

## BAB II

### KONSEP DIRI PADA SISWA KELAS XI

#### A. Pengertian Konsep Diri

Menurut Burns (Metcalf, 1981, dalam Pudjijoyanti, 1993) konsep diri adalah hubungan antara sikap dan keyakinan tentang diri kita sendiri. Sedangkan Cawagas (1983, dalam Pudjijoyanti, 1993) menjelaskan bahwa konsep diri mencakup seluruh pandangan individu akan dimensi fisik, karakteristik pribadi, motivasi, kelemahan, kepandaian, kegagalan, dan lain sebagainya. Menurut Fitts (Rahman, 2009), diri yang dilihat, dihayati, dan dialami ini disebut sebagai konsep diri. Jadi konsep diri merupakan sikap dan pandangan individu terhadap seluruh keadaan dirinya. Konsep diri terbentuk atas dua komponen, yaitu komponen kognitif dan komponen afektif. Komponen kognitif merupakan pengetahuan individu tentang keadaan dirinya. Komponen kognitif merupakan penjelasan dari “siapa saya” yang akan memberi gambaran tentang dirinya. Komponen afektif merupakan penilaian individu terhadap diri. Penilaian tersebut akan membentuk penerimaan terhadap diri (*self-acceptance*), serta harga diri (*self-esteem*) individu. Dapat disimpulkan bahwa komponen kognitif merupakan data yang bersifat objektif, sedangkan komponen afektif merupakan data yang bersifat subjektif (Pudjijoyanti, 1993). Konsep diri adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri; penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang

bersangkutan (Chaplin, 2000). Hurlock (1990, dalam Hutagalung, 2007)) mengemukakan bahwa konsep diri dapat dibagi menjadi dua, yaitu (1) konsep diri sebenarnya, merupakan konsep seseorang tentang dirinya yang sebagian besar ditentukan oleh peran dan hubungan dengan orang lain serta persepsinya tentang penilaian orang lain terhadap dirinya. (2) konsep diri ideal, merupakan gambaran seseorang mengenai keterampilan dan kepribadian yang didambakannya.

## **B. Struktur Konsep Diri**

Secara hirarkis, konsep diri terdiri dari tiga peringkat; pada peringkat pertama, kita temukan konsep diri global (menyeluruh). Konsep diri global merupakan cara individu memahami keseluruhan dirinya. Menurut William James (Burns, 1982, dalam Pudjijoyanti, 1993), konsep diri global merupakan suatu arus kesadaran dari seluruh keunikan individu. Dalam arus kesadaran itu ada “*The I*”, yaitu “aku subjek” dan “*The Me*” yaitu “aku objek”. Kedua “aku” ini merupakan kesatuan yang tidak dapat dibedakan atau dipisahkan. Aku objek ada karena proses menjadi tahu (*knowing*), dan proses ini bisa terjadi karena manusia mampu merefleksi dirinya sendiri. Dengan kata lain, kedua aku itu hanya dapat dibedakan secara konseptual, tetapi tetap merupakan satu kesatuan secara psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa kita tidak hanya dapat menilai orang lain, tetapi juga dapat menilai diri kita sendiri. Diri kita bukan hanya sebagai penanggap, tetapi juga sebagai perangsang, jadi diri kita bisa menjadi subjek dan objek sekaligus.

Menurut Pudjijogyanti (1993) cara menanggapi diri sendiri secara keseluruhan dapat dibagi dalam tiga hal, yaitu :

1. Konsep diri yang disadari, yaitu pandangan individu akan kemampuan, status, dan perannya.
2. Aku sosial atau aku menurut orang lain, yaitu pandangan individu tentang bagaimana orang lain memandang atau menilai dirinya.
3. Aku ideal, yaitu harapan individu tentang dirinya, atau akan menjadi apa dirinya kelak, jadi aku ideal merupakan aspirasi setiap individu.

Dibawah konsep diri global kita dapatkan konsep diri mayor dan konsep diri spesifik. Konsep diri mayor merupakan cara individu memahami aspek sosial, fisik, dan akademis dirinya. Sedangkan konsep diri spesifik merupakan cara individu dalam memahami dirinya terhadap setiap jenis kegiatan dalam aspek akademis, sosial, maupun fisik.

### **C. Aspek-Aspek Konsep Diri**

Berzonsky (1981, dalam Maria, 2007) 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, dan sebagainya.
2. Aspek sosial ( *social self*) meliputi 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.

Sementara itu melengkapi pendapat di atas, Fitts (dalam Burns, 1979, dalam Maria, 2007) mengajukan aspek-aspek konsep diri, yaitu:

- a. Diri fisik (*physical self*). Aspek ini menggambarkan bagaimana individu memandang kondisi kesehatan, badan, dan penampilan fisiknya.
- b. Diri moral & etik (*morality & ethical self*). Aspek ini menggambarkan bagaimana individu memandang nilai-nilai moral-etik yang dimilikinya. Meliputi sifat-sifat baik atau sifat-sifat jelek yang dimiliki dan penilaian dalam hubungannya dengan Tuhan.
- c. Diri sosial (*social self*). Aspek ini mencerminkan sejauhmana perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosial dengan orang lain.
- d. Diri pribadi (*personal self*). Aspek ini menggambarkan perasaan mampu sebagai seorang pribadi, dan evaluasi terhadap kepribadiannya atau hubungan pribadinya dengan orang lain.
- e. Diri keluarga (*family self*). Aspek ini mencerminkan perasaan berarti dan berharga dalam kapasitasnya sebagai anggota keluarga.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan dalam menjelaskan aspek aspek konsep diri, tampak bahwa pendapat para ahli saling melengkapi meskipun ada sedikit perbedaan, sehingga dapat dikatakan bahwa aspek-aspek konsep diri mencakup diri fisik, diri psikis, diri sosial, diri moral, dan diri keluarga.

#### **D. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Konsep Diri**

Pudjijogyanti (1993) mengemukakan ada beberapa peranan atau faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri, antara lain :

##### **1. Peranan citra fisik**

Tanggapan dari individu lain mengenai keadaan fisik individu yang ia lihat akan didasari oleh adanya dimensi tubuh ideal. Dimensi mengenai bentuk tubuh ideal berbeda antara kebudayaan satu dengan kebudayaan lain dari waktu ke waktu. Tetapi pada umumnya bentuk tubuh ideal laki-laki adalah atletis, berotot, dan kekar, sedangkan bentuk tubuh ideal wanita adalah halus, lemah, dan kecil. Dengan adanya dimensi tubuh ideal sebagai patokan untuk menganggapi keadaan fisik individu lain, maka setiap individu berusaha mencapai patokan ideal tersebut. Setiap individu menganggap bahwa ia akan mendapat tanggapan positif dari individu lain apabila ia berhasil mencapai patokan tubuh ideal. Kegagalan atau keberhasilan mencapai patokan tubuh ideal yang telah ditetapkan masyarakat merupakan keadaan yang sangat mempengaruhi pembentukan citra fisiknya, padahal citra fisik merupakan sumber untuk membentuk konsep diri.

## 2. Peranan jenis kelamin

Adanya perbedaan biologis antara laki-laki dan wanita menentukan pula peran masing-masing jenis kelamin. Perbedaan peran tersebut menyebabkan dunia wanita hanya terbatas pada dunia keluarga, sehingga dikatakan wanita tidak akan mampu mengembangkan diri sepanjang hidupnya. Sementara itu, laki-laki dapat lebih mengembangkan diri secara optimal, karena laki-laki berkecimpung dalam kehidupan di luar rumah (Budiman, 1982, dalam Pudjijogyanti, 1993). Dengan adanya perbedaan peran jenis kelamin, wanita selalu bersikap negatif terhadap dirinya. Wanita juga kurang percaya diri apabila ia diminta menunjukkan seluruh kemampuannya. Wilson dan Wilson (1976, dalam Pudjijogyanti, 1993) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa laki-laki mempunyai sumber konsep diri yang berbeda dengan wanita. Konsep diri laki-laki bersumber pada keberhasilan pekerjaan, persaingan, dan kekuasaan. Konsep diri wanita bersumber pada keberhasilan tujuan pribadi, citra fisik, dan keberhasilan dalam hubungan keluarga. Sejalan dengan penelitian ini Douvan dan Adelson (1996, dalam Pudjijogyanti, 1993) menyimpulkan bahwa konsep diri laki-laki dipengaruhi oleh prestasinya, sedangkan konsep diri wanita oleh daya tarik fisik dan popularitas diri. Dari kedua penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konsep diri laki-laki bersumber pada keberhasilan dalam menunjukkan citra kelaki-lakiannya, yaitu

keagresifan dan kekuatan. Sedangkan konsep diri wanita bersumber pada keberhasilan menunjukkan citra kewanitaannya, yaitu kelembutan.

### 3. Peranan perilaku orang tua

G.H Mead (1934, dalam Pudjijogyanti, 1993) menulis bahwa konsep diri merupakan produk sosial yang dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisiknya dan refleksi dirinya yang diterima dari orang-orang penting di sekitarnya. Lingkungan pertama yang menanggapi perilaku kita adalah lingkungan keluarga, maka dapat dikatakan bahwa keluarga merupakan ajang pertama dalam pembentukan konsep diri anak. Cara orang tua memenuhi kebutuhan fisik anak dan kebutuhan psikologis anak merupakan faktor 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 disekitarnya. Apa yang dipersepsi individu lain mengenai diri individu, tidak terlepas dari struktur, peran, dan status sosial yang disandang individu. Struktur, peran, dan status sosial merupakan gejala yang dihasilkan dari adanya interaksi antara individu dengan kelompok, atau antara kelompok dengan kelompok. Adanya struktur, peran, dan status sosial yang menyertai persepsi individu lain terhadap diri individu merupakan petunjuk bahwa seluruh perilaku individu dipengaruhi oleh faktor sosial. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Kurt Lewin, yaitu perilaku individu merupakan fungsi dari karakteristik individu dan karakteristik lingkungannya.

Menurut Maria (2007) faktor-faktor lain yang mempengaruhi konsep diri adalah :

##### a. Usia

Grinder (1978, dalam Maria 2007) berpendapat bahwa konsep diri pada masa anak-anak akan mengalami peninjauan kembali ketika individu memasuki masa dewasa. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa konsep diri dipengaruhi oleh meningkatnya faktor usia. Pendapat tersebut diperkuat oleh hasil penelitiannya Thompson (dalam Partosuwido, 1992, dalam Maria 2007) yang menunjukkan bahwa nilai konsep diri secara

umum berkembang sesuai dengan semakin bertambahnya tingkat usia.

b. Tingkat Pendidikan

Pengetahuan merupakan bagian dari suatu kajian yang lebih luas dan diyakini sebagai pengalaman yang sangat berarti bagi diri seseorang dalam proses pembentukan konsep dirinya. Pengetahuan dalam diri seorang individu tidak dapat datang begitu saja dan diperlukan suatu proses belajar atau adanya suatu mekanisme pendidikan tertentu untuk mendapatkan pengetahuan yang baik, sehingga kemampuan kognitif seorang individu dapat dengan sendirinya meningkat. Hal tersebut didasarkan pada pendapat Epstein (1973, dalam Maria 2007) bahwa konsep diri adalah sebagai suatu *self theory*, yaitu suatu teori yang berkaitan dengan diri yang tersusun atas dasar pengalaman diri, fungsi, dan kemampuan diri sepanjang hidupnya.

c. Lingkungan

Shavelson & Roger (1982, dalam Maria 2007) berpendapat bahwa konsep diri terbentuk dan berkembang berdasarkan pengalaman dan interpretasi dari lingkungan, terutama dipengaruhi oleh penguatan-penguatan, penilaian orang lain, dan atribut seseorang bagi tingkah lakunya.

### **E. Peranan Konsep Diri dalam Menentukan Perilaku**

Konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan perilaku individu. Bagaimana individu memandang dirinya akan tampak dari seluruh perilaku. Dengan kata lain, perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sebagai orang yang tidak mempunyai cukup kemampuan untuk melakukan suatu tugas, maka seluruh perilakunya akan menunjukkan ketidakmampuannya tersebut. Menurut Pudjijogyanti (1993) ada tiga alasan yang dapat menjelaskan peranan penting konsep diri dalam menentukan perilaku. Pertama, konsep diri mempunyai peranan dalam mempertahankan keselarasan batin. Alasan ini berpangkal dari pendapat bahwa pada dasarnya individu berusaha mempertahankan keselarasan batinnya. Apabila timbul perasaan, pikiran atau persepsi yang tidak seimbang atau saling bertentangan, maka akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan. Untuk menghilangkan ketidakselarasan tersebut, individu akan mengubah perilakunya. Kedua, seluruh sikap dan pandangan individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi individu tersebut dalam menafsirkan pengalamannya. Sebuah kejadian akan ditafsirkan secara berbeda antara individu yang satu dengan lainnya karena masing-masing individu mempunyai sikap dan pandangan yang berbeda terhadap diri mereka. Tafsiran negatif terhadap pengalaman hidup disebabkan oleh pandangan dan sikap negatif terhadap diri sendiri. Sebaliknya, tafsiran positif terhadap pengalaman hidup disebabkan oleh pandangan dan sikap positif terhadap diri sendiri. Ketiga,

konsep diri menentukan pengharapan individu. Menurut beberapa ahli, pengharapan ini merupakan inti dari konsep diri. Seperti yang dikemukakan oleh Mc Candless (1970, dalam Pudjijogyanti, 1993) bahwa konsep diri merupakan seperangkat harapan serta penilaian perilaku yang merujuk kepada harapan-harapan tersebut. Sebagai contoh, siswa yang cemas dalam menghadapi ujian akhir dengan mengatakan “saya sebenarnya anak bodoh, pasti saya tidak akan mendapat nilai baik”, sesungguhnya sudah mencerminkan harapan apa yang akan terjadi dengan hasil ujiannya. Pandangan negatif terhadap dirinya menyebabkan individu mengharapkan tingkat keberhasilan yang akan dicapai hanya pada taraf yang rendah.

#### **F. Konsep Diri Negatif**

Ada dua jenis konsep diri negatif, yang pertama, pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, dia tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri, dia benar-benar tidak tahu siapa dia, apa kekuatan dan kelemahannya, atau apa yang dia hargai dalam hidupnya. Kondisi ini umum dan normal di antara para remaja. Tipe kedua dari konsep diri negatif hampir merupakan lawan dari yang pertama. Di sini konsep diri itu terlalu stabil dan terlalu teratur, dengan kata lain – kaku. Mungkin karena dididik dengan sangat keras, individu tersebut menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum besi yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat. Pada kedua tipe konsep diri negatif, informasi baru tentang diri

hampir pasti menjadi penyebab kecemasan, rasa ancaman terhadap diri (Calhoun,1990).

William D. Brooks dan Philip Emmert (dalam Rakhmat, 2005) mengungkapkan ada empat tanda orang yang memiliki konsep diri negatif, yaitu:

1. Ia peka pada kritik
  2. Responsif sekali terhadap pujian
  3. Merasa tidak disenangi orang lain
  4. Bersikap pesimis terhadap kompetisi
- Konsep diri yang negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan sendiri. Orang yang tidak menyenangi dirinya merasa bahwa dirinya tidak akan mampu mengatasi persoalan. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Ia takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Orang yang takut dalam interaksi sosial, akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan akan berbicara apabila terdesak saja. Tentu tidak semua ketakutan komunikasi disebabkan kurangnya percaya diri, tetapi di antara berbagai faktor, percaya diri adalah yang paling menentukan (Rakhmat, 2005).

### **G. Konsep Diri Positif**

Dasar dari konsep diri yang positif bukanlah kebanggaan yang besar tentang diri tetapi lebih berupa penerimaan diri, dan kualitas ini lebih mungkin mengarah pada kerendahan hati dan kedermawaan daripada keangkuhan dan kekeogisan. Orang dengan konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri; karena secara mental mereka dapat menyerap semua informasi ini, tidak satupun dari informasi tersebut yang merupakan ancaman baginya. Konsep diri positif cukup luas untuk menampung seluruh pengalaman mental seseorang, evaluasi tentang dirinya sendiri menjadi positif, dan dapat menerima dirinya sendiri secara apa adanya. Hal ini tidak berarti bahwa mereka tidak pernah kecewa terhadap dirinya sendiri atau bahwa mereka gagal mengenali kesalahannya sebagai suatu kesalahan, mereka merasa tidak perlu meminta maaf untuk eksistensinya, dan dengan menerima dirinya sendiri mereka juga dapat menerima orang lain (Calhoun, 1990).

Menurut Rakhmat (2005) orang yang memiliki konsep diri positif ditandai dengan lima hal, yaitu:

1. Yakin akan kemampuannya mengatasi masalah
2. Merasa setara dengan orang lain
3. Menerima pujian tanpa rasa malu
4. Menyadari, bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat

5. Mampu memperbaiki dirinya karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubahnya.

#### **H. Konsep Diri Remaja**

Menurut Hurlock (1999) pada masa remaja terdapat delapan kondisi yang mempengaruhi konsep diri yang dimilikinya, yaitu :

1. Usia kematangan

Remaja yang matang lebih awal dan diperlakukan hampir seperti orang dewasa akan mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik. Tetapi apabila remaja matang terlambat dan diperlakukan seperti anak-anak akan merasa bernasib kurang baik sehingga kurang bisa menyesuaikan diri.

2. Penampilan diri

Penampilan diri yang berbeda bisa membuat remaja merasa rendah diri. Daya tarik fisik yang dimiliki sangat mempengaruhi dalam pembuatan penilaian tentang ciri kepribadian seorang remaja.

3. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang baik. Ketidapatutan seks membuat remaja sadar dari hal ini memberi akibat buruk pada perilakunya.

#### 4. Nama dan julukan

Remaja peka dan merasa malu bila teman-teman sekelompok menilai namanya buruk atau bila mereka memberi nama dan julukan yang bernada cemoohan.

#### 5. Hubungan keluarga

Seorang remaja yang memiliki hubungan yang dekat dengan salah satu anggota keluarga akan mengidentifikasikan dirinya dengan orang tersebut dan juga ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.

#### 6. Teman-teman sebaya

Teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian remaja dalam dua cara. Pertama, konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep teman-teman tentang dirinya, dan yang kedua, seorang remaja berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompok.

#### 7. Kreativitas

Remaja yang semasa kanak-kanak didorong untuk kreatif dalam bermain dan dalam tugas-tugas akademis, mengembangkan perasaan individualistis dan identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep dirinya. Sebaliknya, remaja yang sejak awal masa kanak-kanak didorong untuk mengikuti pola yang sudah diakui akan kurang mempunyai perasaan identitas dan individualistis.

## 8. Cita-cita

Bila seorang remaja tidak memiliki cita-cita yang realistis, maka akan mengalami kegagalan. Hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan reaksi-reaksi bertahan dimana remaja tersebut akan menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Remaja yang realistis pada kemampuannya akan lebih banyak mengalami keberhasilan daripada kegagalan. Hal ini akan menimbulkan kepercayaan diri dan kepuasan diri yang lebih besar yang memberikan konsep diri yang lebih baik.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa konsep diri pada remaja dipengaruhi oleh usia, kematangan, penampilan diri, kepatutan seks, nama dan julukan, hubungan keluarga, teman sebaya, kreativitas, serta cita-cita.

