

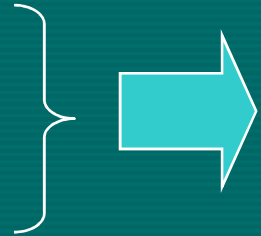
Motivation

Keadaan internal yang mengaktifkan dan mengarahkan perilaku ke suatu tujuan tertentu

Emotion

Perasaan, baik positif maupun negatif, dalam bereaksi yang disertai dengan keterbangkitan fisik dan berkaitan dengan perilaku

- Motivasi
- Emosi



hypothalamus

Bekerja dengan prinsip homeostatis

Kerusakan hypothalamus,
mengganggu fungsi motivasi dan
emosi

Motivasi X emosi

- Emosi: tidak berorientasi pada tujuan tertentu
- Terjadi sebagai akibat dari interaksi:
 - Persepsi thd stimulus lingkungan
 - Reaksi hormonal yang menyertai persepsi (feeling)
 - Subjective cognitive labeling thd feeling

Motives, Needs, Drives, and Incentives

- *Motive* - Hypothetical state that activates behavior and propels one towards goals
- *Need* – fisiologis dan psikologis
 - Fisiologis: - Oxygen, makan, minum etc.
 - Psikologis: Achievement, power, self-esteem, etc.
 - Not necessarily based on a state of deprivation and may be acquired through experience
- *Drive* – muncul dari need
 - Physiological drives are the psychological counterparts of physiological needs
- *Incentive* - Something capable of being desirable or satisfying for its own sake

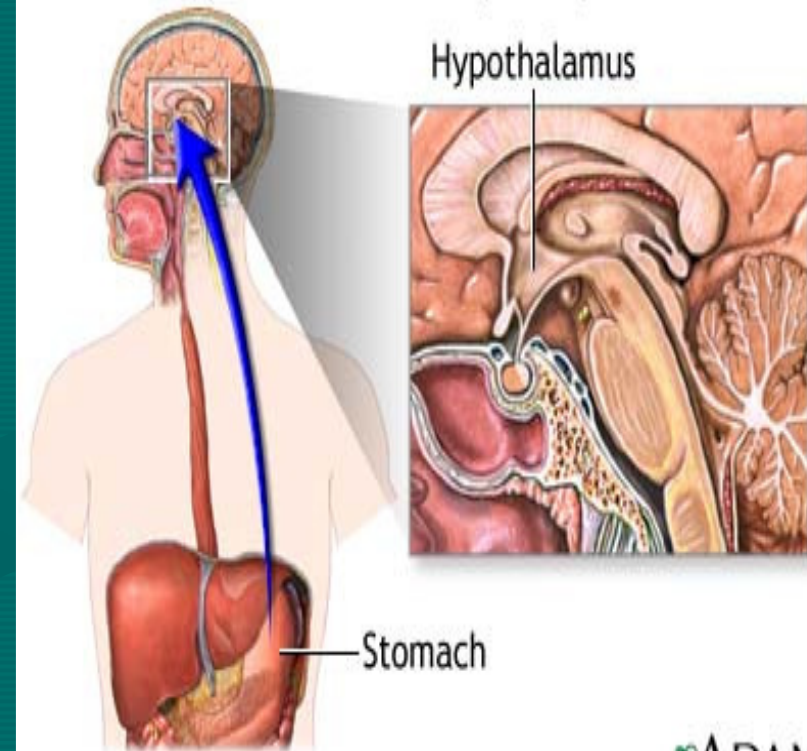
Pengelompokan motif

- Motif biologis/motif primer; diperlukan untuk mempertahankan hidup
 - Kebutuhan biologis (lapar, haus, sex)
 - Mekanisme homeostatis: menjaga elemen-elemen pada taraf tertentu
- Motif psikologis: bukan untuk tujuan mempertahankan hidup:
 - Kebutuhan akan stimulasi baru
 - Kebutuhan afiliasi
 - Kebutuhan prestasi

Mekanisme lapar

- Dikendalikan oleh hypothalamus yang ada di otak
 - Lateral hypothalamus, yang merangsang untuk makan dan
 - Ventromedial hypothalamus; yang mereduksi rasa lapar
 - Paraventricular nucleus: mengontrol kadar gula dalam darah (meningkatkan/menghambat keinginan makan)

When you eat, it takes time for nerves in the upper digestive tract to signal the hunger center in the hypothalamus to temporarily "turn off"



Mekanisme lapar

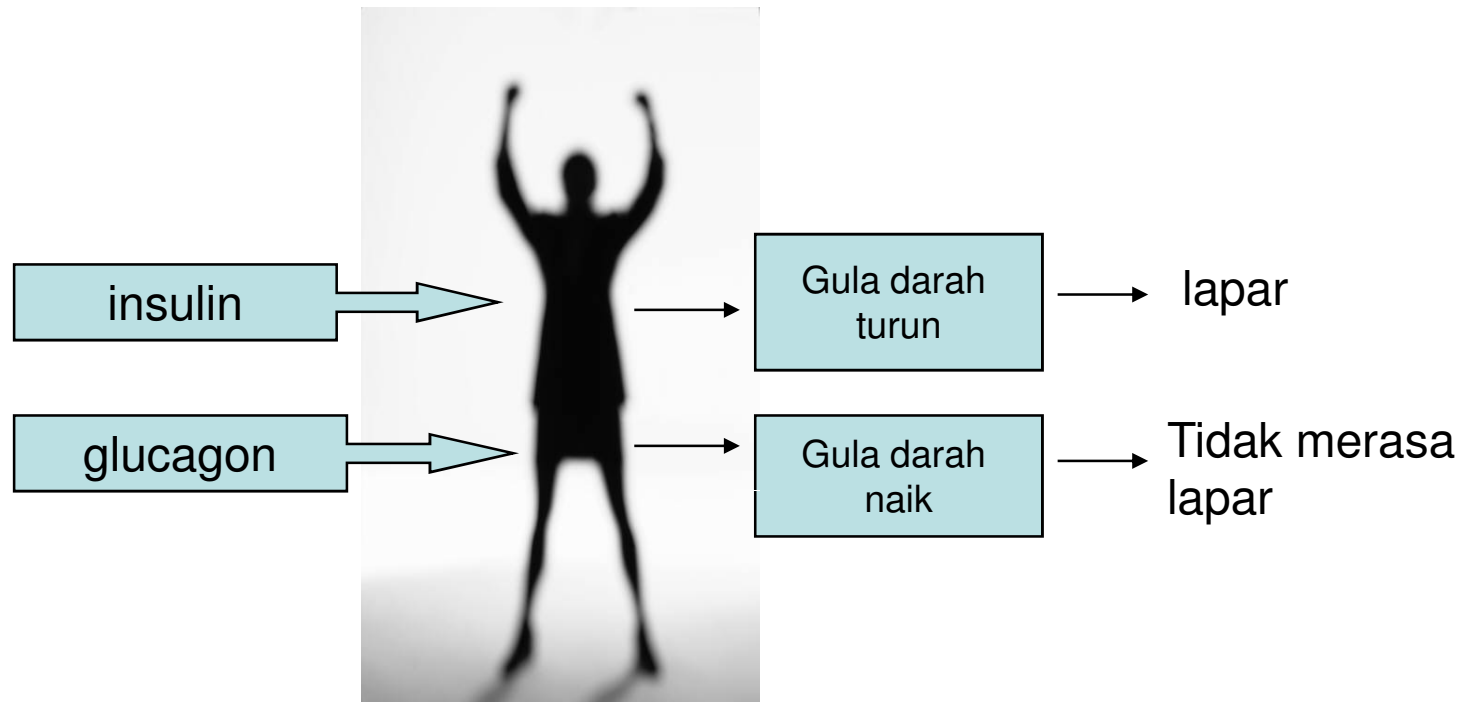
- Informasi lapar diperoleh dari:
 - Kontraksi lambung □ Lateral hypothalamus.
 - Kenyang □ ventromedial hypothalamus
 - Kadar gula darah (short-term maintenance)
 - Kadar lemak tubuh (long-term maintenance)



Kadar gula darah

- Hypothalamus berisi sel syaraf yang bisa mendeteksi kadar gula (glucosa) dalam darah. Dua organ lain yang juga memiliki fungsi yang sangat penting adalah
 - Lever/hati : tempat penyimpanan gula, mendeteksi kadar gula darah
 - Small intestine/duodenum: mendeteksi gula yang ada pada makanan yang baru dimakan

Kedua organ ini mengirim sinyal kimiawi ke paraventricular nucleus → memulai/berhenti makan



Diperlukan waktu beberapa menit untuk mencerna makanan agar dapat masuk ke dalam aliran darah dalam bentuk glukosa.

Jika makan dengan tenang otak punya cukup waktu untuk mendeteksi peningkatan gula darah dan memberi sinyal bahwa dia kenyang sebelum makan berlebihan. Makin cepat makan, makin banyak makanan yang masuk sebelum isyarat kenyang diterima



Kadar lemak tubuh

- Sel lemak dalam tubuh (sel adipose) yang ada di pinggang, pinggul atau tempat lain mensekresi leptin ke dalam aliran darah
- Semakin banyak lemak dalam sel adipose, semakin banyak leptin yang dihasilkan. Jika sirkulasi leptin sampai ke hypothalamus, bagian ventromedial akan mendeteksinya.
- Akibatnya, hypothalamus bereaksi dengan 3 cara:
 - Ventromedial mengirim pesan untuk menghambat makan
 - Memberi sinyal ke paraventricular nucleus untuk mengontrol lapar dengan cara mengatur kadar gula darah
 - Ventromedial mengontrol berat badan dalam berespon terhadap leptin

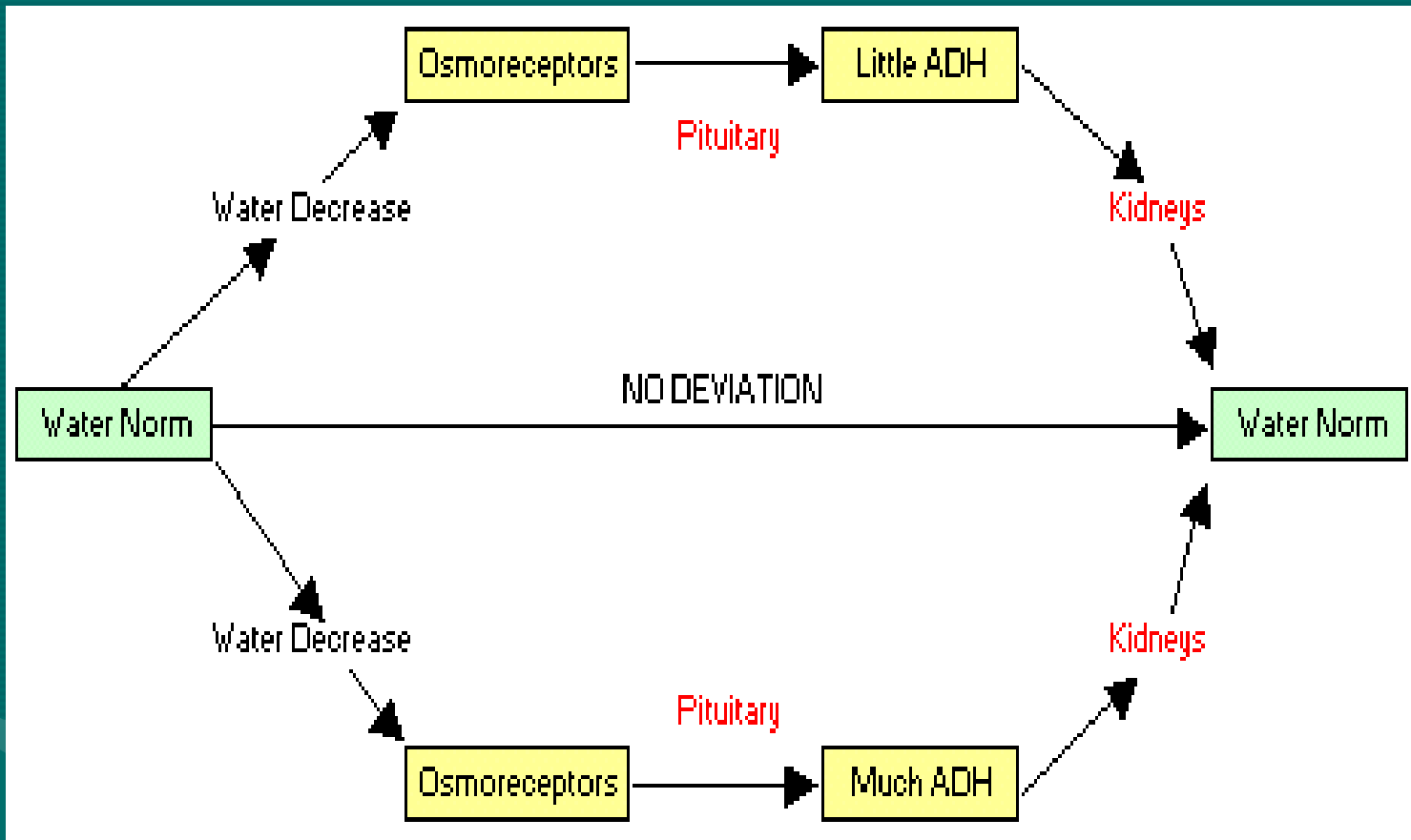


- Kontraksi lambung
- Kadar gula darah (short-term maintenance)
- Kadar lemak tubuh

- Proses belajar dan kematangan
 - What (food preferences)
 - When
 - How much
- Insentif ; faktor eksternal yang membangkitkan motif
 - Aroma
 - Penampilan
- Emosi ;
 - Cemas, makan banyak

Mekanisme haus

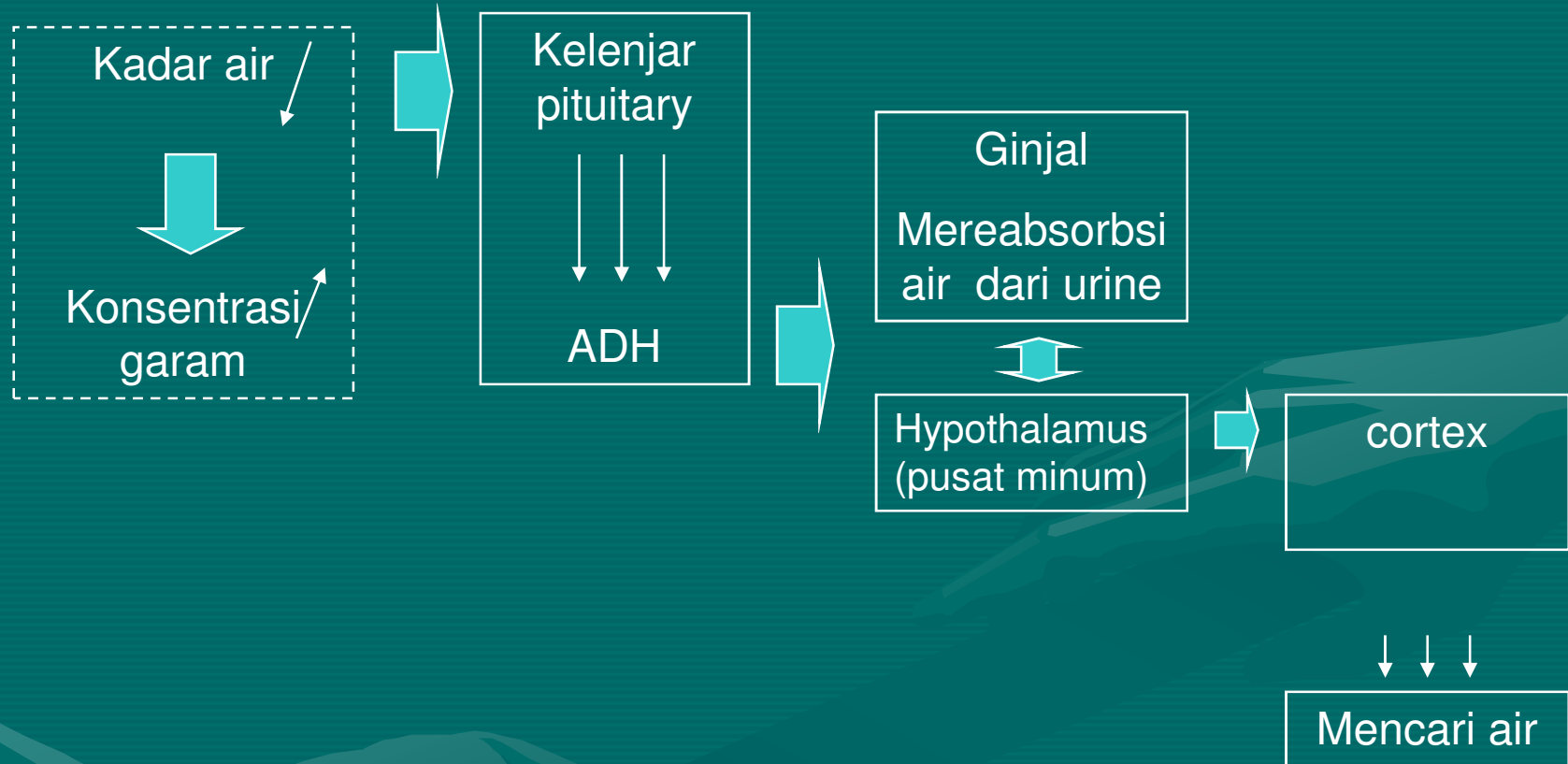
- Diatur oleh bagian yang berbeda dalam hypothalamus
- Isyarat haus berasal dari
 - Kekeringan dalam rongga mulut
 - Kadar cairan dalam sel
 - Volume total darah



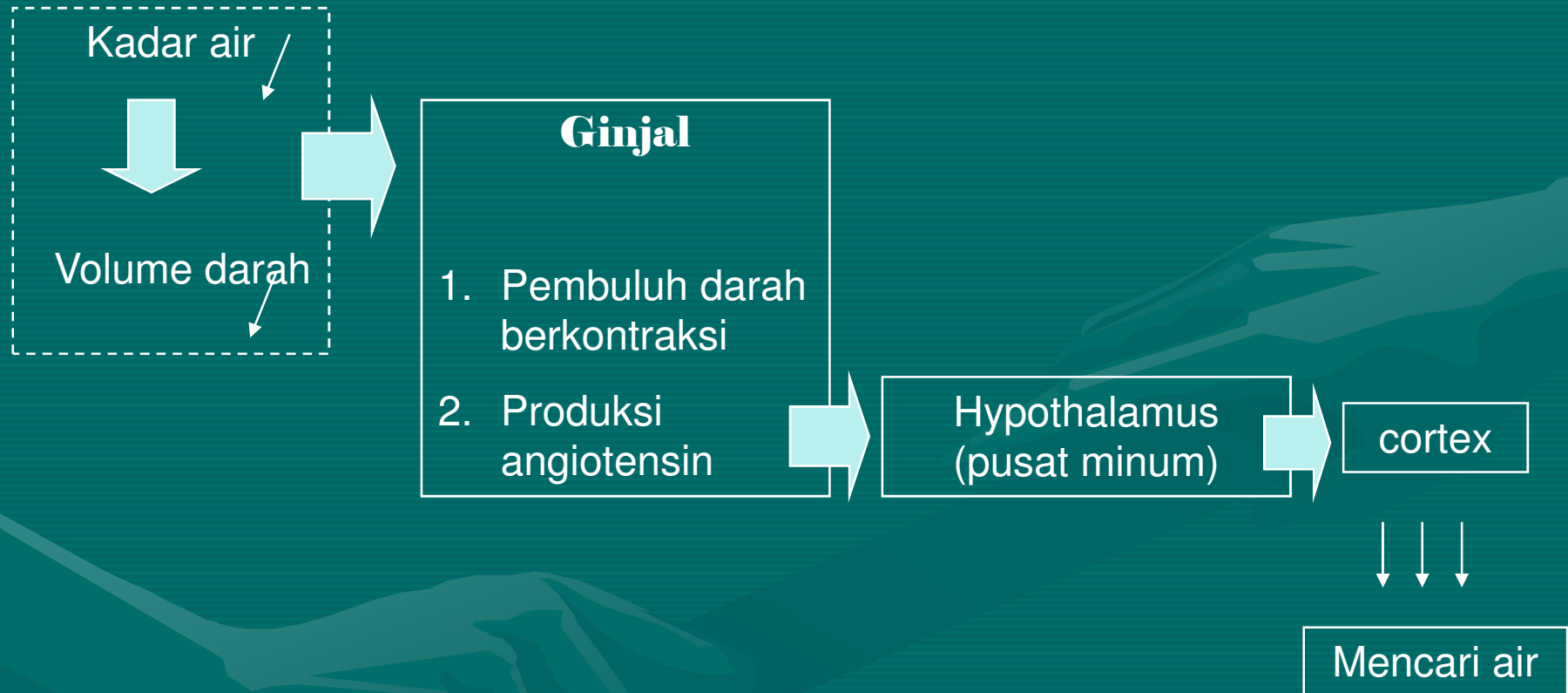
Percobaan Walter Cannon (1920) (Mouth dryness)

- Subjek: dirinya sendiri
- Prosedur:
 - Setelah minum sangat banyak, menyuntik dirinya dengan suatu obat yang dapat menghentikan produksi saliva. Tidak lama setelah itu dia merasakan haus
 - Melakukan anastesi lokal untuk menghambat semua proses sensasi, sensasi rasa haus hilang.

Cairan dalam sel



Volume total darah



Kebutuhan akan stimulasi baru

- Teori keterbangkitan optimal

- Stimulasi yang terlalu sedikit; tidak menyenangkan meningkatkan stimulasi
- Stimulasi yang terlalu banyak; tidak menyenangkan menurunkan stimulasi



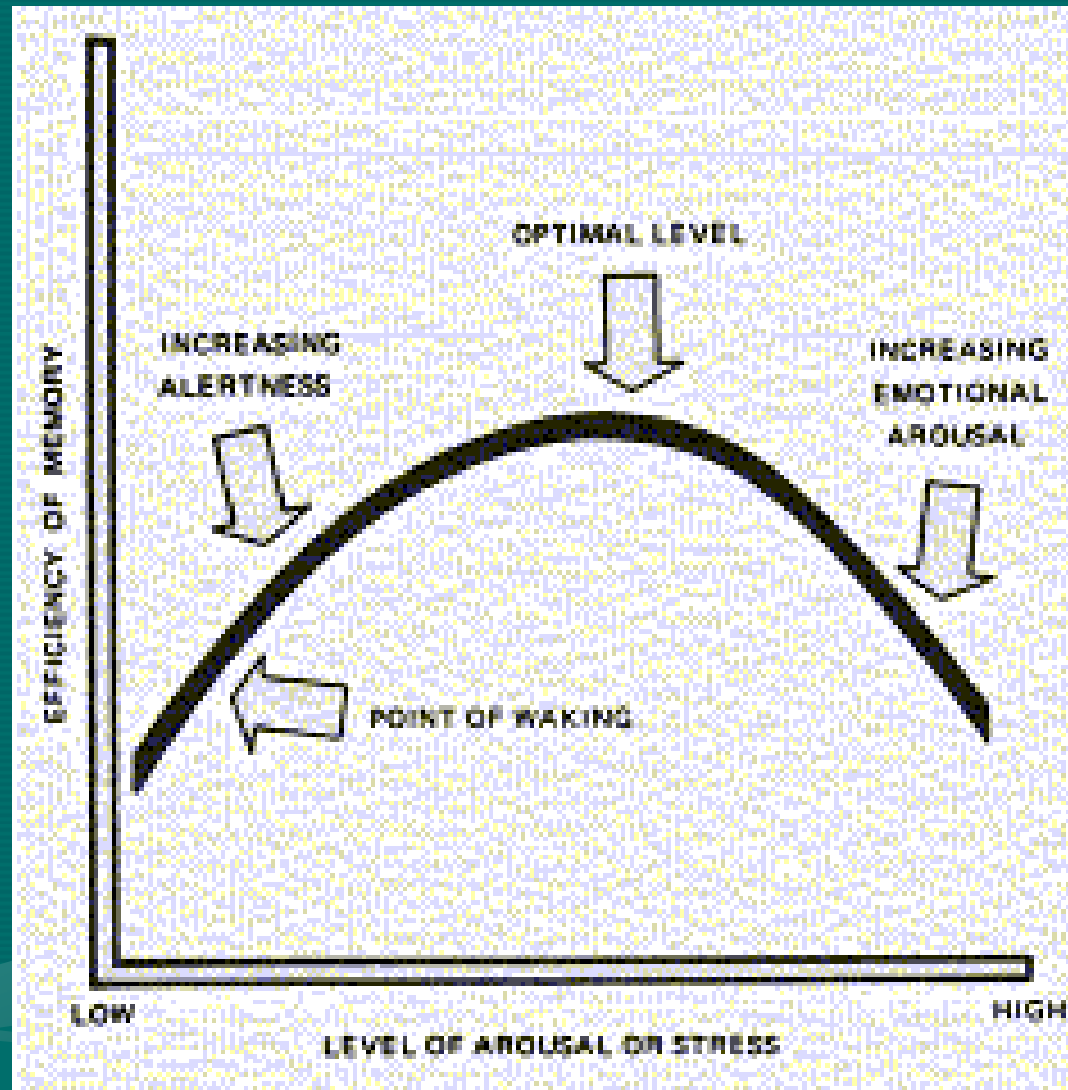
**Optimal
stimulation**



Kondisi nyaman

- Keterbangkitan dan performance (*Yerkes & Dodson law*)

- Arousal terlalu tinggi, performance tidak terorganisir
- Arousal terlalu rendah, performance tidak pas
- Level arousal yang ideal untuk berbagai jenis performance, bervariasi



Yerkes-Dodson law

Kebutuhan afiliasi (Houston, 1985)

- Kebutuhan/motif afiliasi tinggi:
 - Senang berada bersama orang lain
- Dua pendapat ttg kebutuhan afiliasi:
 - Dibawa sejak lahir, dan mengikuti prinsip seleksi alam
 - Dipelajari

Kebutuhan berprestasi

- Kebutuhan untuk berhasil (di sekolah, pekerjaan atau area kehidupan yang lain)

Motivational needs theory

(David C. McClelland, 1988)

- achievement motivation (n-ach)
- authority/power motivation (n-pow)
- affiliation motivation (n-affil)

Kebutuhan berprestasi (need for achievement: n-ach)

- Dimotivasi oleh prestasi, tujuannya mengejar prestasi
- Pencapaian tujuan yang realistik, tetapi juga menantang
- Sangat butuh feedback untuk kemajuan
- Kebutuhan akan “accomplishment”.

Kebutuhan berkuasa (**need for power: n-pow**)

- Dimotivasi oleh otoritas
- Ingin berpengaruh dan efektif
- Ingin idenya diterima
- Kebutuhan Status dan prestise bertambah

Kebutuhan bersahabat (need for affiliation: n-affil

- Individu yang termotivasi oleh kebutuhan afiliasi:
 - Kebutuhan untuk menjalin hubungan persahabatan
 - Ingin berinteraksi
 - Ingin disukai/dianggap populer
 - Team player

Motivasi intrinsik

- Dimotivasi oleh aktivitasnya sendiri. Kesenangan karena mampu menguasai sesuatu yang baru

motivasi ekstrinsik

- Dimotivasi oleh faktor eksternal

Teori hirarki kebutuhan
(Abraham Maslow)

