

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

#### 2.1 Tinjauan Pustaka

##### 2.1.1 Tidur

###### a) Definisi Tidur

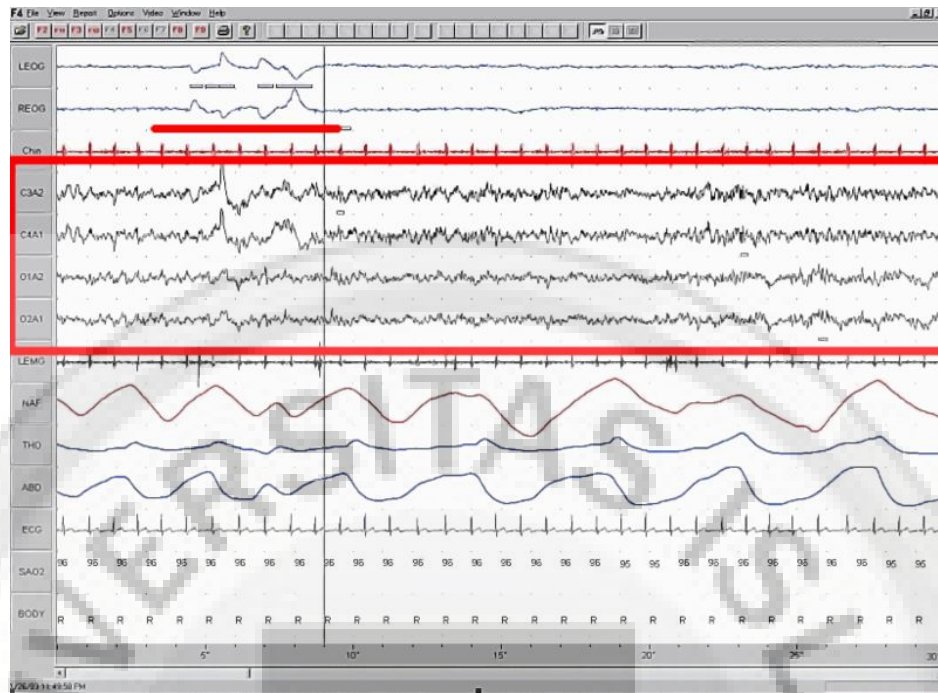
Tidur merupakan keadaan tidak sadar yang relatif lebih responsif terhadap rangsangan internal. Perbedaan tidur dengan keadaan tidak sadar lainnya adalah pada keadaan tidur siklusnya dapat diprediksi dan kurang respon terhadap rangsangan eksternal. Otak berangsur-angsur menjadi kurang responsif terhadap rangsangan visual, auditori dan rangsangan lingkungan lainnya. Tidur dianggap sebagai keadaan pasif yang dimulai dari input sensorik walaupun mekanisme inisiasi aktif juga mempengaruhi tidur. Faktor homeostatik (faktor s) maupun faktor sirkadian (faktor c) juga berinteraksi untuk menentukan waktu dan kualitas tidur.<sup>(14,15)</sup>

###### b) Fisiologi Tidur

Tidur adalah suatu periode istirahat bagi tubuh berdasarkan atas kemauan serta kesadaran dan secara utuh atau sebagian fungsi tubuh yang akan dihambat atau dikurangi. Tidur juga digambarkan sebagai suatu tingkah laku yang ditandai dengan karakteristik pengurangan gerakan tetapi bersifat reversibel terhadap rangsangan dari luar.<sup>(15)</sup>

Tidur dibagi menjadi dua tahap secara umum yaitu:<sup>(14)</sup>

1. Fase *rapid eye movement* (REM) disebut sebagai *active sleep*
2. Fase *nonrapid eye movement* (NREM) disebut sebagai *quiet sleep*



**Gambar 2.1. EEG pada Fase REM dalam Tidur**

*Non rapid eye movement* merupakan keadaan aktif yang terjadi melalui osilasi antara thalamus dan korteks. Tiga sistem utama osilasi adalah kumparan tidur, delta osilasi, dan osilasi kortikal lambat. Kumparan tidur merupakan ciri tahap tidur NREM yang dihasilkan dari hiperpolarisasi neuron GABAnergik dalam nukleus retikulotalamus. Hiperpolarisasi ini menghambat proyeksi kortikotalamus dan sumber piramidokortikal sedangkan osilasi kortikal lambat dihasilkan di jaringan neokorteks oleh siklus hiperpolarisasi dan depolarisasi.

Fase awal tidur didahului oleh fase NREM yang terdiri dari 4 stadium, lalu diikuti oleh fase REM. Keadaan tidur normal antar fase NREM dan REM terjadi secara bergantian antara 4-7 kali siklus semalam. Bayi baru lahir total tidur 16-20 jam/ hari, anak-anak 10-12 jam/ hari, kemudian menurun hingga 9-10 jam/hari pada umur diatas 10 tahun dan kira-kira 7-7,5 jam/hari pada orang dewasa.<sup>(15)</sup>

Tipe NREM dibagi dalam 4 stadium yaitu:

1. Tidur stadium ke satu.

Fase ini merupakan antara fase terjaga dan fase awal tidur. Fase ini didapatkan kelopak mata tertutup, tonus otot berkurang dan tampak gerakan bola mata kekanan dan kekiri. Fase ini hanya berlangsung selama 3-5 menit dan mudah sekali untuk dibangunkan. Gambaran EEG biasanya terdiri dari campuran gelombang alfa, betha, dan terkadang gelombang theta dengan amplitudo yang rendah. Tidak didapatkan adanya gelombang *sleep spindle* dan kompleks K.

2. Tidur stadium ke dua.

Pada fase ini didapatkan bola mata berhenti bergerak, tonus otot masih berkurang, tidur lebih dalam dari pada fase pertama. Gambaran EEG terdiri dari gelombang theta simetris. Terlihat adanya gelombang *sleep spindle*, gelombang verteks dan kompleks K.

3. Tidur stadium tiga.

Fase ini tidur lebih dalam dari fase sebelumnya. Gambaran EEG terdapat lebih banyak gelombang delta simetris antara 25%-50% serta tampak gelombang *sleep spindle*.

4. Tidur stadium empat.

Merupakan tidur yang dalam serta sukar dibangunkan. Gambaran EEG didominasi oleh gelombang delta sampai 50% tampak gelombang *sleep spindle*. Fase tidur NREM, ini biasanya berlangsung 70 menit sampai 100 menit, setelah itu akan masuk ke fase REM. Pada waktu REM jam pertama prosesnya berlangsung lebih cepat dan menjadi lebih intens dan panjang saat menjelang pagi

atau bangun. Pola tidur REM ditandai adanya gerakan bola mata yang cepat, tonus otot yang sangat rendah, apabila dibangunkan hampir semua organ akan dapat menceritakan mimpinya, denyut nadi bertambah dan pada laki-laki terjadi ereksi penis, tonus otot menunjukkan relaksasi yang dalam. Pola tidur REM berubah sepanjang kehidupan seseorang seperti pada periode neonatal bahwa tidur REM mewakili 50% dari waktu total tidur. Periode neonatal ini pada EEG-nya masuk ke dalam fase REM tanpa melalui stadium 1 hingga 4. Pada usia 4 bulan pola berubah sehingga persentase total tidur REM berkurang sampai 40% hal ini sesuai dengan kematangan sel-sel otak, kemudian akan masuk ke periode awal tidur yang didahului oleh fase NREM kemudian fase REM pada dewasa muda dengan distribusi fase tidur sebagai berikut:

- a. NREM(75%) yaitu stadium 1(5%), stadium2(45%), stadium 3(12%), stadium 4(13%)
- b. REM: Terjadi sebanyak 25%

Pada manusia, tidur dibagi menjadi lima fase yaitu:<sup>(14)</sup>

#### 1. Tahapan terjaga

Fase ini disebut juga fase nol yang ditandai dengan subjek dalam keadaan tenang mata tertutup dengan karakteristik gelombang alfa (8-12,5 Hz) mendominasi seluruh rekaman tonus otot yang tinggi dan beberapa gerakan mata. Keadaan ini biasanya berlangsung antara lima sampai sepuluh menit.

## 2. Fase 1

Fase ini merupakan fase perpindahan dari fase jaga ke fase tidur disebut juga *twilight sensation*. Fase ini ditandai dengan berkurangnya gelombang alfa dan munculnya gelombang teta (4-7 Hz), atau disebut sebagai gelombang *low voltagemix frequencies* (LVM). pada EOG (Elektrookulografi) tidak tampak kedip mata atau REM, tetapi lebih banyak gerakan *rolling* (R) yang lambat dan terjadi penurunan potensial EMG. Pada orang normal fase 1 ini tidak berlangsung lama yaitu antara lima sampai sepuluh menit kemudian memasuki fase selanjutnya.

## 3. Fase 2

Pada fase ini, tampak kompleks K pada gelombang EEG, *sleep spindle* (S) atau gelombang delta (maksimum 20%). Elektrokulogram sama sekali tidak terdapat REM atau R dan kedip mata. EMG potensialnya lebih rendah dari fase 1. Fase 2 ini berjalan relatif lebih lama dari fase 1, yaitu antara 20 hingga 40 menit dan bervariasi pada tiap individu.

## 4. Fase 3

Pada fase ini, gelombang delta menjadi lebih banyak (maksimum 50%) dan gelombang lain masih seperti pada fase 2. Fase ini lebih lama pada dewasa tua, tetapi lebih singkat pada dewasa muda. Pada dewasa muda setelah 5-10 menit fase 3 akan diikuti fase 4.

## 5. Fase 4

Pada fase ini gelombang EEG didominasi oleh gelombang delta (gelombang delta 50%), sedangkan gambaran lain masih seperti fase 2. Fase 4 berlangsung cukup lama yaitu sepanjang hampir 30 menit.

## 6. Fase REM

Gambaran EEG tidak lagi didominasi oleh delta tetapi oleh LVM seperti fase 1, sedangkan pada EOG didapat gerakan mata (EM) dan gambarannya EMG tetap sama seperti fase 3. Fase ini sering disebut sebagai fase REM yang biasanya berlangsung selama 10-15 menit. Fase REM umumnya dapat dicapai dalam waktu 90-110 menit kemudian akan kembali ke fase permulaan yaitu fase 2 hingga fase 4 yang lamanya 75-90 menit. Setelah itu muncul kembali ke fase REM kedua yang biasanya lebih lama dari *eye movement* (EM) dan lebih banyak dari REM pertama. Keadaan ini akan berulang kembali setiap 75-90 menit tetapi pada siklus yang ketiga dan keempat, fase 2 menjadi lebih panjang sedangkan fase 3 dan fase 4 menjadi lebih pendek. Siklus ini terjadi sebanyak 4-5 kali setiap malamnya dengan irama yang teratur sehingga orang normal dengan lama tidur 7-8 jam setiap hari terdapat 4-5 siklus dengan lama tiap siklus sepanjang 75-90 menit.

### 2.1.2 Mimpi

#### a) Definisi Mimpi

Sebuah fenomena mental yang terjadi pada tidur REM yang melibatkan gambaran, emosi, dan pikiran yang dirasakan seperti realitas.<sup>(16)</sup>

#### b) Neurologi Mimpi<sup>(17,18)</sup>

##### 1. Tidur REM dan mimpi

Aserinsky and Kleitman melakukan penelitian pada mekanisme otak yang terjadi pada tidur REM. Didapatkan bahwa REM terjadi pada area kecil sel pada brainstem yang disebut pons. Pons mengeluarkan *acetylcholine* yang berpindah

ke bagian dari *forebrain*. Aktivasi kolinergik pada area ini diperkirakan menyebabkan gambaran yang tidak berarti yang membuat mimpi kita. Proses ini dihentikan oleh nonadrenalin dan serotonin yang dihasilkan juga oleh *brainstem*.

Teori sintesis aktivasi (J. Allan Hobson dan Robert McCarley) mengatakan bahwa pengalaman inderawi dibuat oleh korteks sebagai alat menafsirkan sinyal kacau dari pons. Mereka mengajukan kalau dalam mimpi REM, gelombang PGO (*Ponto-Geniculo-Occipital*) kolinergik naik merangsang struktur kortikal otak tengah dan depan, menghasilkan gerakan mata cepat. Otak depan yang teraktivasi kemudian mensintesis mimpi dari informasi yang dibuatnya secara internal. Mereka menyimpulkan bahwa tidur REM dan proyeksi mimpi berasal dari struktur yang sama.

## 2. Aktivasi *Dopaminergic Pathway*

Dua area utama frontal diimplikasi dalam proses mimpi. Keterlibatan pertama terjadi pada *White mater* dalam dari lobus frontal, Sistem utama yang bekerja melibatkan *mesolimbic* dan *mesocortical dopaminergic pathway*. Terdapat *connecting fiber* antara lobus frontal dan struktur limbik. Sebuah *dopaminergic pathway* berjalan dari *ventral tegmental area*, naik melewati bagian lateral *hipothalamus*, berbagai area *basal forebrain*, dan berakhir di *amygdala*, *anterior cingulated gyrus* dan *frontal cortex*. Kerusakan pada *dopaminergic area* dapat menyebabkan hilangnya mimpi.

### 2.1.3 Mimpi Prekognitif

#### 2.1.3.1 Pengertian Mimpi Prekognitif

Parapsikologi merupakan sebuah bidang ilmu yang mempelajari tentang fenomena paranormal dan psikis. Parapsikologis mempelajari tentang telepati, prekognitif, *clairvoyance*, psikokinesis, mati suri, reinkarnasi, dan *apparitional experience*. Mimpi prekognitif adalah salah satu jenis mimpi dimana mimpi tersebut menjadi kenyataan di masa yang akan datang<sup>(1)</sup> atau dapat didefinisikan pula sebagai mimpi yang muncul untuk memprediksi masa depan melalui indera keenam.<sup>(2)</sup>

#### 2.1.3.2 Jenis Mimpi Prekognitif

Prekognitif adalah persepsi ekstra sensorik dari kejadian yang akan datang atau belum terjadi. Prekognitif memiliki 2 tipe yaitu: *Low Order Precognition* & *High Order Precognition*<sup>(1)</sup>

##### 1. *Low Order Precognition*:

Pada kemampuan *Low Order Precognition* subjek memiliki masalah dengan memori, kesadaran, dan persepsi. Konten dalam mimpi dipengaruhi dengan sedikitnya memori, kesadaran yang tidak pasti, dan persepsi yang menyimpang yang akan muncul pada saat pemimpi terbangun.<sup>(1)</sup>

Contoh *Low Order Precognition*:

##### a. *Déjà vu*:

Merupakan suatu sensasi pelaku merasakan bahwa suatu kejadian sudah pernah dialami, tetapi pelaku tidak dapat mengingat karena sebenarnya kejadian tersebut baru terjadi untuk pertama kalinya.



b. *Déjà reve*:

Dalam bahasa Perancis berarti sudah pernah dimimpikan. Memiliki kemiripan dengan *déjà vuyang* mana pelaku mengalami *sleep induced amnesia* sehingga pelaku tidak bisa mengingat isi mimpi yang dimimpikan. Pada saat kejadian di masa depan terjadi, maka kejadian tersebut memicu memori yang tersimpan mengenai mimpi di masa lalu yang dimiliki oleh pelaku.

c. *Symbolic Precognitive Dream*:

*Symbolic Precognitive Dream* ditandai dengan informasi prekognitif yang abstrak yang pada umumnya tidak disadari hingga kejadian yang sebenarnya terjadi. Hal ini sulit untuk dikenali sebagai salah satu tipe dari mimpi prekognitif, tetapi isi dari mimpi dapat sesuai atau berlebihan dengan kejadian yang sebenarnya.



**Gambar 2.2. Gambaran dari *Symbolic Precognitive Dream***

d. *Third-Person Precognitive Dream:*

Mimpi ini terjadi pada sudut pandang orang ke-3. Pada tipe mimpi prekognitif ini mimpi yang terjadi dapat berupa simbolis atau kemiripan yang sedikit. Akan tetapi hal tersebut tidak akan menunjukkan bahwa informasi yang diobservasi akan terjadi pada sudut pandang orang ke-1. Sehingga isi kejadian yang terjadi didalam mimpi adalah mengenai orang lain bukan mengenai pemimpi.

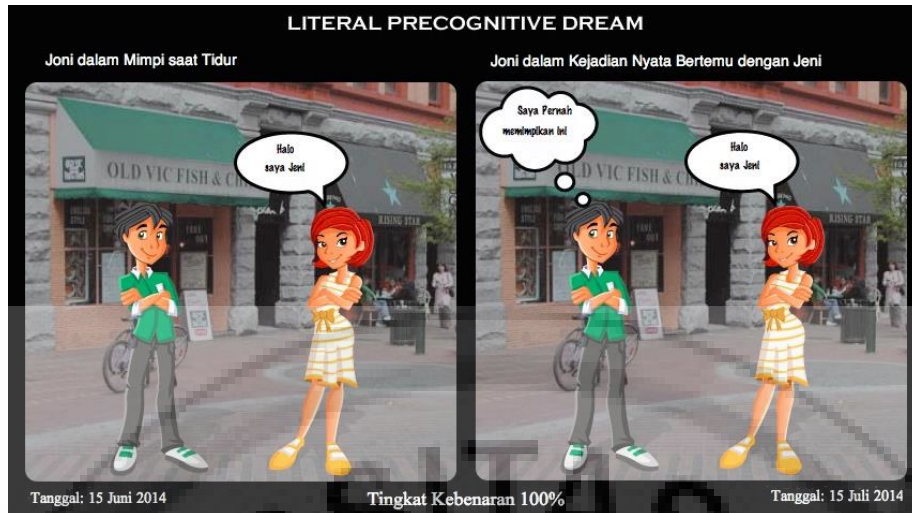
2. *Higher Order Precognition:*

Pengalaman *higher order precognitive dream* terjadi pada sudut pandang yang sebenarnya dimana memori dari mimpi sesuai dengan kejadian di masa depan dengan kedetailan yang sangat terperinci. Orang yang mengalami dengan tingkat kejelasan seperti ini dalam isi mimpi mereka akan mengalami kesulitan dalam menentukan isi mimpi sebagai kebetulan belaka. Pada tingkatan ini mimpi prekognitif memiliki hubungan dengan kejadian masa depan dan mimpi akan menjadi kenyataan pada pemimpi. Mimpi-mimpi jenis ini terjadi pada sudut pandang orang pertama, yaitu, terjadi dari sudut pandang pemimpi sama dengan yang terjadi saat momen kronologis dari kejadian yang akan datang menjadi realitas.

Contoh *high order precognition:*

a. *Literal Precognitive Dream :*

Terjadi pada sudut pandang orang pertama, tipe dari mimpi prekognitif ini memiliki kedetailan yang merinci. Yang anda pikirkan dan rasakan secara fisik dan emosi dalam mimpi dapat terjadi dalam bentuk masa depan saat teraktualisasi.



**Gambar 2.3. Gambaran dari *Literal Precognitive Dream***

b. *Lucid Precognitive Dream* :

*Lucid dream* yaitu sebuah mimpi dimana pemimpi menyadari bahwa diri mereka berada didalam mimpi. Sangat jarang kejadian *lucid dream* terjadi bersamaan dengan fenomena mimpi prekognitif. Robert Waggoner menjelaskan bahwa *lucid dream* terdapat dua tipe yaitu: *Active lucid* dan *Ambient lucid*.

i. *Ambient Lucid Precognitive Dream*:

Pada *Ambient Lucid Precognitive Dream* pemimpi mengamati mimpi dan membiarkannya terjadi mengikuti alurnya. Hal ini tidak berarti bahwa pemimpi mengetahui dia mengalami mimpi prekognitif pada saat itu. Fakta akan terungkap dengan sendirinya saat kejadian masa depan menjadi relevan terhadap waktu.

ii. *Active Lucid Precognitive Dream*:

*Active lucid dream* memberikan kemampuan pemimpi untuk mengendalikan mimpi. Mimpi prekognitif menjadi subjek yang diubah oleh

mekanisme ini. Sehingga pada *active lucid precognitive dream* pemimpi dapat mengubah mimpi dengan cara tertentu.

### 2.1.3.3 Mekanisme Mimpi Prekognitif

Mimpi merupakan suatu kejadian yang memiliki waktu dan ruang dalam bentuk tiga dimensi. Saat pemimpi mendapatkan kandungan dari mimpi prekognitif dan hal tersebut menjadi kenyataan orang tersebut akan merasa tertantang untuk mengerti mengapa hal tersebut dapat terjadi. Pada penjelasan dari teori prekognitif ini mimpi akan digambarkan sebagai sebuah kubus dan terdapat pula visualisasi dari ruang, waktu, dan kejadian yang terbatas yang terjadi dalam mimpi prekognitif<sup>(1)</sup>

Mekanisme terjadinya mimpi prekognitif adalah melalui 3 tahap yaitu sebagai berikut:



Gambar 2.4. Mekanisme Mimpi Prekognitif

#### 1. *Spatial Dream Event*

Saat tidur, isi mimpi yang berhubungan dengan prekognitif akan terjadi di dalam *Cognitive Reality* dan data tersebut berada di ICM (*Inner Canvas of Mind*). Melalui ICM kita dapat melihat dan merasakan hal dalam mimpi dengan sensasi yang sama dengan apa yang dirasakan pada dunia nyata. Persepsi sensorik yang

terjadi pada dunia nyata akan menghadirkan data sensorik yang sama dengan yang terjadi pada ICM pada mimpi. Sehingga baik persepsi dunia nyata dan mimpi memiliki mekanisme yang sama untuk menghadirkan konten kedalam ICM. Hal tersebut dapat menyebabkan pemimpi dapat melakukan pandangan sudut pandang orang pertama dalam data mimpi prekognitif <sup>(1)</sup>

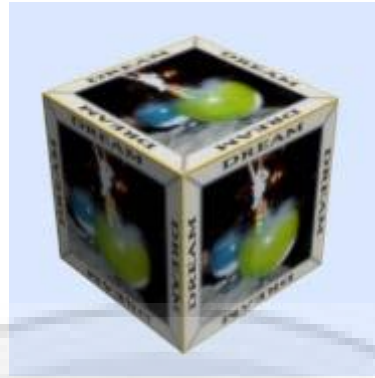


**Gambar 2.5** *Spatial Dream Event*

Gambar diatas menggambarkan bahwa mimpi prekognitif merupakan sebuah ruangan tiga dimensi yang dibatasi oleh durasi dari waktu yang berisikan kejadian yang berhubungan dengan pemimpi.

## 2. Konten Mimpi Prekognitif

Kubus yang mewakili mimpi memiliki data prekognitif yang akan terjadi pada pemimpi, seperti data lainnya pada mimpi, informasi tentang prekognitif ini harus dihadirkan sebagai gambaran pada ICM. Konten dari mimpi prekognitif akan bervariasi tergantung dari ingatan, persepsi, dan kesadaran pada pemimpi yang sesuai dengan bentuk prekognitif yang terjadi.



**Gambar 2.6 Mimpi Prekognitif**

Gambar kubus diatas menggambarkan *literal precognitive dream* yang terjadi pada sudut pandang orang pertama oleh pemimpi.

Durasi pada kejadian dalam mimpi tersebut dapat terjadi dalam hitungan detik hingga jam, variabel ini akan berubah – ubah berdasarkan kemampuan individu yang mengalami mimpi prekognitif.

Pada contoh gambar diatas, kejadian pada *literal precognitive dream* adalah pemimpi memesan segelas minuman yang digambarkan disajikan dalam gelas besar dan berpenampilan tidak biasa. Perasaan *dream-like* ini akan muncul saat kejadian tersebut terjadi di masa yang akan datang. Sensasi perasaan tersebut akan terjadi dalam durasi kurang dari satu menit.

### 3. Kejadian di Masa Depan

Pada saat *literal precognitive dream* terwujud dan kejadian masa depan sekarang sedang terjadi, pemimpi akan menghubungkan kejadian tersebut dengan mimpi di masa lalu berdasarkan bukti kebenaran personal yang dapat menghubungkn kedua hal tersebut.



**Gambar 2.7 Kejadian di Masa Depan**

Hal tersebut dapat digambarkan seperti kejadian sebagai berikut: Pemimpi belum pernah melihat minuman seperti pada gambar diatas kecuali dalam mimpi. Pada saat mimpi tersebut menjadi kenyataan dan hal tersebut sama persis dengan kejadian nyata yang sedang terjadi, pemimpi akan menghubungkan ingatan yang sedang bekerja pada mimpi di masa lalu dengan kejadian sekarang.

#### 4. Waktu Kronologis antara Mimpi Prekognitif dengan Kejadian Sebenarnya

Ketika mimpi prekognitif sama seperti kejadian nyata di masa depan, durasi waktu yang terjadi antara mimpi dengan kejadian sangat bervariasi. Tidak ada nilai baku untuk durasi waktu dari mimpi hingga terjadinya kejadian yang berada di dalam mimpi. Waktu tersebut dapat berganti dimulai dari hitungan hari, minggu, bulan, hingga tahun sebelum pada akhirnya mimpi tersebut muncul sebagai kejadian nyata di masa yang akan datang.



### Gambar 2.8 Kronologi dari Mimpi Prekognitif

Gambar diatas mencontohkan seseorang bermimpi pada 15 Maret 2012 dan kejadian dalam mimpi menjadi nyata pada 4 April 2013 atau 1 tahun 21 hari yang dilalui oleh pemimpi hingga mimpi prekognitif tersebut terwujud. Hal tersebut menunjukkan bahwa jarak waktu yang tidak menentu dan seberapa lama mimpi tersebut menjadi nyata.

#### 2.1.3.4 Kasus Mimpi Prekognitif

##### 1. Kisah Mimpi Abraham Lincoln<sup>(2)</sup>

Pada tahun 1865, dua minggu sebelum dia ditembak mati. Abraham mengalami mimpi psikis tentang pemakaman di *White House*. Didalam mimpinya dia bertanya pada seseorang siapa yang berada di peti mati dan orang tersebut menjawab "Presiden Amerika Serikat yang berada di peti mati itu". Lalu dia berceria tentang mimpi tersebut kepada istrinya dan pada malam terjadi pembunuhan dia memberi libur kepada pengawalnya.



## 2. Kisah Mimpi Mark Twain<sup>(19)</sup>

Kejadian ini terjadi pada suatu malam Mark bermimpi tentang saudaranya Henry terbaring didalam sebuah peti mati yang terbuat dari logam. Terdapat seikat bunga yang disimpan di dada saudaranya tersebut yang berada di rumah saudara perempuannya. Mimpi tersebut diceritakan oleh Mark kepada saudaranya.

Berminggu setelahnya, saudaranya tewas karena ledakan yang terjadi pada kapal sungai. Banyak korban tewas dan di kuburkan dalam peti mati yang terbuat dari kayu. Tetapi saudaranya Henry terbaring didalam peti mati logam yang mahal. Pada saat pemakaman Mark melihat peti mati yang sama dengan yang dia lihat di dalam mimpinya dan seorang wanita menyimpan seikat bunga di dada jenazah yang sama seperti dalam mimpi.

## 3. Kisah Mimpi John Brooks<sup>(20)</sup>

John Brooks seorang pesepakbola yang tergabung dengan tim nasional Amerika Serikat bercerita kepada beberapa rekan satu tim bahwa dia bermimpi dirinya mencetak gol pada menit ke 80 dan timnya memenangi pertandingan. Dua hari kemudian saat pertandingan antara tim nasional Amerika Serikat melawan tim nasional Ghana. John Brooks masuk ke lapangan pertandingan sebagai pemain pengganti. Saat waktu pertandingan menunjukkan menit ke 86 John Brooks mencetak gol dan pada akhir pertandingan tim nasional Amerika Serikat memenangi pertandingan.

#### 4. Kisah Mimpi Billy Horschel<sup>(21)</sup>

Pada saat berusia 10 tahun Billy pernah bermimpi dirinya bermain bisbol dan bola yang dipukul oleh dirinya mengenai wajah pemain lain. Saat terbangun dia sadar bahwa hal yang berada di dalam mimpinya akan menjadi kenyataan. Beberapa saat kemudian saat Billy bermain bisbol, hal yang dia mimpikan terjadi seperti yang telah dia duga sebelumnya.

Kini tepat seminggu sebelum sebuah turnamen golf *FedEx* dilaksanakan dia bermimpi bahwa dirinya mengangkat sebuah trofi kejuaraan golf *FedEx*. Mimpi tersebut membuat dirinya terbangun tetapi dia menghiraukan mimpi tersebut. Pada saat turnamen dimulai Billy memulai turnamen dengan biasa saja dengan berada di posisi tengah klasemen. Seiring turnamen bergulir permainan Billy semakin membaik dan posisinya di klasemen pun menanjak yang pada akhirnya memenangi turnamen golf *FedEx* tersebut. Pada saat upacara pemberian trofi Billy mengangkat trofi tersebut dan dia menyadari bahwa trofi yang diangkat sama persis dengan trofi yang berada didalam mimpinya.

#### 2.1.4 Kepribadian

##### 2.1.4.1 Definisi Kepribadian

Kepribadian adalah kumpulan dari sifat psikologis dan mekanisme pada individu yang mengatur dan mempengaruhi seseorang dalam berinteraksi dan beradaptasi terhadap lingkungan.<sup>(22)</sup>

#### 2.1.4.2 Model Dasar Kepribadian

Menurut Jung kepribadian dibagi menjadi delapan kelompok tipologis yang dibagi berdasarkan dua kepribadian sikap yaitu introversi dan ekstrasversi dan empat fungsi atau model dari orientasi yaitu berpikir, sensasi, intuisi, dan perasaan yang masing-masing berjalan secara introvert atau ekstrovert.<sup>(22)</sup> Lalu kepribadian menurut Jung dan Myer kepribadian ditentukan juga oleh cara pendekatan terhadap kehidupan selain dua hal yang Jung tentukan sebelumnya.<sup>(23)</sup> Sehingga kepribadian dapat diidentifikasi berdasarkan empat preferensi yaitu<sup>(23)</sup>:

##### 1. Introvert atau Ekstrovert

Sumber motivasi diri berasal dari diri sendiri atau dari luar.

##### 2. Sensasi atau Intuisi

Cara diri untuk mendapatkan informasi yang berasal dari fakta atau kemungkinan.

##### 3. Pikiran atau Perasaan

Cara diri untuk menentukan pilihan menggunakan kepala atau hati.

##### 4. Menentukan atau Pasrah

Pendekatan diri terhadap kehidupan dengan cara menentukan cara atau menerima apa adanya.

Dari kombinasi empat preferensi diatas kepribadian seseorang dapat digambarkan.

#### 2.1.4.3 Jenis Kepribadian

1. Ekstrovert: Melakukan tindakan terlebih dahulu daripada berpikir. Dipengaruhi dan sering menilai dari ekspetasi dan perhatian kepada orang lain. Kepribadian ini

dapat digambarkan oleh perilaku terus terang, mudah dimengerti, dan mudah menerima.<sup>(22)</sup>

2. Introvert: Berpikir dahulu daripada bertindak. Lebih mempertimbangkan sudut pandang sendiri terhadap realitas. Mempertahankan diri dari ekspektasi dan perhatian dari orang lain. Dapat digambarkan melalui diri yang selalu waspada terhadap lingkungan sekitar.<sup>(22)</sup>

3. Merasa: Fokus terhadap fakta objektif yang dirasakan. Memiliki kemampuan yang sangat baik dalam observasi. Kepribadian ini sering digambarkan oleh sikap pragmatis, teliti, dan interpretasi yang nyata.<sup>(23)</sup>

4. Intuisi: Memiliki kemampuan melakukan imajinasi. Dapat digambarkan oleh ketertarikan terhadap hal yang tidak diketahui, tersembunyi, dan tidak terlihat.<sup>(23)</sup>

5. Pikiran: Kemampuan untuk memilih hal yang tidak bersifat pribadi berdasarkan logika dan analisis. Tertarik terhadap bagaimana suatu hal terjadi. Memiliki kemampuan untuk mengantisipasi dan berencana untuk rintangan yang akan terjadi.<sup>(23)</sup>

6. Perasaan: Kemampuan menentukan pilihan secara pribadi, berdasarkan berbagi dan hubungan dengan sesama. Tertarik kepada apa yang dirasakan oleh seseorang.<sup>(23)</sup>

7. Menentukan: Lebih mengutamakan untuk memilih. Berencana dan mengorganisir agar meminimalisasikan kemungkinan hal yang tidak diinginkan. Dapat digambarkan sebagai orang yang konsisten, dapat diandalkan, dan tepat waktu.<sup>(23)</sup>

8. Pasrah: Lebih menghadapi hidup apa adanya daripada berencana untuk menghadapinya. Sangat baik dalam menghadapi situasi krisis. Sering merasa tidak memiliki informasi yang cukup untuk menentukan pilihan.<sup>(23)</sup>

### 2.1.5 Hubungan Karakteristik Individu dengan Mimpi Prekognitif

Kejadian dari mimpi prekognitif dapat dikarakteristikan berdasarkan dua hal yaitu isi dari mimpi yang terjadi dan faktor yang mempengaruhi terhadap mimpi. Karakteristik mimpi prekognitif berdasarkan isi mimpi meliputi hal-hal sebagai berikut<sup>(10)</sup>:

#### 1. Kejelasan mimpi prekognitif:

Kejelasan mimpi dapat terlihat realistis atau sama persis dengan kejadian di masa depan atau hanya berupa simbolisme yaitu hanya beberapa hal yang terdapat dalam mimpi yang menjadi kenyataan di kejadian di masa depan.

#### 2. Jumlah mimpi prekognitif:

Dalam hal yang dilihat mimpi prekognitif yang dialami terjadi lebih dari satu kali atau tidak dengan isi kejadian dalam mimpi yang sama dengan sedikit variasi.

#### 3. Orang yang diceritakan dalam mimpi

Dalam mimpi prekognitif pada umumnya isi mimpi menceritakan pemimpi sendiri tetapi dapat juga menceritakan selain dirinya yaitu keluarga, teman, dan bahkan orang yang tidak dikenal.

Selain berdasarkan isi mimpi, karakteristik mimpi prekognitif dapat digambarkan melalui faktor yang mempengaruhi terhadap mimpi. Faktor yang mempengaruhi mimpi dapat dilihat dari penerimaan diri dari orang yang

mengalami mimpi prekognitif. Penerimaan diri pada seseorang dapat dipengaruhi dari beberapa hal sebagai berikut<sup>(8)</sup>:

1. Kepribadian dan perilaku orang yang mengalami mimpi prekognitif
2. Keadaan emosi orang yang mengalami mimpi prekognitif
3. Keadaan lingkungan sekitar dari orang yang mengalami mimpi prekognitif

### 2.1.6 Wawancara Mendalam

#### 1) Definisi Wawancara dan Wawancara Mendalam

Wawancara dapat didefinisikan sebagai percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Wawancara mendalam adalah proses tanya jawab dengan bertatap muka antara pewawancara dengan responden dengan menggunakan panduan wawancara yang bertujuan untuk melakukan penggalan secara mendalam terhadap satu topik dengan pertanyaan terbuka agar dapat menggali pendapat perspektif responden.<sup>(24)</sup>

#### 2) Bentuk Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam merupakan salah satu bentuk dari wawancara semi terstruktur. Pada wawancara semi terstruktur pewawancara diberikan kebebasan sebeb-bebasnya untuk menentukan alur dan *setting* wawancara. Tidak ada pertanyaan yang disusun sebelumnya, pewawancara hanya mengikuti *guidline* sebagai pedoman penggalan data.<sup>(24)</sup>

Wawancara semi terstruktur memiliki beberapa ciri yaitu:

- a. Pertanyaan terbuka, namun ada batasan tema dan alur pembicaraan.
- b. Kecepatan wawancara dapat diprediksi.
- c. Fleksibel tapi terkontrol.
- d. Ada pedoman wawancara.

## 2.2 Kerangka Pemikiran

Hingga kini di Indonesia belum banyak penelitian ilmiah mengenai mimpi prekognitif dan di masyarakat banyak orang yang mengaku sebagai nabi dan dukun palsu, maka dari itu diperlukannya penelitian ilmiah yang dapat membedakan antara orang dengan kemampuan mimpi prekognitif dengan orang yang memiliki kelainan jiwa. Penelitian ini akan melihat karakteristik yang dimiliki orang dengan kemampuan mimpi prekognitif, sehingga dari hasil penelitian ini kalangan luas dapat membedakan antara orang yang benar-benar memiliki kemampuan mimpi prekognitif dengan orang yang memiliki kelainan jiwa.

Mimpi prekognitif dipengaruhi oleh dua karakteristik yang dimiliki oleh individu yang mengalami mimpi prekognitif. Karakteristik tersebut adalah isi mimpi prekognitif dan faktor yang mempengaruhi pada saat bermimpi. Berdasarkan kedua karakteristik tersebut yang akan menentukan bentuk dari mimpi prekognitif yang akan terjadi pada individu tersebut. Bentuk mimpi prekognitif yang terjadi antara lain adalah *symbolic precognitive dream*, *third-person precognitive dream*, *literal precognitive dream*, dan *lucid precognitive dream*.



Gambar 2.9 Bagan Kerangka Pemikiran