

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hasil Penelitian Terkait

Berdasarkan *review* jurnal yang dilakukan oleh peneliti, sejauh ini belum ada penelitian tentang hubungan antara konsep diri dengan tingkat kecerdasan emosional berdasarkan penerimaan diri pada remaja di panti asuhan. Akan tetapi ada beberapa penelitian terkait yang mirip dengan penelitian ini, yaitu :

Tabel 2.1. Hasil Penelitian Terkait

No	Judul Penelitian (Peneliti, Tahun)	Desain Metodologi & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Hubungan Antara Konsep Diri dan Kecerdasan Emosi dengan Penerimaan Diri Bagi Siswa Kelas X Program Tata Busana Butik SMK Negeri I Karanganyar Tahun 2013/2014 (Siswanti Purwaningsih, 2014)	Pendekatan kuantitatif korelasional. Variabel tergantung penerimaan diri. Variabel bebas konsep diri dan kecerdasan emosi. Subjek penelitian siswa kelas X. Sampel penelitian ditentukan dengan cara <i>purposive sampling</i> , dan Metode pengumpulan data <i>survey</i> . Teknik analisa regresi linier berganda (<i>multiple regression</i>).	Variabel tergantung penerimaan diri. Variabel bebas konsep diri dan kecerdasan emosi	Metode penelitian analitik observasional. Responden penelitian (remaja di panti asuhan). Lokasi dan waktu penelitian, Teknik sampel (total <i>sampling</i>). Analisa data (uji <i>Chi square</i>).
2.	Hubungan Antara Konsep Diri dengan Penerimaan Diri Siswa Kelas VII SMPN 3 Bandung Tulungagung (Erin Ana Fitri, 2017)	Pendekatan penelitian kuantitatif korelasional. Teknik kuota <i>sampling</i> . Variabel bebas konsep diri. Variabel terikat penerimaan diri Analisis data	Teknik pengambilan sampel	Responden penelitian (remaja di panti asuhan). Lokasi dan waktu penelitian. Variabel (kecerdasan emosional). Analisa data (uji <i>Chi square</i>).
3.	Pengaruh Antara	Subyek penelitian 100	Variabel bebas	Responden penelitian (remaja

	Konsep Diri dan Kecerdasan Emosi Terhadap Perilaku Prosocial Pada Remaja (Minggus Salvinus Masela, 2019)	siswa IPA-IPS kelas I dan II SMA Taman Harapan Malang. Teknik analisa regresi linier berganda (<i>multiple regresision</i>).	konsep diri dan kecerdasan emosi	di panti asuhan). Lokasi dan waktu penelitian, Variabel terikat (penerimaan diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>).
4.	Kajian Tingkat Konsep Diri Remaja Kelompok Umur 13-18 Yang Tinggal di Panti Asuhan dan Tidak Tinggal di Panti Asuhan (Figen Gursoy, 2012)	Metode penelitian adalah metode eksperimen. Analisa data dengan uji <i>mann-withney</i> dan <i>kruskal wallis</i> . Sampel yang digunakan 126 remaja termasuk 63 remaja yang tinggal di panti asuhan dan 63 remaja yang tidak tinggal di panti asuhan. Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan skor konsep diri remaja menurut jenis kelamin dan tempat tinggal.	Sampel adalah remaja di panti asuhan.	Metode penelitian analitik observasional, Lokasi dan waktu penelitian, Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)
5.	Kecerdasan emosi sebagai Prediktor Resiliensi Psikologis pada Remaja di Panti Asuhan (Fitri Apriani, Ratih AL, 2019)	Metode penelitian adalah kuantitatif desain korelasional. Sampel sebanyak 145 orang remaja menggunakan teknik <i>sampling purposive</i> . Analisa data dengan regresi sederhana Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional menjadi prediktor yang signifikan.	Instrumen penelitian, Sampel adalah remaja di panti asuhan.	Metode penelitian (analitik observasional), Lokasi dan waktu penelitian, Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)
6.	Gambaran Penerimaan Diri Anak Panti Asuhan dan Faktor yang Memengaruhinya (Witri Ronica, Nurhasanah, Maret 2019)	Metode penelitian adalah pendekatan deskriptif kualitatif. Hasil penelitian bahwa anak-anak yang tinggal di panti asuhan kurang memiliki penerimaan diri atau kurang memahami dirinya, kurang dapat mengatur emosi, dan kurang berinteraksi secara harmonis dengan lingkungan.	Sampel/informan adalah remaja di panti asuhan.	Metode penelitian (analitik observasional), Lokasi dan waktu penelitian, Instrumen penelitian (kuesioner) Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)

7.	Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Remaja Awal yang Tinggal di Panti Asuhan Uswatun Hasanah Samarinda (Lusiawati, 2013)	Metode penelitian adalah kualitatif melalui observasi dan wawancara. Hasil penelitian di dapatkan sebagian besar subjek mampu mengendalikan emosi dengan baik, mampu mengendalikan perasaan, menata emosi untuk mencapai sesuatu yang diinginkan dengan melakukan kegiatan bersama seperti belajar, mengaji, bermain di panti asuhan.	Metode penelitian deskriptif melalui observasi dan wawancara. Sampel/informan adalah remaja di panti asuhan.	Metode penelitian (analitik observasional), Lokasi dan waktu penelitian, Instrumen penelitian (kuesioner) Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)
8.	Penerimaan Diri Remaja di Panti Asuhan LPI Markaz Al-Ishlah Banda Aceh (Abu Bakar, 2019)	Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan deskriptif korelasional. Sampel sebanyak 115 orang. Hasil penelitian menunjukkan ada kaitan yang positif, kuat, dan signifikan, antara penerimaan diri pada remaja dengan = 0,564 pada taraf signifikan 0,05. Remaja memiliki tingkat penerimaan diri yang sangat tinggi.	Sampel adalah remaja di panti asuhan. Instrumen penelitian (kuesioner)	Metode penelitian (analitik observasional), Lokasi dan waktu penelitian, Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)
7.	Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Optimisme Menghadapi Masa Depan pada Remaja di Panti Asuhan (Weni Aidina, 2013)	Metode penelitian adalah kuantitatif. Pengambilan sampel adalah teknik <i>purposive sampling</i> . Analisa data dengan uji <i>Spearman</i> . Hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi optimisme menghadapi masa depan atau sebaliknya.	Sampel adalah remaja di panti asuhan. Instrumen penelitian (kuesioner)	Metode penelitian (analitik observasional), Lokasi dan waktu penelitian, Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)
8.	Pentingnya Peran Kelekatannya Teman Sebaya Dalam Konsep Diri dan Kecerdasan Emosi Remaja di Panti	Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terstruktur dengan jumlah sampel 63 remaja.	Sampel adalah remaja di panti asuhan. Instrumen penelitian	Metode penelitian (analitik observasional), Lokasi dan waktu penelitian,

Asuhan Banda Aceh (Putri Diyah Q, 2018)	Hasil penelitian yaitu (kusioner) konsep diri dan kecerdasan emosi remaja di panti asuhan cukup baik namun tidak terdapat pengaruh yang lebih nyata pada dua variabel tersebut.	Variabel penelitian (konsep diri, tingkat kecerdasan emosional berdasarkan pemahaman diri). Analisa data (uji <i>Chi square</i>)
---	---	---

B. Landasan Teori

1. Konsep Diri

a. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri adalah perasaan seseorang tentang dirinya sebagai pribadi yang utuh dengan karakteristik yang unik, sehingga ia akan mudah dikenali sebagai sosok yang mempunyai ciri khas tersendiri (Lukaningsih, 2010). Konsep diri merupakan pandangan atau persepsi individu terhadap diri sendiri yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain (Saam & Wahyuni, 2012). Pambudi (2012) mengatakan bahwa konsep diri adalah bentuk kepercayaan, perasaan dan penilaian yang diyakini individu tentang dirinya sendiri dan memengaruhi proses interaksi sosial dengan lingkungan sekitar.

Konsep diri adalah penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat fisik, psikis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi yang dicapai dalam proses perkembangannya (Hurlock, 2015). Feist & Feist (2016) mengatakan bahwa konsep diri meliputi seluruh aspek dalam keberadaan dan pengalaman seseorang yang disadari (walaupun tidak selalu akurat) oleh individu tersebut. Konsep diri tidak identik dengan diri organismik. Bagian-bagian dari diri organismik berada di luar kesadaran seseorang atau tidak dimiliki oleh orang tersebut.

b. Aspek-aspek Konsep Diri

Brooks dalam Masela (2019) menyatakan aspek konsep diri meliputi karakteristik konsep diri penampilan fisik, yaitu bagaimana cara seseorang menilai dirinya secara fisik; karakteristik konsep diri secara psikis, yaitu bagaimana cara seseorang menilai dirinya secara

psikis; karakteristik konsep diri secara sosial, yaitu bagaimana cara seseorang menilai dirinya dalam situasi sosial. Berzonsky (dalam Retnowati, 2018) mengemukakan bahwa aspek-aspek konsep diri meliputi :

- 1) Aspek fisik (*physical self*) yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian, benda miliknya.
- 2) Aspek sosial (*social self*) yaitu bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performanya.
- 3) Aspek moral (*moral self*) meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu.
- 4) Aspek psikis (*psychological self*) meliputi pikiran, perasaan, dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Menurut Burns (1993, dalam Tunnisa, 2019), aspek-aspek konsep diri terbagi empat, yaitu :

- 1) Keyakinan, pengetahuan atau aspek kognitif merupakan cara-cara yang praktis yang tidak ada batasnya, dimana masing-masing orang dapat mempersepsikan dirinya.
- 2) Afektif atau emosional meliputi perasaan individu terhadap dirinya.
- 3) Evaluasi merupakan hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diperoleh dari lingkungan sekitar.
- 4) Kecenderungan untuk memberi respon mencakup tingkah laku individu yang dimunculkan dari hasil evaluasi

c. Faktor-faktor yang Memengaruhi Konsep Diri

Menurut Hurlock (2010), pola kepribadian remaja terbentuk melalui konsep diri akibat dari perubahan fisik-psikologis yang dipengaruhi oleh usia kematangan, penampilan diri, kepatutan jenis kelamin, hubungan keluarga dan teman-teman sebaya, kreativitas, dan

cita-cita. Faktor-faktor yang memengaruhi konsep diri (Burns, 1993, dalam Tunnisa, 2019) antara lain :

- 1) Orang lain; seseorang mengenal tentang dirinya dengan mengenal orang lain terlebih dahulu. Konsep diri seorang individu terbentuk dari bagaimana penilaian orang lain mengenai dirinya.
- 2) Kelompok mencakup peran sosial dan budaya, nilai-nilai dan norma yang berasal dari lingkungan.

Konsep diri dipengaruhi oleh (Widad, 2016) :

- 1) Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal, yang memunculkan perasaan positif dan perasaan berharga.
- 2) Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain.
- 3) Aktualisasi diri atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi yang sebenarnya.

Pudjijogyanti (1993, dalam Destiana, 2019) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan konsep diri, yaitu :

- 1) Peranan citra fisik

Tanggapan dari individu lain mengenai keadaan fisik akan didasari oleh adanya dimensi tubuh ideal. Umumnya bentuk tubuh ideal laki-laki adalah atletis, berotot, dan kekar, sedangkan bentuk tubuh ideal wanita adalah halus, lemah, dan kecil. Setiap individu menganggap akan mendapat tanggapan positif dari individu lain apabila berhasil mencapai patokan tubuh ideal. Kegagalan atau keberhasilan mencapai patokan tubuh ideal yang telah ditetapkan masyarakat sebagai sumber untuk membentuk konsep diri.

- 2) Peranan jenis kelamin

Adanya perbedaan laki-laki dan perempuan. Peran perempuan hanya terbatas pada dunia keluarga, dikatakan perempuan tidak akan mampu mengembangkan diri sepanjang hidupnya. Laki-laki dapat lebih mengembangkan diri secara

optimal yang berkecimpung dalam kehidupan di luar rumah. Hal ini menyebabkan perempuan selalu bersikap negatif (kurang percaya diri) apabila diminta menunjukkan seluruh kemampuannya.

3) Peranan perilaku orang tua

Keluarga dapat membentuk konsep diri anak dengan cara orang tua memenuhi kebutuhan fisik dan kebutuhan psikologis anak yang sangat berpengaruh terhadap seluruh perkembangan kepribadian anak. Pengalaman anak dalam berinteraksi dengan seluruh anggota keluarga merupakan penentu pula dalam berinteraksi dengan orang lain di kemudian hari. Jadi, bagaimana pandangan dan sikap individu terhadap dunia luar, mempercayai atau mencurigai, banyak dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil ketika berinteraksi dengan lingkungan keluarga.

4) Peranan faktor sosial.

Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi individu dengan orang-orang di sekitarnya. Apa yang dipersepsi individu lain mengenai diri individu, tidak terlepas dari struktur, peran, dan status sosial yang disandang individu sebagai petunjuk seluruh perilaku individu dipengaruhi oleh faktor sosial. Sejalan teori Kurt Lewin, yaitu perilaku individu merupakan fungsi dari karakteristik individu dan lingkungannya.

2. Kecerdasan Emosional

a. Pengertian Kecerdasan Emosional

Menurut Cooper (2002), "*Emotional Intelligence is the ability to sense, understand, and effectively apply the power and acumen of emotions as a source of human energy, information, connection, and influence*" (kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif mengaplikasikan kekuatan serta

kecerdasan emosi sebagai sebuah sumber energi manusia, informasi, hubungan, dan pengaruh”’. Salovey (2000) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mengenali perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, serta mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual.

Kecerdasan emosional menunjuk pada kemampuan untuk memahami, mengendalikan, dan mengevaluasi emosi (Masela, 2019). Kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial (Goleman, 2002).

b. Unsur-unsur Kecerdasan Emosional

Goleman (2002) menyebutkan lima unsur kecerdasan emosi yaitu :

- 1) Kesadaran diri (*self-awareness*) yaitu mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan sendiri, memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri, dan kepercayaan diri yang kuat.
- 2) Pengaturan diri (*self-regulation*) yaitu menangani emosi kita sedemikian rupa, sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati, dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, serta mampu segera pulih kembali dari tekanan emosi.
- 3) Motivasi (*motivation*) yaitu menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif, dan bertindak sangat efektif, serta untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

- 4) Empati (*emphaty*) yaitu merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya, dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
- 5) Keterampilan sosial (*social skill*) yaitu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan ketrampilan-ketrampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, serta bekerja sama dan bekerja dalam tim.

c. Komponen-komponen Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (1995), komponen-komponen kecerdasan emosi meliputi :

- 1) Mengenal emosi diri yaitu adanya kemampuan seseorang untuk mengenali bagaimana perasaan yang muncul pada diri sendiri;
- 2) Mengelola emosi adalah kemampuan yang dapat membuat seseorang untuk mengatur emosi dalam dirinya maupun orang lain.
- 3) Memotivasi diri adalah suatu kebutuhan atau keinginan yang dapat memberi kekuatan dan mengarahkan tingkah laku. Kemampuan seseorang dalam memotivasi diri dapat diselusuri melalui hal-hal optimis, harapan dan *flow*;
- 4) Mengenal emosi orang lain, mengenal emosi orang lain berarti kemampuan menangkap sinyal-sinyal sosial tersembunyi yang mengisyaratkan hal-hal yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain atau lebih dikenal dengan empati.
- 5) Membina hubungan dengan orang lain yaitu mampu menangani emosi orang lain sebagai inti dari membina hubungan dengan orang lain dan aspek kecerdasan emosional.

Komponen kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Mayer & Salovey (1997, dalam Rizmiardhani, 2015), dikenal dengan *four branch model of emotional Intelligence* yaitu :

- 1) Persepsi Emosi (*Emotional Perception*) adalah kemampuan individu untuk mengenali emosi, baik yang dirasakan diri sendiri maupun orang lain melalui ekspresi wajah yang diperlihatkan.
- 2) Integrasi Emosi (*Emotional Integration*) adalah kemampuan individu dalam memanfaatkan emosi yang dirasakan untuk menghadapi masalah-masalah dan menempatkan dirinya dalam posisi orang lain.
- 3) Pemahaman Emosi (*Emotional Understanding*) adalah kemampuan individu untuk memahami emosi yang dirasakan dan dapat menggunakan pengetahuan mengenai emosi yang dirasakan untuk mengetahui bagaimana penerapannya dalam kehidupan.
- 4) Pengaturan Emosi (*Emotional Management*) adalah kemampuan individu dalam mengelola emosi yang dirasakan oleh diri sendiri maupun orang lain untuk menentukan tingkah laku yang paling efektif yang akan ditampilkan saat berinteraksi dengan orang lain.

d. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi memiliki empat aspek (Mayer, 2015) yaitu:

- 1) *Perceiving emotion* merupakan kemampuan dalam mengidentifikasi ungkapan emosi diri sendiri dan orang lain, baik emosi yang sebenarnya maupun bukan, verbal maupun non-verbal.
- 2) *Facilitating thought with emotion* merupakan kemampuan untuk memanfaatkan informasi mengenai emosi untuk meningkatkan kemampuan berfikir.

- 3) *Understanding emotion* merupakan kemampuan untuk memahami informasi emosi mengenai hubungan, perpindahan satu emosi dengan yang orang lain, dan informasi linguistik mengenai emosi. Hal ini membantu individu untuk berempati.
- 4) *Managing emotion* merupakan kemampuan untuk mengelola emosi dan hubungan emosional bagi perkembangan diri dan hubungan dengan orang lain.

Casmini (2007) menyebutkan empat aspek kecerdasan emosi, diantaranya :

- 1) Kesadaran emosi (*emotional literacy*) adalah kemampuan yang bertujuan untuk membangun rasa percaya diri pribadi melalui pengenalan emosi yang telah dialami dan kejujuran akan emosi yang dirasakan.
- 2) Kebugaran emosi (*emotional fitness*) adalah kemampuan yang memiliki tujuan untuk mempertegas antusiasme dan ketangguhan dalam menghadapi tantangan dan perubahan, terdiri dari kemampuan mempercayai orang lain, mengelola konflik, dan mengatasi suatu kekecewaan dengan cara yang paling membangun.
- 3) Kedalaman emosi (*emotional depth*) mencakup komitmen untuk menyelaraskan hidup dan kerja dengan bakat unik yang dimiliki, berupa tanggung jawab yang tidak memaksakan otoritas.
- 4) Alkimia emosi (*emotional alchemy*) mencakup keterampilan bersaing dengan peka terhadap solusi dan peluang untuk mengevaluasi yang telah terjadi sebelumnya, menghadapi masa kini, serta mempertahankan masa depan.

e. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional

Casmini (2007) menyatakan faktor-faktor yang memengaruhi kecerdasan emosi yaitu :

- 1) Faktor internal merupakan faktor yang timbul dari dalam diri individu yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosi seseorang, otak emosi dipengaruhi oleh keadaan amigdala, neokorteks, sistem limbik, lobus prefrontal, dan hal-hal lain yang berada pada otak emosi.
- 2) Faktor eksternal sebagai faktor yang datang dari luar individu dan memengaruhi individu untuk mengubah sikap. Pengaruh luar yang bersifat individu dapat secara perorangan ataupun kelompok. Pengaruh individu terhadap kelompok atau sebaliknya, juga dapat bersifat tidak langsung melalui perantara misalnya media masa, baik cetak maupun elektronik.

3. Penerimaan Diri

a. Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif terhadap siapa dirinya yang sebenarnya dan tidak dapat muncul dengan sendirinya melainkan harus dikembangkan oleh individu (Germer, 2018). Chaplin (2015) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri serta pengetahuan-pengetahuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri, seperti adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang.

Penerimaan diri adalah derajat seseorang telah mengetahui karakteristik personalnya, baik itu kelebihan maupun kekurangannya dan dapat menerima karakteristik tersebut dalam kehidupannya sehingga membentuk integritas pribadinya (Permatasari & Gamayanti, 2016). Penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang merasa puas terhadap apapun yang telah dimilikinya dan menerima semua yang ada pada dirinya dan sikap menerima diri sendiri serta puas terhadap apa yang telah dimilikinya, termasuk penampilan diri tanpa gelisah dan tidak menolak keadaan diri sendiri (Hurlock, 2002).

Handayani (2018) menjelaskan bahwa individu yang mempunyai penerimaan diri rendah akan mudah putus asa, selalu menyalahkan dirinya, malu, rendah diri akan keadaannya, merasa tidak berarti, merasa iri terhadap keadaan orang lain, akan sulit membangun hubungan positif dengan orang lain, dan tidak bahagia. Seseorang yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik akan sangat rentan menjadi tertekan, dan mengalami kesulitan dalam memusatkan konsentrasi pikiran, melamahkan motivasi dan daya juang anak. Pada akhirnya anak tidak mampu mengaktualisasikan kemampuannya dalam mengembangkan dirinya dengan baik.

b. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Secara umum dapat diketahui bahwa ciri-ciri individu yang dapat menerima dirinya mampu menerima kelemahan dan kekurangan pada diri, mampu menerima diri, yakin untuk menghargai diri sendiri dan orang lain, serta mampu menghasilkan hal yang bermanfaat bagi orang di sekitarnya (Bastaman, 2010). Kubber Rose & Tom (Rosalia, 2008) menyatakan bahwa ciri-ciri seseorang yang menerima diri adalah mampu menghadapi kenyataan dari hanya menyerah pada pengunduran diri (tidak ada harapan), mudah beradaptasi, mudah bergaul, percaya diri dan aktif, serta tidak bermasalah dengan diri sendiri, sehingga memiliki kesempatan untuk bergaul dengan lingkungan sekitarnya.

Ciri-ciri individu yang dapat menerima dirinya yaitu senantiasa menerima diri dengan apa adanya, mampu menerima kelemahan dan kelebihan yang dimiliki, memiliki keyakinan untuk dapat mencintai diri sendiri dan mampu menghargai orang lain, tidak merasa dirinya paling sempurna dibandingkan dengan orang lain, serta memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menghasilkan sesuatu yang berguna dan bermanfaat bagi orang lain (Brooks, 2005).

c. Penyebab Individu Tidak Memiliki Penerimaan Diri

Hal-hal yang menjadi individu tidak memiliki penerimaan diri yaitu (Santrock, 2011):

1) Tidak adanya pemahaman diri

Pemahaman diri adalah suatu cara untuk memahami, menaksir karakteristik, potensi dan atau masalah (gangguan) yang pada individu atau sekelompok individu. Ketika seseorang tidak memiliki pemahaman akan dirinya sendiri maka tidak akan dapat mengaktualisasikan segala hal yang ada pada dirinya.

2) Perasaan tidak nyaman

Individu menghadapi permasalahan yang dapat berlangsung terus menerus dalam kehidupan, merasa tidak nyaman juga dapat disebabkan karena tidak adanya penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru karena adanya tuntutan penyesuaian akibat pola kehidupan.

3) Permasalahan keluarga

Keluarga merupakan sebagai suatu unit terkecil di masyarakat terdiri dari orangtua dan anak yang tentu memiliki perbedaan, baik pendapat, pola pikir dan cara bertindak. Penyebab adanya permasalahan keluarga seperti keadaan ekonomi keluarga yang berpengaruh pada sandang, pangan dan masa depan.

4) Anti sosial

Seseorang yang anti sosial biasanya tidak peduli dengan nilai benar dan salah serta sering mengabaikan hak-hak keinginan dan perasaan orang lain. Mereka cenderung melanggar hukum atau membuat keributan serta memperlakukan orang lain dengan kasar. Selain itu tidak dapat memenuhi tanggung jawab yang berhubungan dengan keluarga pekerjaan, atau sekolah.

5) Bersikap negatif tentang masa depan

Berpikir positif maupun negatif membuat perbedaan besar dalam hidup, karena sikap yang baik dimulai dengan berpikir positif. Berpikir positif memiliki peran penting dalam pembentukan setiap individu dan unsur terpenting dalam menentukan kualitas hidup individu.

d. Aspek-aspek Penerimaan Diri

Aspek-aspek dalam penerimaan diri menggunakan teori dari Johnson Davids (dalam Khoiriyah, 2018) yang mengacu pada beberapa dimensi, yaitu: 1) menerima diri apa adanya, 2) tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan, 3) yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain, 4) merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna, dan 5) memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna.

Hurlock (2002) mengemukakan aspek-aspek dalam penerimaan diri yaitu :

- 1) Merasa puas terhadap diri sendiri, ataupun bangga terhadap diri sendiri; Individu puas atas kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya.
- 2) Tidak prihatin akan adanya reaksi sosial, ataupun kesediaan menerima kritikan dari orang lain.
- 3) Memiliki kemandirian; Individu tidak menggantungkan hidup pada orang lain.
- 4) Menghargai diri; Individu yang menghargai diri sendiri selalu mampu untuk mengerjakan sesuatu dan jarang sekali menolak jika diminta untuk melakukan sesuatu.

e. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Penerimaan Diri

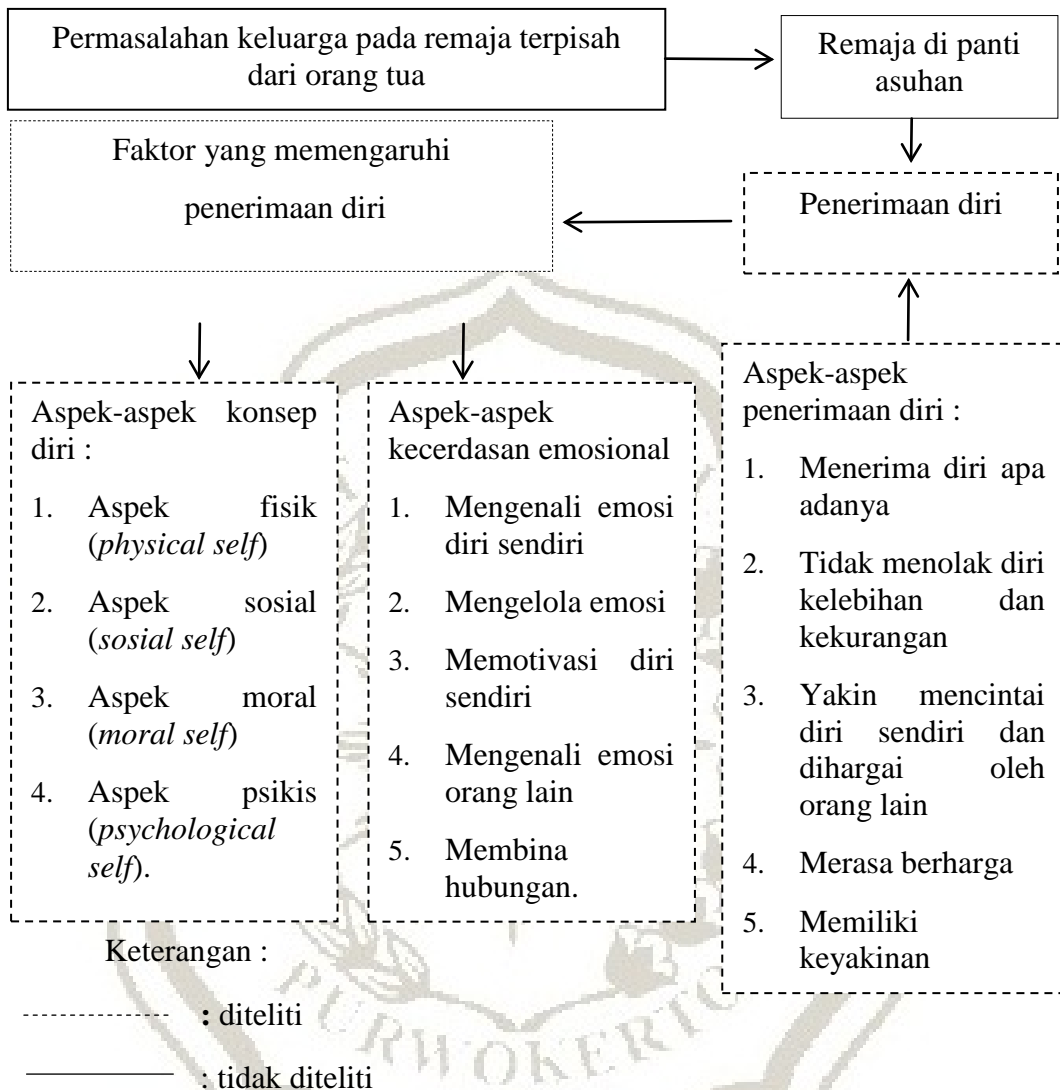
Menurut Hurlock (2002), beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu :

- 1) Ide-ide yang realistik dan dapat dicapai. Kalau tidak, pasti akan mengalami kegagalan dan bersamaan dengan itu mengalami perasaan tidak mampu, rendah diri dan bahkan menyerah bila menimpakan kegagalannya pada orang lain.
- 2) Penilaian yang realistik mengenai kekuatan dan kelemahan. Perbedaan yang mencolok antara kepribadian yang sebenarnya dengan ego ideal akan menimbulkan kecemasan, perasaan kurang enak, tidak bahagia dan kecenderungan menggunakan reaksi-reaksi bertahan.
- 3) Konsep diri; Individu memandang diri sendiri dalam cara yang konsisten, tidak memandang diri hari ini berbeda dengan hari lain yang dapat meningkatkan harga diri dan memperkecil perasaan tidak mampu.
- 4) Merasa puas dengan apa yang telah dicapai dan bersedia memperbaiki prestasi-prestasi dibidang yang dianggap kurang.

Menurut Chaplin (2005, dalam Purwaningsih, 2014), penerimaan diri dapat dipengaruhi oleh :

- 1) Konsep diri yang stabil, individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu ke waktu secara konstan dan tidak akan berubah-ubah. Menurut Masela (2019), remaja yang memiliki konsep diri positif akan mampu memahami keadaan diri sendiri dan menghayati nilai-nilai moral yang berlaku di masyarakat.
- 2) Kondisi emosi yang menyenangkan dengan tidak menunjukkan tidak adanya tekanan emosi sehingga memungkinkan individu untuk memilih yang terbaik dan sesuai dengan dirinya. Individu juga memiliki sikap yang positif dan menyenangkan yang akan mengarahkan pada pembentukan sikap individu untuk mudah menerima diri karena tidak adanya penolakan.

C. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Pikir
(Sumber: Retnowati, 2018; Khoiriyah, 2018; Wibawa, 2013; Chaplin (2005, dalam Purwaningsih, 2014)

