

## STRATEGI KOPING PADA ORANG YANG MEMILIKI INDERA KEENAM (*COPING STRATEGIES OF PEOPLE WHO HAVE SIXTH SENSE*)

Dwi Putri Anggarwati, Siti Urbayatun  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
[putrianggara09@yahoo.com](mailto:putrianggara09@yahoo.com)

**Abstrak** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk dari indera keenam dan strategi koping pada orang yang memiliki indera keenam yang berhubungan dengan permasalahan dari indera keenam yang dimilikinya dan masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Subjek yang menjadi informan berjumlah satu orang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Dalam menganalisis data dari hasil wawancara menggunakan analisis isi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk-bentuk dari indera keenam yang dimiliki oleh informan adalah *clairvoyance*, *clairaudience* dan psikokinesis. Strategi koping yang digunakan oleh informan adalah *seeking social support*, *positive reappraisal* dan *planful problem solving* serta dibantu dengan kemampuan indera keenam yang dimilikinya. Pada permasalahan yang muncul dari bentuk indera keenam yang dimilikinya strategi koping yang digunakan yaitu *seeking social support* dan *positive reappraisal* sedangkan pada permasalahan sehari-hari menggunakan strategi koping *planful problem solving*. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bentuk-bentuk dari indera keenam yang dimiliki oleh informan adalah *clairvoyance*, *clairaudience* dan psikokinesis. Strategi koping yang digunakan untuk masalah secara internal, dalam hal ini masalah dengan indera keenam yang dimilikinya, informan cenderung menggunakan *emotional focused coping*. Pada masalah eksternal atau masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, informan cenderung menggunakan *problem focused coping* dalam menghadapi masalah.

**Kata Kunci** indera keenam, strategi koping.

### PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk yang paling sempurna diantara makhluk- makhluk yang lain. Tuhan telah memberikan karunia di dalam diri manusia dengan organ dan bagian-bagian tubuh seperti indera yang memiliki fungsi masing-masing dan menunjang kelangsungan hidup pada diri manusia. Alat indera digunakan untuk merasakan dan merespon sesuatu yang ada disekitar manusia. Selama ini manusia mengenal lima indera utama, yaitu mata sebagai indera penglihatan, telinga sebagai indera pendengar, kulit sebagai indera perasa, lidah sebagai indera pengecap, dan hidung sebagai indera pembau.

Dalam kehidupan sehari-hari manusia mengalami banyak fenomena yang berbeda-beda diantara satu dengan yang lain. Bahkan ada beberapa manusia yang mengalami suatu fenomena yang secara logika tidak dapat diterima oleh akal sehat, seperti melihat sesuatu yang tidak bisa dilihat orang lain, mendengar suara yang tidak bisa didengar orang lain, melihat suatu kejadian yang akan datang maupun melihat kejadian masa lalu. Fenomena-fenomena tersebut sering terjadi pada orang yang memiliki kekhususan dalam hal ketajaman batiniah. Istilah tersebut sering disebut dengan indera keenam atau *Extra Sensory Perception*.

Banyak fenomena akan suatu penyakit yang secara medis tidak masuk akal tetapi itu nyata terjadi. Di media massa banyak ditampilkan fenomena-fenomena yang tidak masuk

akal, seperti perut seorang ibu yang ditumbuhi kawat dan kaki anak balita yang terdapat banyak paku. Kedua orang tersebut sudah melakukan operasi beberapa kali namun kawat dan paku tersebut masih tetap ada di dalam tubuh kedua orang tersebut. Kebanyakan dari masyarakat yang memiliki penyakit non medis lebih memilih untuk mengobati penyakit seperti itu dengan pengobatan yang melibatkan supranatural.

Di negara Eropa Barat, *Extra Sensory Perception* dimasukkan dalam bidang ilmu psikologi, yang akhirnya menjadi satu aliran yang disebut parapsikologi (<http://studiku.wordpress.com>). Istilah *Extra Sensory Perception* dipopulerkan oleh J.B Rhine (Zahran, 2011).

Kemampuan indera keenam merupakan suatu kemampuan untuk mendapatkan informasi tanpa menggunakan panca indera manusia (Darmanto, 2012). Orang yang memiliki indera keenam adalah orang yang bisa melihat bayangan berupa gambaran. Gambaran tersebut umumnya mampu memberikan informasi tentang sesuatu yang akan terjadi, sedang terjadi maupun belum terjadi (Prakuso, 2013)

Menurut Syaifullah (2010) Indera keenam merupakan mata batin atau *Al-Bathiniah*. Setiap manusia memiliki indera keenam atau *Extra Sensory Perception*. Hanya saja daya serap dari masing-masing manusia berbeda. Ada yang memiliki daya serap yang rendah dan ada juga yang memiliki daya serap yang tinggi. Allah SWT menciptakan mata batin yang bersih. Seiring dengan bertambahnya umur mata batin tertutup oleh sifat-sifat buruk dan keduniawian sehingga tidak dapat melihat lagi hal-hal yang tertutup. Berdasarkan beberapa teori diatas dapat disimpulkan bahwa indera keenam atau *Extra Sensory Perception* yaitu kemampuan seseorang untuk merasakan, melihat dan mendengar sesuatu yang berada pada dimensi lain dengan menggunakan cara selain dengan lima indera utama.

Menurut Tanous & Donnelly (dalam Zahran, 2011), terdapat beberapa bentuk dari indera keenam, yaitu:

- 1) Telepati adalah mengirim pikiran. Biasanya disebut transferensi pemikiran.
- 2) *Clairvoyance* adalah persepsi visual dari peristiwa atau hal. Fenomena ini termasuk juga melihat kejadian yang terjadi di tempat lain.
- 3) *Precognition* adalah pengetahuan tentang masa depan.
- 4) *Premonition* adalah sebuah pengalaman yang mirip dengan prekognisi dan dapat didefinisikan sebagai perasaan. Mengalami seperti ada sesuatu yang akan terjadi, tetapi tidak memberikan informasi yang spesifik.
- 5) Psikis mimpi adalah mimpi yang berhubungan dengan peristiwa telepati, *clairvoyance*, *precognition* atau firasat.
- 6) Psikometri adalah mendapatkan informasi dengan menyentuh sebuah objek.
- 7) Psikokinesis (PK) adalah menggerakkan objek tanpa menggunakan fisik.

Di dalam kehidupan, setiap orang memiliki suatu permasalahan yang terkadang membuat kondisi psikis menjadi tertekan. Dalam keadaan tersebut maka di dalam diri akan memunculkan suatu perilaku koping untuk mengatasi permasalahan yang sedang dihadapinya.

Menurut Lazarus dan Folkman (Lazarus, 1991), koping adalah upaya kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang spesifik, dan konflik di antara keduanya yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu. Menurut beberapa ahli ada dua fungsi coping (Smet, 1994), yaitu:

1. *Problem- Focused Coping*

Individu akan mengatasi suatu permasalahan dengan mempelajari cara-cara atau ketrampilan-ketrampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini, apabila yakin akan dapat mengubah situasi.

2. *Emotional- Focused Coping*

Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini melalui perilaku individu seperti bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan. Apabila individu tidak mampu dalam kondisi yang *stressful*, individu akan cenderung mengatur emosinya.

Menurut Lazarus dan Folkman (Sarafino, 1997) ada beberapa jenis strategi *coping*, yaitu:

1. *Problem Focused Coping*
  - a) *Planful problem-solving* adalah menganalisis situasi untuk sampai pada situasi tertentu dan kemudian mengambil tindakan langsung untuk mengatasi masalah.
  - b) *Confrontative coping* adalah mengambil tindakan tegas, sering melibatkan kemarahan atau pengambilan risiko, untuk mengubah situasi.
2. *Emotional Focused Coping*
  - a) *Seeking social support* adalah mencoba untuk memperoleh dukungan informasi atau emosional.
  - b) *Distancing* adalah membuat upaya kognitif untuk melepaskan diri dari situasi atau menciptakan pandangan positif.
  - c) *Escape-avoidance* adalah berpikir dengan harapan tentang situasi atau mengambil tindakan untuk melarikan diri atau menghindarinya.
  - d) *Self-control* adalah mencoba untuk mengatur perasaan sendiri atau tindakan terkait dengan masalah.
  - e) *Accepting responsibility* adalah mengakui peran sendiri dalam masalah juga berusaha untuk menempatkan hal yang benar.
  - f) *Positive reappraisal* adalah mencoba untuk menciptakan makna positif dari situasi dalam hal perkembangan pribadi, kadang-kadang dengan melibatkan religi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk dari indera keenam serta untuk mengetahui strategi coping yang digunakan untuk menghadapi masalah yang timbul dari indera keenam dan masalah yang timbul dari kehidupan sehari-hari.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, dengan strategi penyelidikan yang digunakan yaitu dengan pendekatan studi kasus. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah satu orang. Dalam menentukan suatu sampel menggunakan suatu kriteria tertentu supaya sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai oleh peneliti. Sebelum penentuan subjek, peneliti menggunakan tes untuk menguji subjek dalam hal indera keenam. Pengujian dilakukan dengan pendulum. Setelah lolos dari pengujian tersebut, peneliti menetapkan subjek penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis data yaitu analisis isi (*content analysis*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini ditemukan bahwa informan menyadari telah memiliki kekhususan yaitu indera keenam ketika berusia sembilan tahun. Tanggapan atau reaksi yang muncul pada saat pertama kali informan menyadari akan efek yang muncul dari indera keenam yaitu informan merasa kebingungan dan ketakutan karena melihat sesuatu yang menurutnya aneh dan menyeramkan. Dilihat dari garis keturunan informan memiliki keluarga yang memiliki kekhususan seperti dirinya yaitu kakek dan kakek buyutnya.

Kemampuan indera keenam yang dimiliki informan yaitu *clairvoyance*. *Clairvoyance* adalah persepsi visual dari peristiwa atau suatu hal. Fenomena seperti ini termasuk juga melihat kejadian yang terjadi di tempat lain. Hal tersebut seperti melihat kakek-kakek dan nenek-nenek yang mengikuti informan, melihat orang yang mirip dengannya yang berjumlah

empat orang, melihat seorang ibu yang disiksa oleh orang yang tinggi besar, semua itu hanya dilihat oleh dirinya sendiri. Informan mampu melihat orang yang berada pada jarak yang jauh, dalam hal ini informan mampu melihat temannya yang berada pada daerah yang berlainan dengan dirinya. Informan juga mampu untuk melihat orang yang terkena penyakit sesungguhnya (secara medis) atau penyakit yang non medis

Mendengar sesuatu yang tidak bisa didengar orang lain (*clairaudience*) seperti mendengar ibu-ibu kesakitan, mendengar orang tertawa, menangis sedangkan saat itu tidak ada yang sedang melakukan hal seperti itu.

Temuan lain yaitu informan seolah-olah terbang di atas genting. Berdasarkan hasil tes atau pembuktian yang dilakukan sebelumnya, informan memiliki kemampuan psikokinesis.

Strategi koping yang dilakukan oleh informan dalam mengatasi suatu masalah yaitu dalam menghadapi suatu masalah yang berhubungan dengan indera keenam, informan menggunakan strategi koping *seeking social support* dengan bercerita kepada orang tua dan orang yang ahli hikmah. Informan juga menggunakan strategi koping *positive reappraisal* dengan memaknai masalah yang dialaminya adalah suatu cobaan yang akan membuat dirinya menjadi lebih kuat. Pada permasalahan sehari-hari informan menggunakan strategi koping *planful problem solving* dengan mencari penyebab permasalahan kemudian mengevaluasinya juga disertai dengan menggunakan kelebihan yang dimiliki.

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dapat diperoleh kesimpulan bahwa kemampuan indera keenam yang dimiliki informan yaitu *clairvoyance*, *clairaudience*, psikokinesis dan informan merasa terbang berputar-putar diatas genting. Strategi koping yang pertama kali digunakan oleh informan dalam menghadapi efek yang muncul dari bentuk indera keenam yaitu *seeking social support*. Informan menggunakan strategi koping lain yaitu *positive reappraisal dan planful problem solving*. Pada masalah yang berhubungan dengan indera keenam yang dimilikinya, informan cenderung menggunakan strategi koping *seeking social support dan positive reappraisal* sedangkan untuk masalah dalam kehidupan sehari-hari, informan cenderung menggunakan streategi koping *planful problem solving*. Hal tersebut menunjukkan bahwa untuk masalah internal, dalam hal ini masalah dengan indera keenam yang dimilikinya, informan di dalam menghadapi masalah lebih cenderung menggunakan *emotional focused coping*. Pada masalah eksternal atau masalah yang berhubungan dengan lingkungan dan masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, informan cenderung menghadapi masalah dengan berpusat pada masalah yang dialaminya atau *problem focused coping*.

Saran untuk penelitian selanjutnya yang akan menyempurnakan maupun mengembangkan penelitian ini, perlu diperhatikan tentang subjek yang akan menjadi informan, informan harus mengerti atau memiliki pengetahuan tentang indera keenam. Peneliti perlu lebih spesifik lagi untuk menentukan kriteria-kriteria dalam pemilihan subjek yang akan menjadi informan. Di dalam penentuan subjek juga perlu memperhatikan dan menggunakan metodologi secara ilmiah untuk membuktikan bahwa subjek memiliki indera keenam.

Penelitian ini hanya dilakukan dalam kurun waktu yang sebentar sehingga informasi yang didapat kurang maksimal. Orang yang menjadi informan hanya satu orang. Untuk peneliti yang akan mengkaji lebih dalam lagi, sebaiknya menggunakan informan lebih banyak dan melakukan penelitian lebih lama sehingga nantinya akan memperkaya data dan mampu mengkaji lebih dalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Darmanto. (2012). *Mengaktifkan alam bawah sadar manusia*. Jakarta: Tugu Publisher.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaption*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1976). *Patterns of adjustment*. Berkeley: McGraw-Hill Kogakusha.
- Prakuso, B. (2012). *Psikotransmitter (komunikasi bawah sadar)*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. 5<sup>th</sup>. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT Gransindo.
- Syaifullah, A. (2010). *Membuka dan menajamkan indera keenam dengan kekuatan spiritual*. Yogyakarta: InterpreBook.
- Zahran, S. K. (2012). Role of the extra sensory perception in decision making and interpersonal relationships- a comparative study among pre-school children and adolescences. *International journal of business and social science*, 3.(9), 91-99.
- Zahran, S. K. (2011). Some personal and social variables that affect extra sensory perception (sixth sense). *Scientific Reserch*, 2(4), 388-392.