

BAB 6 KONSEP DIRI

A. Definisi Konsep Diri

Setiap individu mempunyai sudut pandang serta deskripsi sendiri mengenai sesuatu hal yang terdapat pada dirinya. Deskripsi mengenai dirinya tercipta melalui macan-macam pengalaman menghadapi problematika pada kehidupan sehari-hari, juga lingkungan yang ada di sekitarnya. Bagaimana seseorang memandang dirinya atau menilai dirinya, memberikan gambaran dirinya dan menilai seperti apa dirinya sendiri merupakan suatu konsep yang didapat tentang dirinya, biasanya disebut dengan konsep diri.

Arikunto, konsep diri ialah deskripsi mengenai dirinya sendiri dalam bandingannya dengan individu lain. Terdapat individu yang beranggapan bahwa dirinya lebih unggul daripada individu lain, serta ada juga yang merasa lebih rendah daripada dengan individu lain. Atau bisa dikatakan bahwa konsep diri bisa dipaparkan kesadaran individu mengenai dirinya, bagaimana individu mengevaluasi dirinya sendiri maupun nilai individu.¹

Agustiani² lebih jauh menyatakan, bahwa konsep diri adalah deskripsi yang dipunyai oleh individu mengenai dirinya, yang berasal dari pengalaman yang didapatkan melalui hubungan dengan lingkungan. Konsep diri maupun nilai individu bukan merupakan faktor bawaan, tetapi tumbuh dari pengalaman yang terus-menerus serta terdiferensiasi. Dasar dari konsep diri seseorang ditumbuhkan

¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 1993, h.70

² Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*, Bandung: PT Refika Aditama, 2006

dalam kehidupan anak sejak kecil serta menjadi dasar yang memiliki pengaruh terhadap tingkah lakunya pada suatu hari.

Hurlock³ mengatakan bahwa konsep diri mempunyai 3 komponen utama, yakni:

1. Komponen persepsi, yakni gambaran tentang penampilan luarnya serta kesan yang ditunjukkan untuk individu lain.
2. Komponen konsep, yakni konsepsi individu tentang ciri-ciri khusus yang dipunyai, baik kemampuan maupun ketidakmampuannya, latar belakang, dan masa depannya. Komponen ini sering disebut sebagai *psychological self concept*.
3. Komponen sikap, yakni perasaan individu mengenai diri sendiri, sikap mengenai statusnya sekarang, serta prospeknya di masa mendatang, sikap mengenai harga diri serta pandangan diri yang dipunyai.

Menurut Hurlock konsep diri yang positif akan berkembang apabila individu meningkatkan sifat yang berhubungan dengan *good self esteem*, *good self confidence*, serta kompetensi melihat diri dengan cara realistik. Sifat tersebut menjadikan individu guna berinteraksi dengan individu lain dengan cara akurat serta mengarah dalam adaptasi diri yang bagus.

Individu dengan konsep diri positif akan terlihat sebagai berikut:

1. Optimis;
2. Penuh percaya diri;
3. Selalu bersikap positif mengenai semua hal.

Sedangkan, konsep diri yang negatif akan tercipta apabila individu meningkatkan perasaan sebagai berikut:

1. Rendah diri;
2. Merasa ragu;

³ Hurlock, E. B., *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (terjemahan), Jakarta: Erlangga, 2012

3. Kurang pasti; dan
4. Kurang percaya diri.

Individu dikatakan memiliki konsep diri negatif apabila dia mempercayai serta memiliki pandangan.

Hamachek memaparkan bahwa terdapat 11 karakteristik individu yang memiliki konsep diri positif:

1. Mempercayai betul nilai serta prinsip tertentu dan siap mempertahankannya meskipun menghadapi pendapat organisasi yang kuat. Namun, dia juga menganggap dirinya cukup kuat guna mengubah prinsip-prinsip tersebut jika pengalaman serta bukti-bukti baru membuktikan dia salah. Atau memiliki maksud lain bahwa, ketika memiliki kepercayaan yang selalu dipegang kuat, namun jika ada sesuatu yang mewajibkan guna melaksanakan perubahan terhadap kepercayaan yang selama ini dipegangnya tidak mengalami kesulitan serta bisa beradaptasi dengan mudah.
2. Dapat bertindak sesuai dengan penelitian yang baik tanpa merasa bersalah yang berlebihan, serta menyesal atas perbuatannya apabila individu lain tidak setuju dengan perbuatannya.
3. Tidak menghabiskan waktu yang tidak perlu guna mencemaskan sesuatu yang akan terjadi di kemudian hari, sesuatu hal yang sudah terjadi pada waktu kemarin, serta sesuatu hal yang sedang terjadi sekarang. Semuanya dihadapi dengan perasaan bisa menerima apa yang terjadi kemarin, saat ini, dan yang akan datang.
4. Mempunyai kepercayaan pada kompetensinya guna menyelesaikan masalah, bahkan apabila dia menghadapi kegagalan maupun kemunduran. Konsep diri yang positif selalu menganggap bahwa kegagalan merupakan keberhasilan yang belum terjadi. Persoalan adalah tantangan untuk maju. Kemunduran adalah anjang-ancang untuk maju secara melesat.

5. Merasa sama dengan individu lain, sebagai manusia tidak tinggi maupun rendah, meskipun ada perbedaan pada kompetensi tertentu, latar belakang keluarga, sikap orang lain terhadapnya. Manusia diciptakan sebagai makhluk yang paling sempurna, dan kemudian ketika orang lain mampu melakukan sesuatu sesulit apa pun, maka dirinya juga akan mampu melakukannya.
6. Bisa menerima dirinya sebagai orang yang penting serta bermanfaat untuk individu lain, paling tidak untuk pihak-pihak yang dipilih untuk menjadi sahabat. Kemampuan yang dimilikinya dihargai oleh dirinya sendiri dan orang di sekitarnya.
7. Bisa menerima pujian tanpa berpura-pura rendah hati, serta menerima penghargaan tanpa merasa bersalah.
8. Lebih menolak usaha individu lain guna mendominasinya.
9. Bisa mengaku kepada orang lain bahwa dia bisa merasakan bermacam dorongan serta keinginan, dari perasaan marah hingga cinta, dari sedih hingga bahagia, dari kekecewaan yang sangat dalam hingga kepuasan yang sangat dalam juga.
10. Bisa menikmati dirinya secara utuh pada bermacam kegiatan yang mencakup pekerjaan, permainan, ungkapan diri yang kreatif, persahabatan, maupun hanya mengisi waktu.
11. Peka terhadap kebutuhan individu lain, dalam kebiasaan sosial yang sudah diterima, serta yang paling utama pada gagasan bahwa dia tidak dapat bersenang-senang dengan mengorbankan individu lain.

Konsep diri bukanlah faktor bawaan sejak lahir, melainkan pembentukan dari pengalaman hidup, lingkungan di sekitarnya, dan pengaruh dari orang lain sehingga konsep diri akan berpengaruh pada sikap dan cara seseorang bertingkah laku. Sikap maupun respon dari keluarga serta lingkungan akan menjadi sebuah berita untuk anak guna menilai siapa dirinya. Karena itu, seringkali anak-anak yang berkembang serta dibesarkan pada pola asuh yang salah

serta tidak baik, ataupun lingkungan yang kurang mendukung, cenderung memiliki konsep diri yang tidak baik. Ini disebabkan sikap orang tua yang contohnya suka memukul, mengabaikan, kurang memperhatikan, melecehkan, menghina, bersikap tidak adil, serta suka marah dianggap sebuah hukuman dari kekurangan, kesalahan, maupun kebodohan dirinya. Jadi, anak menilai dirinya sesuai apa yang terjadi serta diperoleh dari lingkungan. Apabila lingkungan memberikan sikap yang baik serta positif, maka anak akan menganggap dirinya cukup berharga dan kemudian timbullah konsep diri yang positif.

Sesuai tanda-tanda yang terdapat pada seorang anak sebagai individu, bisa diambil kesimpulan bahwa seseorang lebih mempunyai konsep diri positif maupun konsep diri negatif. Bertambah banyak tanda-tanda konsep diri pada seseorang, maka akan semakin memudahkan kita guna mengelompokkan konsep dirinya. Seseorang yang mempunyai konsep diri yang positif akan lebih bersikap positif serta begitu juga dengan seseorang yang mempunyai konsep diri yang negatif akan lebih bersikap negatif.

B. Manfaat Konsep Diri yang Baik

Modal dasar yang juga sangat dibutuhkan guna meraih kesuksesan tugas adalah konsep diri yang baik berasal dari dalam diri. Konsep diri yang positif, seperti keyakinan mengenai kemampuan diri dalam melaksanakan sesuatu atau tugas yang diberikan oleh pimpinan akan mampu membawa kesuksesan seseorang.

Adanya dasar konsep diri baik yang seperti itu, karyawan bisa mempunyai perasaan yang bisa melaksanakan tugasnya. Berbagai hambatan dan rintangan dalam pelaksanaan tugas akan mampu diatasi manakala karyawan tersebut mempunyai konsep diri yang baik.

Ada banyak manfaat yang tercipta dari konsep diri positif pada kehidupan serta pekerjaan karyawan, yakni:

1. Karyawan bisa berkembang dengan cara sehat dalam relasi dengan individu lain dan temannya;
2. Bisa menerima individu lain sebagaimana adanya;
3. Mempunyai kesadaran akan kelebihan dan kekurangan dirinya.

Nilai memiliki fungsi:

1. Nilai untuk standar;
2. Nilai untuk dasar pemecahan konflik serta penetapan keputusan;
3. Nilai untuk motivasi;
4. Nilai untuk dasar penyesuaian diri; serta
5. Nilai untuk dasar perwujudan diri.

C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Konsep diri dipengaruhi seperti di bawah ini:

1. Tingkat pertumbuhan dan perkembangan psikis seseorang;
2. Lingkungan tempat tinggal di mana mereka mayoritas melakukan interaksi;
3. Lingkungan sosial pergaulan;
4. Pengalaman berkomunikasi dengan lingkungan dan orang; dan
5. Berbagai tugas tanggung jawab yang telah menekan atau menimpa kematangan dirinya.

Konsep diri juga dipengaruhi oleh:

1. Ide;
2. Pikiran;
3. Keyakinan; dan
4. Kepercayaan yang dimengerti serta dipahami oleh seseorang terhadap dirinya

Keempat konsep di atas memiliki pengaruh kompetensi seseorang ketika menjalin ikatan dengan individu lain. Bertambahnya ide serta pikirannya, bertambah baik juga konsep diri seseorang ketika menjalin interaksi dengan individu lain.

D. Dimensi-Dimensi Konsep Diri

Suryabrata⁴, konsep diri dapat dibagi menjadi 2 dimensi pokok, ialah:

1. Dimensi internal

Dimensi internal/kerangka acuan internal ialah evaluasi yang dilaksanakan seseorang mengenai dirinya sendiri yang sesuai dengan dunia di dalam dirinya. Dimensi tersebut terdiri dari 3 bentuk:

a. Diri identitas

Bagian diri ini adalah aspek yang paling pokok dalam konsep diri serta berpedoman pada pertanyaan, “Siapakah saya?” pada pertanyaan itu tercakup label serta simbol yang diberikan pada diri oleh pihak yang bersangkutan guna mendeskripsikan dirinya serta menumbuhkan identitasnya lalu dengan bertambahnya umur serta hubungan sosial dengan lingkungannya, pengetahuan seseorang terhadap dirinya juga bertambah, dan kemudian dia bisa melengkapi keterangan mengenai dirinya dengan sesuatu hal yang lebih kompleks contohnya “Saya pintar, tetapi terlalu gemuk” maupun lain-lain.

b. Diri pelaku

Diri pelaku ialah anggapan seseorang mengenai tingkah lakunya, yang memuat seluruh kesadaran tentang “Apa yang dilakukan oleh diri?”. Kecuali itu, bagian ini berhubungan erat terhadap diri identitas. Diri yang kuat

⁴ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta: Rajawali, 1990

akan membuktikan terdapat keselarasan antara diri identitas maupun diri pelakunya, dan kemudian dia bisa mengenali serta menerima, baik diri untuk identitas ataupun diri untuk pelaku. Hubungan keduanya bisa diamati dalam diri untuk penilai.

c. Penerimaan atau penilai

Diri penilai memiliki fungsi sebagai pengamat, penentu standar, serta evaluator. Posisinya ialah untuk perantara maupun mediator antara diri identitas serta diri pelaku. Manusia lebih memberikan penilaian mengenai hal yang dipersepsikannya. Sebab itu, label yang diterapkan untuk dirinya bukanlah hanya untuk mendeskripsikan dirinya, namun juga syarat dengan nilai-nilai.

2. Dimensi eksternal

a. Diri fisik

Diri fisik berhubungan dengan anggapan seseorang mengenai kondisi dirinya dengan cara fisik. Hal tersebut terlihat persepsi individu tentang kesehatan dirinya, penampilan, serta kondisi tubuhnya.

b. Diri etika-moral

Bagian ini adalah anggapan individu dengan dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral serta etika. Hal tersebut melibatkan anggapan seseorang tentang ikatan dengan Tuhan, kepuasan seseorang tentang kehidupan keagamaannya serta nilai-nilai moral yang dipegangnya, yang mencakup batasan baik serta buruk.

c. Diri pribadi

Diri pribadi adalah perasaan maupun anggapan individu mengenai kondisi pribadinya. Hal tersebut tidak dipengaruhi oleh keadaan fisik maupun interaksi dengan individu lain, namun dipengaruhi oleh seberapa jauh individu merasa puas

terhadap pribadinya maupun seberapa jauh dia beranggapan bahwa dirinya pribadi yang tepat.

d. Diri keluarga

Diri keluarga membuktikan perasaan serta harga diri individu pada posisinya sebagai anggota keluarga hal tersebut membuktikan seberapa jauh individu merasa kuat terhadap dirinya sebagai anggota keluarga, dan terhadap peran ataupun fungsi yang dijalankannya untuk anggota dari sebuah keluarga.

e. Diri sosial

Bagian ini adalah penilaian seseorang mengenai hubungan dirinya dengan individu lain ataupun lingkungan sekitar.⁵

E. Konsep Nilai Individu

Setiap seseorang membawa serta memakai perlengkapan internal ketika mengendalikan pikiran serta perbuatan ketika menghadapi beragam kondisi situasi sosial yang bermacam-macam. Individu akan menilai dirinya sebagai orang yang cakap, cerdas, pandai, atau sebaliknya. Ketika dirinya merasa mudah dalam menerima suatu pelajaran, dan selalu mampu mendapatkan nilai yang baik dari gurunya, serta mampu mendapatkan ranking yang tinggi di kelasnya, maka ia akan memberikan respon pada dirinya dengan mengatakan dalam dirinya sebagai orang yang pandai, cerdas, cakap, dan mampu menyelesaikan masalah dengan baik.

Seseorang memberi respons untuk dirinya sendiri serta mengembangkan sikap diri yang konsisten mengenai suatu hal yang diekspresikan oleh individu lain pada dunianya. Ia mengevaluasi dirinya sendiri berdasarkan dengan individu lain yang menilai. Ketika orang lain menilai dirinya sebagai orang yang rajin, suka

⁵ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1998, h.292

menolong, dermawan, berwatak mulia, berperilaku sopan, dan sebagainya, yang semua itu sesuai dengan apa yang ia usahakan, maka ia pun akan mengiyakan penilaian orang lain tersebut.

Ketika orang mengatakan dirinya negatif, sementara dalam dirinya sependapat terhadap apa-apa yang sesungguhnya tidak baik dan mereka tolak, maka nilai individu tersebut sudah dapat dipahami oleh yang bersangkutan. Jika individu tersebut disegani serta disukai oleh individu lain, maka orang itu akan lebih bersikap menghormati serta menerima dirinya sebagaimana individu lain menghormati serta menerima dirinya. Akhirnya, orang itu akan mengetahui dirinya sendiri yang memiliki sifat serta nilai yang telah dikatakan individu lain. Dengan demikian individu tersebut telah memperkenalkan dirinya dengan pandangan dan penilaian orang lain.

Nilai mempunyai fungsi terpenting sebab ialah sebuah representasi kognitif dari kebutuhan seseorang di satu sisi serta tuntutan sosial pada sisi lain. Beradaptasi dengan individu lain pada sebuah korelasi maupun organisasi membaca tujuan individu lain, menjadi individu yang simpatik, menepati serta menghadapi peran yang ditujukan untuk diri kita, bertingkah dengan cara secara pantas maupun lainnya.

Selama ini, pengukuran nilai disesuaikan kepada hasil penilaian diri yang dilaporkan oleh seseorang ke dalam sebuah skala pengukuran. Penilaian diri memerlukan pengetahuan kognitif ataupun afektif tentang diri sendiri, termasuk guna bisa melihat perbedaan antara nilai ideal normatif maupun nilai faktual.

Social desirability merupakan keinginan guna memperoleh persetujuan serta penerimaan sosial yang bisa diraih dengan melaksanakan suatu hal yang disetujui kelompok tertentu. *Social desirability* didefinisikan juga sebuah tingkah laku yang bertujuan serta mempunyai konformitas yang besar mengenai stereotip yang ditetapkan di sebuah kelompok.

Social desirability tidak dipengaruhi oleh baik atau tidaknya sudut pandang maupun sikap individu mengenai sebuah objek, serta memiliki maksud lain bahwa *social desirability* bukan hanya menyokong hal yang baik pada masyarakat, tetapi menyokong hal yang tidak baik juga pada suatu masyarakat. Singkatnya, baik ataupun tidak baiknya masyarakat, *social desirability* tetap menganutnya. Contohnya ialah stereotip yang merupakan sikap yang tidak baik. *Social desirability* bisa didefinisikan sebuah wujud konformitas mengenai stereotip sosial, sebab subjek tersebut memperoleh penerimaan dan kemudian berujung pada keinginan guna pengakuan masyarakat.

F. Cara Mengukur Nilai Individu

Rokeach mengatakan bahwa untuk mengukur nilai individu perlu mengetahui aspek-aspek nilai individu yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan tingkah laku:

1. Aspek kognitif, nilai individu berkaitan dengan kondisi tentang apa yang diinginkan oleh individu, pengetahuan apa yang dimiliki oleh individu, opini, dan pemikiran seperti apa yang ada di dalam individu.
2. Aspek afektif, nilai individu dibentuk oleh aspek afektif individu. afektif individu dicirikan oleh individu yang mempunyai emosi mengenai sesuatu yang diinginkan, dan kemudian nilai individu memaparkan perasaan seseorang tentang sesuatu yang diinginkan tersebut.
3. Aspek tingkah laku. Nilai individu mempunyai susunan tingkah laku, yang memiliki arti nilai adalah variabel yang menunjukkan tingkah laku yang diperlihatkan.

Sesuai paparan teori di atas, nilai-nilai individu akan terlihat pada beberapa indikator sebagai berikut:

1. Berdasarkan definisi nilai sebuah cara bertingkah laku serta tujuan akhir tertentu, indikator pertama merupakan paparan

- mengenai keinginan, prinsip hidup, serta tujuan hidup individu.
2. Indikator selanjutnya ialah tingkah laku subjek pada kehidupannya sehari-hari. Nilai dapat dilihat dari bagaimana individu bertingkah laku, memberi arah pada tingkah laku serta memberi acuan guna memilah tingkah laku yang diinginkan. Jadi, tingkah laku individu menggambarkan nilai yang dianutnya. Berdasarkan tingkah laku bisa diamati sesuatu hal yang menjadi kebutuhan utamanya, sesuatu hal lebih diinginkan oleh individu, apa yang akan dituju oleh orang tersebut. Dari semua itu akan tergambar nilai yang dianut oleh orang tersebut.
 3. Fungsi nilai ialah memotivasi tingkah laku. Seberapa jauh individu memiliki usaha guna mendapatkan apa yang diinginkan serta intensitas emosional yang atribusikan mengenai upayanya itu, bisa menjadikan tolak ukur mengenai kekuatan nilai yang dianutnya. Berbagai kegiatan, tingkah laku, usaha, emosi, motivasi yang ditujukan untuk mencapai keinginan seseorang menggambarkan fungsi nilai yang dianut.
 4. Fungsi dari nilai ialah ketika menyelesaikan persoalan atau masalah yang sedang dihadapi dan kemampuan menetapkan keputusan. Dalam situasi di mana individu harus menentukan keputusan terhadap kondisi konflik yang sedang terjadi, maka dari usaha itu nilai yang dominan akan teraktivasi, teramati, dan bisa diukur. Jadi, berbagai keputusan yang diambil oleh seseorang dalam menghadapi situasi konflik yang sedang dihadapi bisa digunakan indikator mengenai nilai yang dianutnya. Semakin baik keputusan yang diambil dalam menghadapi konflik atau masalah, semakin baik nilai yang dianut orang tersebut.
 5. Fungsi lain dari nilai ialah membantu seseorang ketika mengambil ketentuan tertentu pada sebuah topik sosial tertentu serta menilainya. Ketika individu berada dalam sebuah realitas sosial yang sedang dihadapi, maka orang tersebut akan mengambil posisi yang paling tepat menurut dia. Jadi,

bagaimana pendapat individu mengenai sebuah topik tertentu serta bagaimana dia melakukan penilaian terhadap topik tersebut, bisa mendeskripsikan nilai yang dianutnya.

G. Pengembangan Instrumen Konsep Diri

Dalam pengembangan instrumen konsep diri terlebih dahulu akan diuraikan tentang definisi operasional konsep diri, yaitu sudut pandang seseorang mengenai dirinya sendiri berbentuk pengetahuan diri, pengharapan diri, serta evaluasi diri yang mencakup fisik, etika moral, personal, keluarga, sosial, serta kritik. Bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri, akan memberikan pengaruh terhadap tingkah lakunya. Konsep diri baik ataupun konsep diri tidak baik juga akan menentukan bagaimana seseorang melakukan interaksi sosial dengan cara khas terhadap orang lain maupun kondisi dan membuktikan kualitas perilakunya.

Sumber terciptanya konsep diri terdiri atas 3 hal, yakni:

1. Proses interaksi antara seseorang dengan lingkungan sosialnya terhadap dirinya;
2. Sesuatu yang menjadi milik pribadi individu tersebut yang sifatnya fisik ataupun psikologis; serta
3. Upaya diri guna mempertahankan serta meningkatkan dirinya.

Ketiga faktor tersebut bisa memiliki pengaruh terhadap perkembangan konsep diri individu, baik dengan cara sendiri maupun bisa terjadi pada bentuk penggabungan sehingga bisa menumbuhkan konsep diri orang itu.

Sesuai berbagai teori serta pendapat di atas, bisa diambil kesimpulan bahwa konsep diri pada penelitian ialah deskripsi atau pandangan diri seorang mahasiswa mengenai dirinya sendiri, yang berhubungan dengan kegiatan belajarnya dalam perkuliahan.

Konsep diri ini dapat diukur dari dua indikator, yang pertama adalah dimensi internal dengan sub-indikator: (1) diri identitas; (2)

diri perilaku; (3) diri penerimaan serta penilai. Dan, indikator yang kedua adalah dimensi eksternal, dengan sub-indikator: (1) diri fisik; (2) diri etika-moral; (3) diri pribadi; (4) diri keluarga; dan (5) diri sosial.