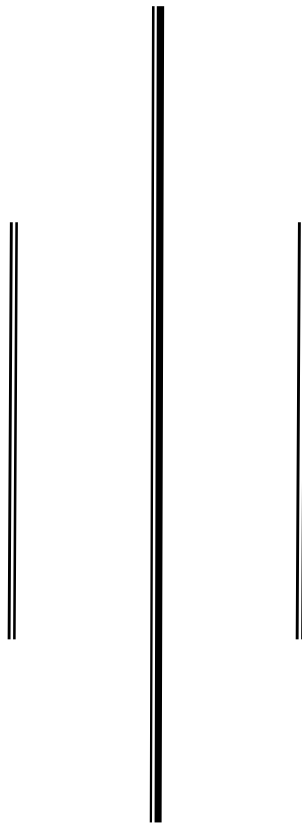


# Tipologi Kepribadian

Hippocrates - Galenus



**PsikologiZone.com**

Zona Ilmu dan Artikel Psikologi Online

Seperti penjelasan yang sudah dibahas pada situs psikologizone.com mengenai pengertian tipologi kepribadian hippocrates galenus pada artikel yang berjudul "Tipologi Kepribadian Hippocrates dan Galenus". Di alamat:

<http://www.psikologizone.com/tipe-kepribadian-hippocrates-dan-galenus>

Maka berikut adalah penjelasan lanjutan mengenai sifat kepribadian Sanguine, Choleric, Plegmatic, dan Melancholy.

Sebelumnya, perlu diperingatkan dalam membahas tentang empat tipe temperamen ini, beberapa orang akan terdorong untuk menganalisa teman-temannya, dan akan memikirkan "Bagaimanakan tipe temperamennya ?" Pemikiran seperti ini akan menipu dan sukar untuk dapat dipercaya penuh karena belum melakukan serangkaian tes kepribadian. Penyelidikan kita mengenai temperamen ini haruslah merupakan penyelidikan yang hanya untuk diri sendiri, kecuali bila kita ingin lebih dapat menerima kelemahan dan kekurangan yang ada di dalam diri orang lain.

### 1. Sanguine

Sanguine yang periang adalah temperamen yang hangat, bersemangat, lincah dan "menyenangkan". Ia dapat menerima segala keadaan, dan kesan-kesan yang dilihatnya dapat dengan mudah mempengaruhi hatinya yang dengan cepat memberikan tanggapan. Keputusan-keputusannya lebih banyak ditentukan oleh perasaan dari pada pemikirannya.

Orang Sanguine memiliki kemampuan yang luar biasa untuk menyukai dirinya sendiri, dan biasanya ia menularkan sifatnya yang hangat itu. Bila ia masuk ke sebuah ruangan yang banyak orangnya, ia mempunyai kecenderungan untuk membangunkan semangat setiap orang yang ada di situ dengan kelancaran percakapannya yang riang gembira. Ia dapat membawakan cerita dengan menarik karena sifatnya yang hangat dan penuh emosi itu seakan-akan menunjukkan bahwa ia sedang mengalami apa yang diceritakannya itu.

Ia tidak pernah kekurangan teman. Ole Hallesby mengatakan, "sifat seorang Sanguine yang naif, spontan dan periang itu membuat banyak orang senang kepadanya". Ia dapat benar-benar ikut merasakan sukacita dan kesusahan orang-orang yang dihadapinya dan dapat membuat orang yang dihadapi itu merasa dirinya penting, seakan-akan seorang sahabat yang istimewa dan demikian juga orang lain yg ditemuinya diperlakukan sama olehnya.

Ia menyukai orang-orang, tidak senang dengan kesunyian. dan yang paling senang ialah bila ia dikelilingi teman-temannya, di mana ia menjadi pusat perhatian mereka. Ia mempunyai banyak sekali cerita menarik yang tidak akan pernah habis, yang diceritakannya secara dramatis sehingga membuat ia disukai baik oleh anak-anak maupun orang dewasa, dan biasanya ia terkenal di dalam pesta-pesta atau perkumpulan-perkumpulan sosial.

Orang Sanguine tidak pernah kehabisan kata-kata. Ia seringkali berbicara dahulu sebelum berpikir, tetapi sikapnya yang tulus dan terbuka itu membuat orang-orang tidak melawan atau menolak dia, sehingga mereka memberikan tanggapan terhadap perasaan hatinya. Cara hidupnya yang bebas (tidak terikat), yang kelihatan penuh gairah dan terbuka seringkali membuat orang-orang yang temperamennya lebih pemalu merasa iri hati kepadanya.

Caranya berbicara yang ramai dengan suara keras dan ramah tamah itu membuat dia tampak lebih mantap daripada keadaan dirinya yang sesungguhnya, tetapi semangatnya dan perilakunya yang menyenangkan itu dapat membawa dia

melewati liku-liku kehidupan yang berat. Orang yang selalu mempunyai alasan untuk memaafkan kelemahan-kelemahannya dengan mengatakan "Yah, emang begitulah sifat si periang itu."

Dunia ini diperkaya oleh orang-orang sanguine yang periang semacam itu. Mereka cocok sekali untuk menjadi salesman, pekerja di rumah sakit, guru, ahli bicara, aktor, ahli pidato dan kadang-kadang mereka dapat menjadi pemimpin yang baik. Keperluan-keperluan rohani yang terutama bagi temperamen Sanguine ialah "penguasaan diri, kesabaran, iman, damai sejahtera dan kebaikan".

### **2. Choleric.**

Temperamen Choleric yang keras ialah temperamen yang penuh semangat, bertindak cepat, aktif, praktis dan berkemauan keras. Seringkali ia merasa puas terhadap dirinya sendiri dan tidak perlu bergantung pada orang lain. Ia cenderung untuk bersikap tegas dan berpendirian teguh, mudah membuat keputusan baik untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain.

Orang Choleric selalu penuh dengan aktivitas. Sebenarnya, bagi dia "hidup adalah aktivitas". Ia tidak perlu harus dirangsang oleh keadaan sekelilingnya, tetapi malah ia lebih banyak merangsang keadaan sekelilingnya dengan gagasan, rencana-rencana dan ambisinya yg tidak pernah habis. Aktivitasnya selalu mempunyai sasaran, karena ia mempunyai pikiran yang tajam dan praktis, dapat membuat keputusan-keputusan segera yang logis atau merencanakan suatu proyek jangka panjang yg sangat berguna.

Ia tidak akan terombang-ambing karena tertekan oleh apa yang dipikirkan orang-orang lain. Ia bersikap tegas dalam menghadapi persoalan-persoalan dan seringkali ia dengan berani melawan ketidakadilan sosial atau keadaan-keadaan yang tidak benar.

Ia tidak takut terhadap kesengsaraan, sesungguhnya kesengsaraan itu justru membangunkan semangatnya. Ia telah mempunyai keputusan yang mantap dan seringkali ia berhasil di mana orang lain mengalami kegagalan. Hal ini bukan karena rencana-rencananya lebih baik daripada rencana-rencana orang lain, tetapi karena ia "terus maju" meskipun orang lain sudah putus asa dan berhenti. Bila pepatah "Menjadi pemimpin adalah karena bakat, bukan karena latihan" itu benar, maka ia adalah orang yang berbakat memimpin.

Emosinya adalah bagian temperamennya yang paling tidak menonjol. Ia tidak mudah untuk memberikan simpati kepada orang lain, dan ia juga tidak dapat menunjukkan atau menyatakan rasa kasih secara wajar. Ia sering merasa bingung atau muak melihat orang lain menangis. Ia kurang dapat menghargai karya-karya seni yang tinggi, perhatian utamanya hanya ditujukan kepada nilai-nilai kehidupan yang mendatangkan faedah.

Ia dapat segera melihat kesempatan yang ada dan dengan cepat mendiagnosa cara yang terbaik untuk memanfaatkan kesempatan-kesempatan itu. Cara berpikirnya sistematis, walaupun hal-hal yang kecil-kecil biasanya membosankan baginya. Ia tidak bisa memeriksa secara teliti, tetapi ia cepat untuk memberikan penilaian yang berdasarkan intuisi, oleh sebab itu ia cenderung untuk melihat pada sasaran dari apa yang sedang dicapainya tanpa melihat adanya perangkap-perangkap dan halangan-halangan yang mungkin timbul di tengah jalan.

Sekali ia telah mulai melangkah menuju sasarannya ia dapat berlari tanpa mengindahkan orang-orang yang menghalangi jalannya. Ia cenderung untuk bersikap menguasai dan mengatur, dan ia tidak segan-segan memeralat orang

lain untuk mencapai maksud-maksudnya. Seringkali ia dianggap seorang oportunis.

Dari antara semua jenis temperamen, mungkin ialah yang paling banyak memerlukan sifat-sifat rohani, yaitu kasih, damai sejahtera, kemurahan, kesabaran, kelemahan lembut dan kebaikan.

Para Jenderal dan pemimpin-pemimpin besar di dunia ini, kebanyakan adalah orang-orang yang mempunyai jenis temperamen Choleric. Orang Choleric dapat menjadi seorang eksekutif (pelaksana) yang baik, pencetus gagasan, produser, dikatator, atau bahkan SEORANG PENJAHAT, tergantung pada standard moralnya. Sama seperti orang Sanguine, biasanya ia adalah seorang extrovert, meskipun agak kurang menonjol.

### 3. Phlegmatic

Menurut Hippocrates, cairan tubuh yang menghasilkan temperamen-temperamen yang tenang, dingin, lamban, santai, dan stabil disebut Flip Phlegmatic. Bagi orang Phlegmatic, hidup adalah pengalaman yang membahagiakan dan menyenangkan, tanpa pengalaman-pengalaman yang menggetarkan jiwa, di mana ia sebanyak mungkin tidak mau melibatkan diri dalam persoalan apa pun.

Orang Phlegmatic adalah orang yang sangat tenang dan santai sehingga nampaknya ia tidak pernah merasa terganggu, bagaimanapun keadaan di sekelilingnya. Ia sukar sekali marah dan jarang sekali meluapkan emosinya. Orang Phlegmatic adalah orang yang memiliki tipe temperamen yang tetap sama setiap kali anda bertemu dengan dia. Di balik temperamennya yang dingin, acuh dan sifatnya yang seakan-akan pemalu itu, terdapat beberapa kemampuan yang tergabung menjadi satu. Ia mempunyai perasaan yang jauh lebih dalam daripada apa yang nampak pada wajahnya, dan ia memiliki kemampuan untuk menghargai karya seni yang tinggi dan hal-hal yang lebih baik dalam kehidupan.

Orang Phlegmatic tidak akan kekurangan teman karena ia menyukai orang-orang dan mempunyai rasa humor yang sinis. Ia adalah tipe orang yang meskipun berada di tengah-tengah orang banyak yang "tertawa terbahak-bahak" tetapi justru tidak pernah atau sedikit tersenyum. Ia memiliki kemampuan yang unik dalam melihat sesuatu yang lucu pada orang lain dan di dalam hal-hal yang mereka lakukan. Ia memiliki ingatan yang baik dan kuat dan seringkali ia pandai sekali dalam menirukan sesuatu. Salah satu hal lain yang disukainya ialah "MENGGODA ATAU MEMPERMAINKAN ORANG YANG MEMILIKI TEMPERAMEN YANG LAIN".

Ia merasa jengkel dengan semangat yang berkobar-kobar dari orang Sanguine yang tidak pernah tenang dan tanpa tujuan, yang seringkali menghadapkan dia dengan kesia-siaan mereka. Ia benci dengan kemurungan orang-orang Melancholy dan cenderung untuk mencemoohkannya. ia senang sekali mematahkan rencana-rencana dan ambisi yang melangit dari orang Choleric.

Ia cenderung untuk menjadi penonton dalam kehidupan ini dan berusaha untuk tidak terlalu terlibat dalam persoalan orang lain. Biasanya ia sangat segan untuk melakukan suatu kegiatan di luar hal-hal rutin yang dilakukannya setiap hari. Ini tidak berarti bahwa ia tidak dapat mengerti perlunya tindakan serta kesulitan-kesulitan orang lain. Mungkin orang Phlegmatic dan orang Choleric dapat sama-sama melihat suatu ketidakadilan sosial, tetapi reaksi mereka sama sekali berbeda.

Jiwa Choleric yang penuh keberanian itu akan menyebabkan dia berkata, "Mari kita membentuk suatu panitia yang bertindak untuk mengatasi hal ini!". Orang Phlegmatic mungkin lebih cenderung untuk menanggapi dengan berkata "Wah, parah keadaannya!, mengapa tidak ada seorang pun yang bertindak untuk mengatasi hal ini?" Orang Phlegmatic biasanya baik hati dan penuh perhatian, tetapi jarang sekali ia mengutarakan perasaannya yang sesungguhnya. Akan tetapi apabila sekali ia telah didorong untuk bertindak, akan terbukti bahwa ia adalah orang yang paling efisien dan memiliki kemampuan yang hebat.

Ia sendiri tidak akan mau memegang pimpinan, tetapi apabila ia diberi tugas sebagai seorang pemimpin, ia akan membuktikan diri sebagai seorang pemimpin yang mampu. Ia dapat menimbulkan suasana damai dan ia mempunyai sifat pembawaan suka mendamaikan orang. Kebutuhannya yang terutama ialah : Kasih, kebaikan, kelembutan, penguasaan diri dan Iman.

Dunia ini telah banyak diberkati oleh sifat-sifat orang Phlegmatic yang efisien. Ia dapat menjadi seorang diplomat, seorang akuntan, guru, pemimpin, ahli ilmu pengetahuan atau pekerja yang baik dalam suatu bidang yang membutuhkan ketelitian yang tinggi.

#### **4. Melancholy**

Orang Melancholy seringkali dilukiskan sebagai "temperamen yang suram atau murung". Sebenarnya temperamen Melancholy adalah TEMPERAMEN yang PALING KAYA di antara tipe-tipe temperamen yang lain, oleh karena ia mempunyai sifat analitis, rela berkorban, berbakat, perfeksionis, dan memiliki emosi yang sangat sensitif. Dari keempat tipe temperamen, maka tipe Melancholy yang paling dapat menikmati karya-karya seni yang tinggi.

Ia mempunyai sifat pembawaan yang introvert, tetapi karena perasaan-perasaannya lebih menguasai dirinya, maka keadaan hatinya cenderung untuk mengikuti perasaan hatinya yang berubah-ubah. Kadang-kadang perasaan hatinya mengangkat dia ke puncak kegembiraan sehingga membuat dia bertindak lebih ekstrovert; namun pada saat lain ia merasa murung dan tertekan, dan pada saat-saat itu ia akan menjadi orang yang sangat pendiam dan sama sekali berlawanan dengan keadaan sebelumnya.

Orang yang memiliki temperamen Melancholy adalah seorang teman yang SANGAT SETIA, tetapi tidak seperti orang Sanguine, ia SUKAR mendapat teman. Ia tidak mau mengajukan diri untuk menemui orang-orang tetapi ia lebih cenderung untuk membiarkan orang-orang DATANG kepadanya. Mungkin orang yang memiliki temperamen Melancholy adalah orang yang paling dapat DIPERCAYAI dibanding dengan orang yang memiliki tipe-tipe temperamen yang lain, karena kecenderungannya untuk mencapai yang sempurna tidak membiarkan dirinya mengabaikan pekerjaannya atau membiarkan orang lain kecewa bila mereka bergantung kepadanya.

Sifat pembawaannya yang pendiam dan tidak mau menonjolkan diri itu bukan menandakan bahwa ia TIDAK menyukai orang lain. Sama seperti kebanyakan dari kita, ia tidak hanya menyukai orang lain, tetapi ia juga mempunyai keinginan yang kuat untuk DIKASIHI orang lain. Pengalaman-pengalaman yang mengecewakan membuat dia tidak untuk menilai seseorang berdasarkan apa yang tampak di luarnya, karena ia agak merasa CURIGA apabila ada orang yang mencari-cari dia atau memberikan perhatian yang berlebihan kepadanya.

Kemampuan yang hebat dalam menganalisa membuat dia dapat MEMPERKIRAKAN dengan tepat kemungkinan adanya halangan-halangan dan bahaya dalam setiap usaha yang direncanakannya. Sifat ini sangat bertentangan

dengan sifat orang Choleric yang jarang sekali menyadari adanya persoalan-persoalan atau kesulitan-kesulitan, karena ia merasa YAKIN bahwa ia MAMPU mengatasi persoalan apa pun yang timbul. Sifat ini seringkali menyebabkan seorang Melancholy segan mengemukakan suatu gagasan baru atau menentang orang yang memprakarsai hal itu.

Kadang-kadang apabila ia sedang mengalami suasana hati dan emosi yang gembira atau penuh inspirasi, ia dapat menghasilkan suatu karya seni yang besar atau MENCETUSKAN suatu hasil pemikiran yang LUAR BIASA. Hasil-hasil tersebut seringkali diikuti dengan saat-saat depresi yang hebat.

Orang Melancholy biasanya menemukan nilai hidup PALING berarti dalam PENGORBANAN diri. Ia seakan-akan mempunyai keinginan untuk membuat dirinya sendiri menderita dan seringkali akan memilih lapangan pekerjaan yang sulit yang menuntut banyak pengorbanan diri. Sekali ia telah memilih pekerjaan, ia cenderung untuk bersikap sangat teliti dan tekun dalam mencapai tujuannya dan besar kemungkinan ia akan menyelesaikannya dengan sangat baik.

Temperamen memiliki potensi yang paling hebat dibanding dengan tipe-tipe temperamen yang lain. Tetapi tipe temperamen yang PALING KUAT dan yang memiliki BANYAK potensi ini rupanya disertai dengan KELEMAHAN yang paling BANYAK. Seorang Melancholy dapat memanfaatkan kekuatannya sampai melebihi teman-temannya, atau ia dapat begitu dikuasai oleh kelemahan-kelemahannya sehingga ia menjadi seorang yang menderita GANGGUAN emosi, orang yang putus asa atau orang yang selalu sedih tanpa alasan, yang tidak pernah menyukai dirinya sendiri ataupun DISUKAI oleh orang lain.

Banyak dari antara orang-orang yang berbakat besar di dunia ini yaitu para seniman, musikus, penemu, ahli filsafat, pendidik, dan ahli-ahli teori adalah orang-orang yang mempunyai temperamen Melancholy.

**SEKIAN**

**PsikologiZone.com**

**Zona Ilmu dan Artikel Psikologi Online**

NB: Mari berlangganan artikel psikologizone untuk memperoleh informasi terbaru yang akan disajikan. Dapatkan juga ebook gratis berjudul "Menanam Sopan Santun Pada Anak" untuk pendaftaran berlangganan artikel. Pendaftaran, silahkan masukkan alamat email anda di kolom subscribe pada sidebar bagian kanan website.