Langkah 1. Mengobservasi Beberapa Fenomena 32
Langkah 2. Merumuskan Hipotesis dan Prediksi 33
Langkah 3. Melakukan Pengujian Melalui Penelitian Empiris 34

Langkah 4. Menarik Kesimpulan 35
Langkah 5. Mengevaluasi Teori 36

2. JENIS PENELITIAN PSIKOLOGIS 37

Penelitian Deskriptif 37
Penelitian Korelasional 40

Penelitian Psikologis: Memiliki Suasana Hati yang Buruk Namun Berkeinginan untuk Membantu? 45

Penelitian Eksperimen	46
INTERSECTION Kepribadian dan Psikologi Sosial: Apakah Keramahan Mendorong Munculnya Kebahagiaan ataukah Sebaliknya?	51
Penerapan Ketiga Jenis Penelitian	53
3. SAMPEL DAN TEMPAT PENELITIAN	54
Sampel Penelitian	56
Tempat Penelitian	57
4. MENGANALISIS DAN MENGINTERPRETASIKAN DATA	58
Statistik Deskriptif	58
PENELITIAN PSIKOLOGIS: Eksperimen dalam Kondisi Alami	60
Statistik Inferensial	62
5. MELAKUKAN PENELITIAN ETIS	64
Pedoman Etika	64
Perlakuan Etis pada Penelitian Terhadap Hewan	66



3

Dasar-Dasar Biologis dari Perilaku 76

1. SISTEM SARAF	78
Karakteristik Sistem Saraf	78
Jalur dalam Sistem Saraf	80
Pembagian Sistem Saraf	80
KONTROVERSI KRITIS: Apakah Mirror Neuron Memegang Peranan Penting bagi Pemahaman Sosial?	82
2. NEURON	83
Struktur Sel Terspesialisasi	85
Impuls Neural	86
Sinapsis dan Neurotransmitter	88
Jaringan Neural	92
3. STRUKTUR OTAK DAN FUNGSI	93
Cara Peneliti Meneliti Otak dan Sistem Saraf	93
Susunan Otak	97
PENELITIAN PSIKOLOGIS: Otak pada Spesies yang Berbeda	99
Korteks Serebrum	102
INTERSECTION: Ilmu Saraf dan Emosi: Bagaimana Otak Mengenali Sesuatu yang Lucu?	103

6. BERPIKIR KRITIS MENGENAI PENELITIAN PSIKOLOGIS 66

KONTROVERSI KRITIS: Apakah Etis Menggunakan Pengelabuan dalam Penelitian? 67

Hindari Generalisasi Berlebihan yang Didasarkan pada Informasi yang Minim 68
Bedakan Hasil Kelompok dengan Kebutuhan Individu 69

Carilah Jawaban dari Berbagai Penelitian 69
Hindari Menyimpulkan Kausalitas Ketika Tidak Ditemukan Hal Tersebut 69
Pertimbangkan Sumber dari Informasi Psikologis 70

7. KAITAN METODE ILMIAH DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 70

Ringkasan 72

Istilah Penting 74

Terapkan Pengetahuan Anda 74

Hemisfer Serebrum dan Penelitian Split-Brain 107

Integrasi Fungsi dalam Otak 111

4. SISTEM ENDOKRIN 111

5. KERUSAKAN OTAK, PLASTISITAS, DAN PERBAIKAN 113

Plastisitas Otak dan Kemampuan untuk Perbaikan 113

Implan Lapisan Otak 114

6. GENETIKA DAN PERILAKU 115

Kromosom, Gen, dan DNA 115

Penelitian tentang Genetika 116

Gen dan Lingkungan 119

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Si Kembar Jim 120

7. KAITAN DASAR-DASAR BIOLOGIS DARI PSIKOLOGI DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 121

Ringkasan 122

Istilah Penting 124

Terapkan Pengetahuan Anda 124



4

Sensasi dan Persepsi 128

1. CARA KITA MERASAKAN DAN MEMERSEPSIKAN DUNIA 130
 - Proses dan Tujuan Sensasi dan Persepsi 130
 - PENELITIAN PSIKOLOGIS:** Wanita Tua atau Wanita Muda? 132
 - Reseptor Sensoris dan Otak 132
 - KONTROVERSI KRITIS:** Dapatkah Kita Merasakan Masa Depan? 135
 - Ambang 136
 - PENELITIAN PSIKOLOGIS:** Persepsi Subliminal: Penelitian tentang Rase dan 138
 - Teori Pendeteksian Sinyal 140
 - Mengenali Stimulus Sensoris 141
 - Adaptasi Sensoris 144
2. SISTEM VISUAL 144
 - Stimulus Visual dan Mata 144
 - Pemrosesan Visual dalam Otak 148
 - Penglihatan akan Warna 150
 - Melihat Bentuk, Kedalaman, Pergerakan, dan Ketetapan 152

3. SISTEM AUDITORI 157
 - Asal Suara dan Cara Kita Mengalaminya 157
 - Struktur dan Fungsi Telinga 158
 - Teori Pendengaran 160
 - Pemrosesan Auditori di Otak 162
 - Mengetahui Asal/Lokasi Suara 162
4. INDRA LAIN 163
 - Indra Kulit 163
 - Indra Kimia 166
 - Indra Kinestetik dan Vestibular 168
 - INTERSECTION:** Emosi dan Sensasi: Bagaimana Merasakan Bau? 169
5. KAITAN SENSASI DAN PERSEPSI DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 171
 - Ringkasan 172
 - Istilah Penting 174
 - Terapkan Pengetahuan Anda 174



5

Kondisi Kesadaran 178

1. ASAL KESADARAN 180
 - Menefinisikan Kesadaran 181
 - Kesadaran dan Otak 181
 - Tingkat Keawasan 182
 - KONTROVERSI KRITIS:** Apakah Refleksi Sadar Penting Bagi Isi Kesadaran? 185
2. TIDUR DAN MIMPI 187
 - Ilmu Biologis dan Tidur 187
 - Mengapa Kita Perlu Tidur? 189
 - Tahap Terjaga dan Tidur 191
 - Tidur Sepanjang Rentang Kehidupan 194
 - PENELITIAN PSIKOLOGIS:** Menjelajahi Siklus Tidur 195
 - Tidur dan Penyakit 196

- Gangguan Tidur 197
- Mimpi 200

3. OBAT-OBATAN PSIKOAKTIF 202

INTERSECTION: Kesadaran dan Ilmu Saraf: Dapatkah Kita Menceritakan Hal yang Dimimpikan oleh Otak? 203

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Penggunaan Obat-Obatan oleh Remaja Amerika Serikat 204

- Penggunaan Obat-Obatan Psikoaktif 204
- Jenis Obat-Obatan Psikoaktif 205

4. HIPNOSIS 215

- Asal Hipnosis 216
- Menjelaskan Hipnosis 217
- Penggunaan Hipnosis 218

5. KAITAN KESADARAN DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN: MEDITASI 219

- Meditasi Penuh Kesadaran 219
- Kondisi Pikiran Meditatif 220
- Memulai Meditasi 220

- Ringkasan* 222
- Istilah Penting* 224
- Terapkan Pengetahuan Anda* 224



6

Belajar 226

1. JENIS BELAJAR 228
2. PENGONDISIAN KLASIK 230

Penelitian Pavlov 230

INTERSECTION: Belajar dan Psikologi Klinis: Dapatkah Pengondisian Klasik Membantu Kita Memahami Penyalahgunaan Obat? 234

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Dari Penerimaan Hingga Pemunahan (Hingga Pemulihan Spontan) 235

Pengondisian Klasik pada Manusia 236

3. PENGONDISIAN OPERAN 241

Mendefinisikan Pengondisian Operan 241

Hukum Efek Thorndike 241

Pendekatan Skinner Terhadap Pengondisian Operan 242

Pembentukan 243

Prinsip Penguatan 243

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Jadwal Penguatan dan Pola Respons yang Berbeda 249

Analisis Perilaku Terapan 252

4. BELAJAR OBSERVASIONAL 253

5. FAKTOR KOGNITIF DALAM BELAJAR 254

Perilaku Bertujuan 255

6. FAKTOR BIOLOGIS, KULTURAL, DAN PSIKOLOGIS DALAM BELAJAR 258

Hambatan Biologis 259

Pengaruh Kultural 260

Hambatan Psikologis 261

KONTROVERSI KRITIS: Apakah Gaya Belajar Penting untuk Pembelajaran? 262

7. KAITAN BELAJAR DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 264

Ringkasan 266

Istilah Penting 268

Terapkan Pengetahuan Anda 268



7

Memori 272

1. PROSES TERJADINYA MEMORI 274

2. PENGODEAN MEMORI 275

Atensi 275

Tingkat Pemrosesan 276

Elaborasi 277

Perumpamaan 278

3. PENYIMPANAN MEMORI 279

Memori Sensoris 279

Memori Jangka-Pendek 281

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Cara Kerja Memori Aktif 284

Memori Jangka-Panjang 284

INTERSECTION: Kognitif dan Psikologi Kultural: Bagaimana Kultur Memengaruhi Memori Episodik? 288

4. MENINGAT-KEMBALI MEMORI 294

Efek Posisi Berseri 294

Petunjuk Mengingat-Kembali dan Tugas

Mengingat-Kembali 295

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Efek Posisi Berseri; Hilang di Arus
Teguh 296

Kasus-Kasus Khusus dalam Mengingat-
Kembali 298

KONTROVERSI KRITIS: Dapatkah Orang Dewasa Memastikan Apakah
Meneri Seorang Anak Akurat? 303

5. LUPA 305

Kegagalan Pengodean 306

Kegagalan Mengingat-Kembali 306

6. KAIT BELAJAR DARI PENGETAHUAN TENTANG MEMORI 310

7. KAITAN MEMORI DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 313

Menjaga Memori Tetap Tajam—dan Menjaga
Fungsi Otak 313

Memori dan Pembentukan Pengalaman yang
Bermakna 314

Ringkasan 315

Istilah Penting 317

Terapkan Pengetahuan Anda 317



8

Berpikir, Kecerdasan, dan Bahasa 320

1. REVOLUSI KOGNITIF DALAM PSIKOLOGI 322

2. BERPIKIR 324

Konsep 324

Pemecahan Masalah 325

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Berpikir di Luar Kotak 328

Penalaran dan Pengambilan Keputusan 329

Berpikir Kritis dan Kreativitas 334

INTERSECTION: Psikologi Kognitif dan Kepribadian: Apakah Pemikir yang
Bijaksana Menghindari Bias Blind Spot? 335

KONTROVERSI KRITIS: Apakah Ada Hubungan Antara Jenius yang
Kreatif dengan Psikopatologi? 337

3. KECERDASAN 339

Mengukur Kecerdasan 339

PENELITIAN PSIKOLOGIS: Kurva Normal 343

Pengaruh Genetika dan Lingkungan Terhadap
Kecerdasan 344

Perbedaan dalam Kecerdasan 346

4. BAHASA 351

Struktur Dasar dari Bahasa 351

Bahasa dan Kognisi 352

Pengaruh Biologis dan Lingkungan Terhadap
Bahasa 354

Perkembangan Bahasa Sepanjang Rentang
Kehidupan 357

5. KAITAN BERPIKIR DAN PEMECAHAN MASALAH DENGAN KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN 359

Penilaian Kognitif dan Stres 360

Penilaian-Ulang Kognitif 361

Ringkasan 362

Istilah Penting 364

Terapkan Pengetahuan Anda 364