

BAB II

LANDASAN TEORI

A. REMAJA

1. Pengertian remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescintia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh untuk mencapai kematangan. Pengertian *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Masa remaja, menurut Mappiare, 1982 (dalam Ali & dkk) remaja yang berumur antara 12 tahun sampai 21 tahun adalah wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun adalah pria. Dalam rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu usia 12-13 tahun samapai dengan 17-18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17-18 tahun sampai dengan 21-22 tahun adalah remaja akhir. Sehingga individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya (Hurlock, 1980).

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak lagi merasa bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama dalam masalah hak. Integritas dalam masyarakat dewasa mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integritas dalam

hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Secara umum, *adoliscene* dimulai saat individu mencapai kematangan seksual dan berakhir saat individu mendapatkan kemandirian diri otoritas legal orang dewasa. Dengan demikian, secara umum dapat dikatakan bahwa batasan umur bagi seorang remaja berkisar antara 13-18 tahun untuk remaja wanita dan 14-18 tahun untuk remaja pria. Bila ditinjau dari segi biologis, yang dimaksud remaja adalah mereka yang berusia 12-21 tahun, (Hurlock, 1980). Masa remaja awal dan akhir dibedakan oleh Hurlock karena pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa remaja adalah masa yang merupakan suatu tahap dalam perkembangan manusia yaitu Dimana masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Sehingga disebut sebagai remaja secara individual yang mengalami perubahan yang besar baik fisik, psikologis, maupun sosial.

2. Ciri-ciri Masa Remaja

Menurut Hurlock (1980) mengatakan masa remaja adalah masa dimana individu mengalami krisis identitas diri yang dicari remaja merupakan usaha untuk menjelaskan siapa dirinya apa peranannya dalam masyarakat.

Hurlock (1980) mengemukakan bahwa ciri-ciri remaja yaitu :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Walaupun semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun masing-masing periode berbeda kepentingannya. Ada beberapa periode yang lebih penting daripada periode yang lainnya, karena akibatnya ada yang langsung

terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi periode yang penting karena akibat-akibat jangka panjang, sama-sama periode yang penting dan harus diperhatikan dengan baik. Misalnya ada periode yang penting akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis, namun pada periode remaja kedua-keduanya sama-sama penting.

b. Masa Remaja sebagai periode peralihan.

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan akan datang. Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, anak-anak harus “meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan” dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan.

Namun perlu disadari bahwa apa yang telah terjadi akan meninggalkan bekasnya dan akan mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru. Seperti dijelaskan oleh Osterrieth, 118 (dalam Hurlock, 1996), “*Struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri umumnya yang dianggap sebagai ciri khas masa remaja, sebenarnya sudah ada pada akhir masa kanak-kanak.*” Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu dan mengakibatkan diadakannya penilaian kembali penyesuaian nilai-nilai yang telah bergeser.

Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti

anak-anak, ia akan diajari untuk “bertindak sesuai umurnya.” Kalau remaja berusaha berperilaku seperti orang dewasa, ia seringkali dianggap terlalu tua untuk umurnya, dan akan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Dilain pihak, status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup baru yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

c. Masa Remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

Ada empat perubahan yang sama yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Karena perubahan emosi biasanya terjadi lebih cepat selamanya masa awal remaja, maka meningginya emosi lebih menonjol pada awal periode akhir masa remaja.

Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk diperankan, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja muda, masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan dibandingkan masalah yang dihadapi sebelumnya. Remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikannya menurut kepuasannya.

Ketiga, dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah. Apa yang pada masa kanak-kanak dianggap penting, sekarang setelah

dewasa tidak penting lagi. Misalnya, sebagian besar remaja tidak lagi menganggap bahwa banyaknya teman merupakan petunjuk popularitas yang lebih penting daripada sifat-sifat yang dikagumi dan dihargai oleh teman sebaya. Sekarang mereka mengerti bahwa kualitas lebih penting dari pada kuantitas.

Keempat, sebagian besar remaja bersikap ambifalen terhadap tiap perubahan. Mereka menginginkan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut.

d. Masa Remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi, baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

Karena ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara sasyang mereka yakini, banyak remaja yang menemukan bahwa akhirnya penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka sendiri. Seperti yang dijelaskan oleh Anna Freud, “Banyak kegagalan disertai oleh akibat yang teragis, bukan karena ketidakmampuan individu tetapi karena kenyataan bahwa tuntutan yang diajukan kepadanya justru pada saat semua tenaganya telah dihabiskan untuk mencoba mengatasi masalah pokok yang disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan seksual yang normal”.

e. Masa Remaja sebagai masa mencari identitas

Sepanjang usia kelompok pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standart kelompok adalah jauh lebih penting bagi anak yang lebih besar dari pada individualitas. Seperti halnya dalam hal pakaian, berbicara dan perilaku anak yang lebih besar, ingin lebih cepat seperti teman-teman satu kelompoknya. Setiap penyimpangan dari standar kelompok dapat mengancam keanggotaannya dalam kelompok.

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok tetap penting bagi anak laki-laki maupun perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya.

Tetapi status remaja ini, menyebabkan “krisis identitas” atau masalah identitas ego pada remaja. Seperti yang dijelaskan oleh Erikson, “ identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat. Apakah ia seorang anak atau seorang dewasa? Apakah nantinya ia dapat menjadi suami atau ayah?. Apakah ia mampu percaya diri sekalipun latar belakang ras atau agama atau nasionalnya membuat beberapa orang merendahnya? Secara keseluruhan, apakah ia akan berhasil atau gagal?”

Salah satu cara untuk mencoba mengangkat diri sendiri sebagai individu adalah dengan menggunakan simbol status dalam bentuk mobil, pakaian dan pemilikan barang-barang lain yang mudah terlihat. Dengan cara ini remaja mencari perhatian pada diri sendiri dan agar dipandang sebagai individu, sementara pada saat yang sama ia mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya.

f. Masa Remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Seperti yang dikatakan oleh Majeres, (dalam Hurlock, 1980), “banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, dan sayangnya, banyak diantaranya yang bersifat negatif.” Anggapan stereotif budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda.

g. Masa Remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan mereka melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagai mana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya baginya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-citanya semakin ia menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

Dengan bertambahnya pengalaman pribadi dan pengalaman sosial, dan dengan meningkatnya kemampuan untuk berfikir rasional, remaja yang lebih besar memandang diri sendiri, keluarga, teman-teman dan kehidupan pada umumnya secara realistik. Dengan demikian, remaja tidak terlampau banyak mengalami kekecewaan seperti ketika masih lebih muda.

Menjelang berakhirnya masa remaja, pada umumnya baik anak laki-laki maupun perempuan sering terganggu oleh idealisme yang berlebihan bahwa mereka segera harus melepaskan kehidupan mereka yang bebas bila telah

mencapai status orang dewasa. Bila telah mencapai usia dewasa ia merasa bahwa periode-periode remaja lebih bahagia dari periode-periode masa dewasa, bersama dengan tuntutan dan tanggung jawabnya terdapat kecenderungan untuk merasa bahwa masa bebas yang penuh bahagia telah hilang selamanya.

h. Masa Remaja sebagai ambang masa dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat perbuatan seks. Kebanyakan dari mereka beranggapan perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

3. Aspek-aspek Perkembangan Remaja

Menurut Hurlock (1980) ada beberapa aspek yang meliputi perkembangan pada remaja. Aspek-aspek tersebut adalah:

a. Fisik

Perubahan fisik pada masa remaja belum sempurna. Terdapat penurunan dalam laju pertumbuhan dan perkembangan internal meliputi tinggi badan, berat badan, proporsi tubuh, organ seks dan ciri-ciri sekunder. Perkembangan eksternal meliputi sistem pencernaan, sistem peredaran darah, sistem pernafasan, sistem endokrin dan jaringan tubuh.

b. Emosi

Masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Tidak semua remaja mengalami ketidak stabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

Pola emosi masa remaja sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka. Seseorang remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila reaksi emosional mereka stabil, tidak berubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana yang lain, seperti dalam periode sebelumnya. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional.

c. Sosial

Salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan menyesuaikan diri dengan orang dewasa diluar lingkungan keluarga dan sekolah. Untuk mencapai tujuan daripada sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.

Remaja lebih banyak berada diluar rumah bersama teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapatlah dimengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku lebih besar daripada pengaruh keluarga. Namun dari semua perubahan yang terjadi dalam sikap dan perilaku sosial, yang paling menonjol terjadi dari bagian hubungan heteroseksual.

d. Moral

Perubahan pokok dalam moralitas selama remaja terdiri dari mengganti konsep-konsep moral khusus dengan konsep-konsep moral tentang benar dan salah yang bersifat umum, membangun kode moral berdasarkan pada prinsip-prinsip moral individual dan mengendalikan perilaku melalui perkembangan hati nurani.

Menurut Mitchell (dalam Hurlock, 1980) meringkaskan perubahan dasar dalam moral yang harus dilakukan oleh remaja. Perubahan fundamental dan moralitas selama masa remaja adalah:

1. Pandangan moral individu semakin lama menjadi lebih abstrak dan kurang konkret.
2. Keyakinan moral lebih terpusat pada apa yang benar dan kurang pada apa yang salah. Keadilan muncul sebagai kekuatan moral yang dominan.
3. Penilaian moral menjadi semakin kognitif. Ini mendorong remaja lebih berani menganalisis kode sosial dan kode pribadi dari pada masa kanak-kanak dan berani mengambil keputusan terhadap berbagai masalah moral yang dihadapinya.
4. Penilaian moral menjadi kurang egosentri.

5. Penilaian moral secara psikologis menjadi lebih mahal dalam arti bahwa penilaian moral merupakan bahan emosi dan menimbulkan ketegangan psikologis.

e. Kepribadian

Pada masa remaja mereka mulai menyadari akan peran kepribadian dalam hubungan sosial dan oleh karenanya sosial dan oleh karenanya terdorong untuk memperbaiki keperibadian mereka. Perubahan ini diharapkan dapat meningkatkan status mereka didalam kelompok sosia. Banyak remaja menggunakan standar kelompok sebagai dasar konsep mereka mengenai kepribadian “ideal” terhadap mana mereka menilai sendiri. Tidak banyak yang merasa dapat mencapai gambaran yang ideal ini dan mereka yang tidak berhasil ingin merubah kepribadian mereka.

Banyak kondisi dalam kehidupan remaja yang turut membentuk pola kepribadian melalui pengaruhnya pada konsep diri. Beberapa diantaranya sama dengan kondisi pada masa kanak-kanak, tetapi banyak yang merupakan akibat dari perubahan-perubahan fisik psikologis yang terjadi selama masa remaja.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perkembangan remaja meliputi aspek fisik, em osi, sosial, moral dan kepribadian.

4. Remaja dengan Orangtua Tunggal

Pandangan mengenai *adolescence* juga di ungkapkan oleh Piaget (dalam Hurlock, 1980) dengan mengatakan: Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam

tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber.

Menurut Perlmutter & Hall, 1985 (dalam Andyryany, L. 2014), menyatakan bahwa yang dimaksud orangtua tunggal adalah orangtua yang secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan atau tanggung jawab pasangannya.

Menurut Gunawan (2006) orang tua tunggal (*single parent*) adalah orang yang melakukan tugas sebagai orang tua (ayah atau ibu) seorang diri, karena kehilangan/terpisah dari pasangannya.

Menjadi orang tua tunggal (*single parent*) disebut oleh Ellison, 2003 (dalam Badzlina, 2015) sebagai situasi yang khusus sekaligus ekstrim dan menantang bagi orang tua tunggal (*single parent*) dikarenakan individu harus melewati masa-masa yang penuh stress, ketakutan dan rasa bersalah dari kejadian traumatis yang dialaminya kemudian harus dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan baru serta tanggung jawab yang besar terhadap keluarga.

Hurlock, 1980 (dalam Tipapatirany, 2012) juga mengatakan alasan lain yang mampu dijabarkan terkait dengan pilihan menjadi orangtua tunggal sdsish karena adanya kematian dari salah satu pasangan, yang kemudian mengharuskan pasangan yang ditinggal sendiri untuk dapat memelihara anak-anaknya. Keluarga yang hanya memiliki salah satu orangtua akibat kematian ataupun perpisahan disebut keluarga dengan orangtua tunggal. Keluarga dengan orangtua tunggal merupakan contoh dari ketidakidealan sebuah tatanan rumah tangga. Jika biasa

beban rumah tangga ditanggung bersama kini hal tersebut harus ditanggung sendiri oleh orangtua tunggal khususnya dalam hal membesarkan anak dan memenuhi kebutuhan keluarga.

Biasanya remaja yang memiliki orangtua tunggal (Bapak atau Ibu) mengalami rasa sedih yang berkepanjangan dan belum siap menghadapi rasa kehilangan akan terpukul sehingga kemungkinan terjadinya perubahan tingkah laku. Dimana remaja mungkin menjadi pemarah, pembangkang, suka melamun, mudah tersinggung, suka menyendiri dan sebagainya. Untuk itu orangtua sebaiknya harus lebih berhati-hati agar remaja tersebut tidak melewati batas normal yang bisa membuat remaja kehilangan kontrol pada dirinya sehingga tak mampu lagi untuk berpikir sehat, hal ini didukung oleh Balson, 1993 (dalam Andyryany, L. 2014)

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa orang tua tunggal (*single parent*) adalah orang yang melakukan tugas sebagai orang tua (ayah atau ibu) seorang diri karena kehilangan/terpisah dengan pasangannya. Dimana salah satunya (ayah atau ibu) berperan sebagai tulang punggung keluarga, dimana tanggung jawab atas finansial, emosional maupun masa depan keluarga dipegang sepenuhnya oleh individu tersebut.

B. KEPRIBADIAN TANGGUH

1. Pengertian kepribadian tangguh (*Hardiness Personality*)

Kepribadian tangguh adalah karakteristik kepribadian yang mempunyai fungsi sebagai pertahanan pada saat individu menemui suatu kejadian yang menimbulkan stress (Kobasa, dkk., 1982). Defenisi yang sama diungkapkan oleh

Hadjam (1994) menyatakan bahwa kepribadian tangguh adalah kekuatan yang dimiliki individu sebagai pertahanan terhadap stress, kecemasan dan depresi. Ditambahkan bahwa kepribadian tangguh berkaitan dengan toleransi dan penerimaan pada orang lain, menghadapi stress secara efektif, pengelolaan perasaan secara baik, stabilitas sikap, kepercayaan diri dan merasa nyaman dengan dirinya sendiri.

Individu dengan kepribadian tangguh menyukai kerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, membuat suatu keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai suatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna. Individu yang tangguh sangat antusias menyongsong masa depan karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai suatu tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan. Kobasa (1979) menyatakan bahwa tipe kepribadian tangguh ini menunjukkan adanya komitmen, control dan tantangan. Secara teoritis gabungan dari ketiga aspek ini merupakan unidimensional dan merupakan satu faktor.

Secara teoritis, menurut Maddi dan Kobasa (Bissonnette, 1998), kepribadian tangguh (*hardiness*) berkembang pada masa kanak-kanak secara cepat dan muncul sebagai akibat dari perubahan dan merupakan pengalaman-pengalaman hidup. Dampak-dampak kepribadian tangguh pada kesehatan mental adalah menengahi penilaian kognitif individu pada suatu yang penuh stress dengan strategi penanganannya. Secara spesifik, menurut Tartasky kepribadian tangguh merubah dua komponen penilaian yaitu

mengurangi pada ancaman dan meningkatkan harapan bahwa upaya-upaya penanganan akan berhasil (Bissonnette, 1998).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kepribadian tangguh adalah karakteristik kepribadian yang mempunyai daya tahan terhadap kejadian-kejadian yang menimbulkan stress. Individu yang tangguh cenderung memiliki peyesuaian diri yang adaptif dan positif.

2. Ciri-ciri Kepribadian Tangguh

Menurut Conger, 1997 (dalam Faturochman 1990), Kepribadian tangguh memiliki ciri-ciri yaitu :

1. *Positive self value*, misalnya optimis, yakin dengan diri sendiri, penerimaan diri, dan memiliki konsep diri yang positif.
2. *Acceptance of authority*, antara lain diwujudkan dengan memenuhi keinginan orangtua dan orang lain yang dihormati dan berkeinginan menyenangkan hati mereka.
3. *Positive interpersonal relationship*, yaitu berminat dalam berhubungan dengan orang lain dan responsif terhadap perasaan orang lain.
4. Spontan dalam bertindak, tidak mengalami konflik antara keinginan untuk mandiri dan tuntutan dari lingkungan.
5. Berorientasi akademik, rajin menambah pengetahuan, dan disiplin dalam mengatur waktu.
6. Berorientasi pada tujuan yang realistis, mampu menunda kepuasan yang sifatnya sementara demi mencapai kepuasan yang lebih besar di kemudian hari.
7. Mampu mengontrol dan memanfaatkan kecemasan hidupnya ke arah pekerjaan yang produktif.

Menurut Gardner, 1999 (dalam Morina 2013), mengemukakan ciri-ciri orang yang memiliki kepribadian tangguh (hardiness) yaitu:

a. Sakit dan senang adalah bagian hidup

Orang yang memiliki kepribadian tangguh menganggap setiap kejadian yang buruk dan baik adalah sebagian dari hidup dan mereka mampu menikmatinya karena mereka ingin selalu menjadi berguna dalam setiap keadaan.

b. Keseimbangan

Orang yang memiliki kepribadian tangguh, memiliki keseimbangan emosional, spritual, fisik, hubungan antara interpersonal. Bila mereka dihadapkan dengan situasi yang buruk mereka memiliki solusi yang kreatif untuk keluar dari situasi tersebut.

c. Perspektif (pandangan)

Orang yang memiliki kepribadian tangguh, memiliki pandangan hidup yang luas dalam melihat sesuatu.

d. *Self-knowledge*

Orang yang memiliki kepribadian akan memiliki kesadaran diri yang tinggi dengan mengetahui kelebihan dan kekurangannya serta mereka juga dapat menerima diri mereka apa adanya.

e. Dukungan

Mereka mampu mengembangkan hubungan yang sehat dalam suatu kelompok.

f. Punya daya pikir yang tinggi

Orang yang memiliki kepribadian tangguh mempunyai pemikiran yang kreatif dan inovatif yaitu memiliki pemecahan masalah sendiri.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepribadian Tangguh (*Hardiness Personality*)

Menurut Freud (dalam Hidayat, 2007), mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepribadian tangguh dalam diri individu adalah :

1. Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup menunjukkan bahwa perjalanan hidup seseorang selalu diiringi oleh rangkaian kekecewaan akibat perpisahan dari kehilangan orang atau objek yang paling dicintai. Dimulai dari masa kanak-kanak, sang bayi sudah ditimpa kekecewaan yang akibat dipisah dari susuan sang ibu. Kekecewaan itu disusul oleh kekecewaan yang lain dan yang paling tragis adalah ketika ditinggal mati oleh orang terdekat. Namun demikian, justru dengan pengalaman pahit tersebut pribadi seseorang bisa tumbuh menjadi kuat (Hidayat, 2007).

2. Konsep Diri dan Karakter Individu

Menurut Sumarna, (2014) menyatakan bahwa Kepribadian manusia sangat dipengaruhi oleh tatanan dan kaidah-kaidah nilai rumit yang secara bertahap terbentuk dari mulai masih kecil. Namun jika diamati, secara garis besarnya, perpaduan antara konsep diri dan karakter individu lah yang membentuk sebuah pola kepribadian yang merupakan bagian dari kepribadian tangguh. Dimana kepribadian tangguh adalah sebuah pola kepribadian yang merupakan pertahanan dalam menghadapi kondisi yang penuh tekanan dan stress. Sehingga individu dengan kepribadian tangguh adalah kepribadian yang

berkualitas yang selalu ingin meningkatkan prestasi lebih baik dari yang telah dicapainya, mempunyai daya tahan mental untuk mengatasi semua persoalan kehidupan, dan mampu untuk mencari jalan penyelesaian bagi semua persoalan kehidupan dengan cara-cara yang positif.

3. Pola asuh yang Demokratis

Setiawati (dalam Faturochman, 1980) menyatakan bahwa faktor-faktor dalam keluarga yang mendukung terbentuknya kepribadian tangguh di antaranya adalah pola asuh. Dimana pola asuh demokratis mendorong terbentuknya harga diri yang tinggi, mandiri, optimis di dalam menghadapi persoalan, serta membentuk konsep diri yang positif.

4. Tingkat Religiusitas individu

James (dalam Ancok & Suroso, 2005) menyatakan bahwa terapi yang terbaik bagi keresahan jiwa adalah keimanan pada Tuhan. Keimanan kepada Tuhan adalah salah satu kekuatan yang tidak boleh tidak, harus dipenuhi untuk membimbing seseorang dalam hidup ini. Lebih lanjut James mengatakan bahwa manusia yang benar-benar religius akan terlindungi dari keresahan, selalu terjaga keseimbangannya dan selalu siap menghadapi segala malapetaka yang terjadi. Selanjutnya Brill dan Link berpendapat bahwa orang yang benar-benar religius tidak akan pernah menderita sakit jiwa. Orang-orang yang religius adalah orang-orang yang berkepribadian kuat (dalam Ancok & Suroso, 2005).

Dari penjelasan beberapa tokoh di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa ada beberapa faktor terbentuknya kepribadian tangguh dalam diri seseorang

yaitu pengalaman hidup, konsep diri dan karakter individu, pola asuh demokratis, serta tingkat religiusitas individu.

4. Aspek-Aspek Kepribadian Tangguh (*Hardiness Personality*)

Kepribadian tangguh merupakan suatu konstelasi kepribadian yang menguntungkan bagi individu untuk dapat menghadapi tekanan-tekanan dalam kehidupan, individu yang memiliki kepribadian tangguh akan mampu menghadapi perubahan yang terjadi serta lebih mampu dalam menghadapi dalam permasalahan yang menuntut adanya suatu pemecahan masalah, karena individu tersebut mempunyai serangkaian ciri atau sikap yang membuat individu tahan terhadap tekanan karena kepribadian ini memiliki tiga aspek penting, yaitu: komitmen, kontrol dan tantangan.

Dari beberapa studi di temukan bahwa hubungan dari ketiga aspek (komitmen, kontrol, tantangan) bukan merupakan kesatuan dan ketiga aspek tersebut mempunyai hubungan yang relatif lemah (Funk dan Houston, Hull, Treuren dan Virnelli, dalam Sarafino, 1990).

a. Komitmen

Komitmen adalah kecenderungan untuk melibatkan diri ke dalam kegiatan apapun yang dilakukan (Kobasa, dkk. 1982). Individu yang mempunyai komitmen yang kuat akan mudah tertarik dan terlibat secara tulus ke dalam kegiatan apapun yang sedang dikerjakan dan perasaan yang wajar akan menuntunnya untuk mengidentifikasi arti setiap kejadian dan segala sesuatu yang ada dalam lingkungannya. Individu yang komitmennya kuat tidak akan mudah menyerah pada tekanan. Pada saat menghadapi stress individu ini akan melakukan strategi koping yang sesuai dengan nilai-

nilai, tujuan dan kemampuan yang ada dalam dirinya. Sebaliknya, orang yang komitmennya rendah akan mudah merasa bosan atau merasa tidak berarti, menarik diri dari tugas-tugas yang harus dikerjakan, pasif dan lebih suka menghindar dari berbagai aktivitas. Individu yang memiliki komitmen yang rendah akan menilai kejadian yang menimbulkan stress sebagai suatu yang hanya dapat ditahan dan tidak dapat diperbaiki.

b. Kontrol

Kontrol merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi satu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal tidak terduga. Orang-orang yang memiliki kontrol yang kuat akan selalu lebih optimis dalam menghadapi masalah-masalah daripada individu yang kontrolnya rendah.

Powerlessness adalah perasaan pasif dan merasa akan selalu disakiti oleh hal-hal yang tidak dapat dikendalikan dan kurang memiliki inisiatif serta kurang dapat merasakan adanya sumber-sumber dari dalam dirinya, sehingga individu merasa tidak berdaya jika menghadapi hal-hal yang menimbulkan ketegangan (Sarafino, 1997).

c. Tantangan

Tantangan adalah kecendrungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan itu sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan dan memandang hidup sebagai suatu tantangan menyenangkan.

Individu yang mempunyai tantangan yang kuat adalah orang-orang yang dinamis dan memiliki kemampuan dan keinginan untuk maju yang kuat,

menemukan cara yang lebih mudah untuk menghilangkan atau mengurangi keadaan yang menimbulkan rasa tidak aman, serta ancaman. Selain itu individu juga tidak dapat menyambut dengan baik terhadap perubahan dan memandang perubahan sebagai suatu ancaman daripada tantangan, dan selalu menghubungkan dengan penekanan dan penghindaran.

Komitmen, kontrol dan tantangan akan memelihara kesehatan seseorang walaupun berhadapan dengan kejadian-kejadian yang secara umum dianggap sebagai suatu kejadian yang menimbulkan stress. Secara lebih spesifik pentingnya kepribadian tangguh adalah bahwa orang-orang yang memiliki perasaan komitmen, kontrol dan tantangan yang kuat cenderung untuk mereaksi kejadian yang penuh stress dengan cara yang lebih menyenangkan dibandingkan individu yang mempunyai komitmen, kontrol dan tantangan yang rendah (Kobasa dkk, 1982).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepribadian tangguh meliputi komitmen, kontrol dan tantangan. Individu yang tangguh memiliki keyakinan untuk dapat mengendalikan kejadian-kejadian hidup dengan keterlibatannya dalam pekerjaan maupun orang-orang dalam hidupnya (komitmen), kemampuannya (kontrol), serta kecenderungan untuk memandang perubahan sebagai suatu yang positif (tantangan).

C. KONSEP DIRI

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri berasal dari bahasa Inggris yaitu *self concept* yang merupakan suatu konsep mengenai diri individu itu sendiri yang meliputi bagaimana

seseorang memandang, memikirkan dan menilai dirinya sendiri (tindakannya sesuai dengan konsep tentang dirinya).

Gunarsa (1999) menyatakan bahwa konsep diri adalah seperangkat kepercayaan dan perasaan yang mempengaruhi setiap saat, memberi bentuk terhadap persepsi internal dan persepsi terhadap reaksi orang lain dan secara langsung mempengaruhi tingkah laku serta sebagian konsep diri ini berfungsi untuk menopang integrasi kepribadian.

Centi (dalam Andryryani, 2014), mengatakan bahwa konsep diri adalah suatu gagasan tentang diri sendiri dimana terdiri dari bagaimana kita melihat diri sendiri sebagaimana kita harapkan. Burus (dalam Zerry, 2007), mengatakan bahwa konsep diri merupakan hubungan antara sikap, keyakinan, perasaan dan penampilan tentang diri sendiri.

Berzonsky (dalam Andryryani, 2014) mengemukakan bahwa konsep diri adalah gambaran mengenai diri seseorang, baik persepsi terhadap diri nyatanya maupun penilaian berdasarkan harapannya yang merupakan gabungan dari aspek-aspek fisik, psikis sosial dan moral.

Menurut Hurlock (1979) konsep diri merupakan pemahaman atau gambaran seseorang mengenai dirinya yang dapat dilihat dari dua aspek, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis, gambaran fisik diri menurut Hurlock, terjadi dari konsep yang dimiliki individu tentang penampilannya, kesesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuhnya dan dimata orang lain. Sedangkan gambaran psikis diri atau psikologis terdiri dari konsep individu tentang kemampuan dan ketidakmampuannya, harga dirinya dan hubungannya dengan orang lain.

Konsep diri juga didefinisikan sebagai seluruh pandangan individu akan dimensi fisiknya, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahannya, kependaiannya dan kegagalannya (Pudjijogyanti, dalam Andryryani, 2014)

Menurut Rakhmat (2005) mengatakan bahwa konsep diri merupakan persepsi mengenai diri sendiri, baik yang bersifat fisik, sosial maupun psikologis, yang diperoleh melalui pengalaman individu dalam interaksinya dengan orang lain.

Ghufron (dalam burn, 1993) mengungkapkan bahwa konsep diri adalah :

- a. *Ideal self*, yaitu pengetahuan individu tentang bagaimana seharusnya „aku“
- b. *Social self*, yaitu pengertian individu yang berhubungan dengan pikiran mengenai dirinya dalam hubungannya dengan individu lain.
- c. *Real self*, yaitu pengetahuan individu tentang bagaimana „aku“ sebenarnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pandangan dan perasaan individu tentang dirinya dalam berperilaku, baik yang bersifat fisik, sosial dan psikologis yang dapat mempengaruhi individu.

2. Pembentukan konsep diri

Konsep diri tidak dibawa sejak lahir tetapi secara bertahap sedikit demi sedikit timbul sejalan dengan berkembangnya kemampuan persepsi individu. Konsep diri manusia terbentuk melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seseorang dari kecil hingga dewasa. Bayi yang baru lahir tidak memiliki konsep diri karena mereka tidak dapat membedakan antara dirinya dengan lingkungannya. Lingkungan, pengalaman dan pola asuh orang tua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsep diri yang terbentuk. Sikap

asuh respon orang tua dan lingkungan akan menjadi bahan informasi bagi anak untuk menilai siapa dirinya (<http://kesehatan.kompasiana.com>).

Rahmat (2000), menjelaskan bahwa konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif, tapi juga penilaian diri seseorang tentang dirinya. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang ada dirasakan seseorang tentang dirinya sendiri. Adanya proses perkembangan diri menunjukkan bahwa konsep diri seorang tidak langsung dan menetap, tetapi merupakan suatu keadaan yang mempunyai proses pembentukan dan masih dapat berubah.

Menurut Sobur (2003) pada dasarnya konsep diri tersusun atas tahapan-tahapan, yang paling dasar adalah konsep diri primer, dimana konsep ini terbentuk atas dasar pengalamannya terhadap lingkungan terdekatnya, yaitu lingkungan rumahnya sendiri. Pengalaman-pengalaman yang berbeda yang ia terima melalui anggota rumah, dari orang tua, nenek, paman ataupun misalnya saudara-saudara sekandung yang lainnya. Konsep tentang bagaimana dirinya banyak bermula dari perbandingan antara dirinya dengan saudara-saudara yang lainnya. Sedangkan konsep tentang bagaimana perannya, aspirasi-aspirasinya ataupun tanggung jawabnya dalam kehidupan ini, banyak ditentukan atas dasar didikan ataupun tekanan-tekanan yang datang dari orang tuanya. Setelah anak bertambah besar, ia mempunyai hubungan yang lebih luas daripada hanya sekedar hubungan dalam lingkungan keluarganya. Ia mempunyai lebih banyak teman, lebih banyak kenalan dan tentu saja ia mempunyai lebih banyak pengalaman. Akhirnya individu akan memperoleh konsep diri yang baru dan berbeda dari apa yang sudah terbentuk dalam lingkungan rumahnya akan menghasilkan suatu konsep diri sekunder.

Lebih lanjut Sobur (2003) menyatakan konsep diri sekunder terbentuk banyak ditentukan oleh bagaimana konsep diri primernya. Apabila konsep diri primer yang dimiliki seseorang adalah bahwa ia tergolong sebagai orang yang pendiam, penurut, tidak nakal atau tidak suka untuk membuat suatu keributan-keributan, maka ia akan cenderung pulang memilih teman bermain yang sesuai dengan konsep diri yang sudah dimilikinya itu dan teman-teman barunya itulah yang nantinya menunjang terbentuknya konsep diri sekunder.

Pudjijoyanti (1995) menjelaskan bahwa konsep diri terbentuk atas dua komponen yaitu komponen kognitif dan komponen afektif. Komponen kognitif merupakan pengetahuan individu tentang dirinya yang menjelaskan “siapa saya” yang akan memberikan gambaran tentang diri individu. Gambaran diri (*self picture*) tersebut akan membentuk citra diri (*self image*). Komponen afektif merupakan penilaian individu terhadap diri yang akan membentuk penerimaan terhadap diri (*self acceptance*) serta penghargaan diri (*self esteem*). Penghargaan terhadap diri atau yang lebih dikenal dengan *self esteem* ini meliputi penghargaan terhadap diri sebagai manusia yang memiliki tempat dilingkungan sosial. Penghargaan ini akan mempengaruhi dalam berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pembentukan konsep diri tidak dibawa dari sejak lahir, melainkan terbentuk dan berkembang sesuai dengan proses belajar manusia yang diperoleh dari lingkungannya.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Rakhmat (2005) faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah:

a. Orang lain

Menurut Sullivan (dalam Rakhma, 2005) bahwa jika individu diterima orang lain, dihormati dan disenangi karena keasaan dirinya, individu tersebut akan cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya. Sebaliknya jika orang lain selalu meremehkan, mengalah, menolak individu tersebut akan mengenali dirinya sendiri.

b. Kelompok Rujukan

setiap kelompok mempunyai norma-norma tertentu. Ada kelompok secara emosional mengikat individu dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri. Dengan melihat kelompok ini orang akan mengarahkan prilakunya dan menyesuaikan diri dengan ciri-ciri kelompok tersebut.

Menurut Hurlock (dalam Zerry, 2007) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah :

a. Usia Kematangan

Individu matang lebih awal, yang diperlakukan seperti orang dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan individu yang matang terlambat, diperlakukan seperti anak-anak, mengembangkan konsep diri yang kurang menyenangkan.

b. Penampilan Diri

Penampilan yang berbeda membuat individu merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Tiap cacat fisik merupakan hal yang memalukan yang mengakibatkan rendah diri, sebaliknya daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang diri kepribadian dan menambah dukungan sosial.

c. Bentuk Tubuh

Individu yang terlalu gemuk atau terlalu kurus menurut usianya tidak mampu mengikuti teman-temannya yang mengakibatkan rasa rendah diri.

d. Nama dan julukan

individu merasa malu dan peka bila teman-teman sekelompoknya menilai namanya buruk atau bila mereka memberi julukan yang bernada cemoohan.

e. Hubungan Keluarga

seseorang yang mempunyai hubungan yang erat dengan anggota keluarga mengidentifikasikan diri dengan orang lain dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.

f. Jenis Kelamin

Jenis kelamin dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu individu mencapai konsep diri yang baik.

g. Teman Sebaya

Teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian individu dalam dua cara. Pertama, konsep diri individu merupakan cerminan dan anggapan tentang konsep teman sebaya tentang dirinya. Kedua, ia berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompoknya.

h. Kreativitas

Individu yang sejak kanak-kanak didorong agar kreatif dalam melaksanakan tugas-tugas akademik. Akan mengembangkan perasaan individualitas dan identitas yang mempengaruhi konsep dirinya.

i. Cita-cita

Individu yang memiliki cita-cita realistis akan menimbulkan kepercayaan diri yang besar yang memberikan konsep diri yang baik sedangkan individu yang mempunyai cita-cita tidak realistis akan mengalami kegagalan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi pembentuk konsep diri adalah orang lain, kelompok, usia, penampilan, berat tubuh, nama dan julukan, hubungan keluarga, jenis kelamin, teman sebaya, kreativitas dan cita-cita.

4. Ciri-ciri Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Ghufroon, 2010) ada dua ciri-ciri konsep diri, yaitu :

a. Konsep diri positif

Individu yang memiliki konsep diri yang positif mempunyai ciri-ciri :

1. Yakni 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 seluruhnya desetujui oleh masyarakat.

b. Konsep diri negatif

Individu yang memiliki konsep diri yang negatif mempunyai ciri-ciri sebagai berikut :

1. Peka terhadap kritik
2. Responsif sekali terhadap pujian.
3. Hiperkritis.
4. Cenderung merasa tidak disenangi orang lain.

5. Pesimis terhadap kompetisi.

Menurut Hurlock (1978:238), konsep diri yang positif akan berkembang jika seseorang mengembangkan sifat-sifat yang berkaitan dengan „good self esteem“, good self confidence“, dan kemampuan melihat secara realistis. Sifat-sifat ini memungkinkan seseorang untuk berhubungan dengan orang lain secara akurat dan mengarah pada penyesuaian diri yang baik. Seseorang dengan konsep diri yang positif akan terlihat optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu. Ciri-ciri konsep diri yang positif sebagai berikut :

1. Mempunyai penerimaan diri yang baik.
2. Mengenal dirinya sendiri dengan baik.
3. Dapat memahami dan menerima fakta-fakta yang nyata tentang dirinya.
4. Mampu menghargai dirinya sendiri.
5. Mampu menerima dan memberikan pujian secara wajar.
6. Mau memperbaiki diri kearah yang lebih baik.
7. Mampu menempatkan diri di dalam lingkungan.

Konsep diri yang negatif menurut Hurlock (dalam Ghufron, 2010) akan muncul jika seseorang mengembangkan perasaan rendah diri, merasa ragu, kurang pasti serta kurang percaya diri. Seseorang dikatakan mempunyai konsep diri negatif jika ia menyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan tidak memiliki daya terhadap hidup. Ciri-ciri konsep diri yang negatif.

1. Peka terhadap kritik.
2. Responsif terhadap pujian.

3. Hiperkritis, individu selalu mengeluh, mencela dan meremehkan apapun dan siapapun.
4. Cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain.
5. Pesimis terhadap kompetisi (dalam kehidupan).
6. Tidak dapat menerima kekurangan diri.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri konsep diri terbagi dua yaitu positif dan negatif. Dimana konsep diri positif, yakni akan kemampuannya mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu dan menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang seluruhnya disetujui oleh masyarakat. Ciri konsep negatif, peka terhadap kritik, responsif sekali terhadap pujian, hiperkritis, cenderung merasa tidak disenangi orang lain pesimis terhadap kompetisi.

5. Aspek-aspek dalam Konsep Diri

Fitts, Robinson, dan shaver (dalam Andryryani, 2014) menyatakan bahwa untuk mengerti tentang konsep diri seseorang dapat dilihat melalui penilaian individu tersebut terhadap dirinya, yaitu :

1. Aspek diri fisik, yaitu pandangan individu terhadap keadaan fisik, kesehatan, penampilan diri keluar dan gerak motorik.
2. Aspek diri keluarga, yaitu pandangan dan penilaian individu sebagai anggota keluarga serta harga dirinya sebagai anggota keluarga.
3. Aspek diri pribadi, yaitu bagaimana individu menilai dirinya sendiri.
4. Aspek diri moral etik, yaitu bagaimana perasaan individu mengenai hubungan dengan tuhan dan penilaiannya tentang hal-hal yg dianggap baik dan tidak baik.

Berzonsky (dalam Andryryani,2014) menjelaskan lebih lanjut mengenai aspek-aspek konsep diri yang bersifat positif dan negatif, yaitu :

1. Konsep diri fisik, yaitu pandangan, pikiran, perasaan dan pemikiran individu terhadap fisiknya sendiri. Individu tersebut memiliki konsep diri yang positif bila memandang positif penampilannya, kondisi kesehatan kulitnya, ketampanan atau kecantikan serta ukuran tubuh ideal. Individu memiliki konsep diri yang negatif bila memandang secara negatif hal-hal diatas.
2. konsep diri psikis, yaitu pandangan, pikiran, perasaan, dan pemikiran individu terhadap pribadinya sendiri. Seseorang digolongkan memiliki konsep diri positif bila memandang dirinya sebagai individu yang bahagia,optimis, mampu mengontrol diri dan memiliki berbagai kemampuan. Sebaliknya, individu digolongkan sebagai orang yang memiliki konsep diri negatif bila individu memandang dirinya sebagai orang yang tidak bahagia, pesimis, tidak mampu mengontrol diri dan memiliki berbagai macam kekurangan.
3. Konsep diri sosial, yaitu pandangan pikiran, perasaan, dan pemikiran individu terhadap kecenderungan sosial yang ada pada dirinya sendiri. Konsep diri sosial berkaitan dengan kemampuan yang berhubungan dengan dunia luar dirinya, perasaan mampu, dan berharga dalam lingkup interaksi sosial. Sebagai orang yang terbuka pada orang lain, memahami orang lain, merasa mudah akrab dengan orang lain, merasa diperhatikan, menjaga perasaan orang lain. Sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri sosial negatif bila tidak memberi perhatian terhadap orang lain dan tidakaktif dalam kegiatan sosial.
4. Konsep diri moral, yaitu pandangan, pikiran, perasaan, dan pemikiran individu terhadap moralitas diri sendiri. Konsep diri moral berkaitan dengan nilai prinsip

yang memberi arti dan arah bagi kehidupan seseorang. Digolongkan memiliki konsep diri moral positif bila memandang dirinya sebagai orang yang berpegangan teguh pada nilai etik moral, namun sebaliknya, individu digolongkan memiliki konsep diri moral negatif bila memandang dirinya sebagai orang yang menyimpang dari standart nilai moral yang seharusnya diikutinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek pada konsep diri adalah konsep diri fisik, konsep diri psikis, konsep diri sosial dan konsep diri moral.

D. HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KEPERIBADIAN TANGGUH PADA REMAJA YANG MEMILIKI ORANGTUA TUNGGAL

Dalam penjelasan sebelumnya telah dijelaskan bahwa menurut Kobasa (dalam Ananda, 2010) kepribadian tangguh merupakan ketahanan psikologis (*psychological Hardiness*) atau sekumpulan trait individu yang dapat membantu dalam mengelola stres yang di alami. Kobasa menunjukkan bahwa orang yang ketahanannya lebih baik dalam menangani tekanan ataupun stres adalah individu yang memiliki kepribadian tangguh yang mampu menghadapi perubahan yang terjadi serta lebih mampu dalam menghadapi dalam permasalahan yang menuntut adanya suatu pemecahan masalah, karena individu tersebut mempunyai serangkaian ciri atau sikap yang membuat individu tahan terhadap tekanan karena kepribadian ini memiliki tiga aspek penting, yaitu: komitmen, kontrol, dan tantangan.

Sebaliknya, individu yang tidak mampu menghadapi tantangan menganggap bahwa sesuatu itu harus stabil karena individu merasa khawatir

dengan adanya perubahan, dianggap merusak dan menimbulkan rasa tidak aman, serta ancaman. Selain itu, individu yang threatened tidak dapat menyambut dengan baik terhadap perubahan dan memandang perubahan sebagai suatu ancaman daripada suatu tantangan dan selalu menghubungkan dengan penekanan dan penghindaran (Zana dan Olson dalam Strutton, 1995).

Individu dengan kepribadian tangguh menyukai kerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, membuat suatu keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai suatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna. Individu dengan kepribadian tangguh sangat antusias menyongsong masa depan, karena perubahan-perubahan dalam kehidupan di anggap sebagai suatu pandangan dan sangat berguna bagi perkembangan. Menurut Kobasa dan sarafino, 1990 (dalam Ananda, 2010), menyatakan bahwa tipe kepribadian tangguh ini menunjukkan adanya komitmen, kontrol, dan tantangan. Secara teoritis gabungan dari ketiga aspek ini merupakan undimensional dan merupakan faktor dari kepribadian tangguh. Sehingga individu yang memiliki kepribadian tangguh memiliki keyakinan untuk dapat mengendalikan kejadian-kejadian hidup dengan keterlibatannya dalam pekerjaan maupun orang-orang dalam hidupnya (komitmen), kemampuan untuk mengendalikan diri (kontrol), serta kecenderungan untuk memandang perubahan sebagai suatu yang positif (tantangan).

Kepribadian manusia sangat dipengaruhi oleh tatanan dan kaidah-kaidah nilai rumit yang secara bertahap terbentuk dari mulai masih kecil. Namun jika diamati, secara garis besarnya, perpaduan antara konsep diri dan karakter manusia lah yang membentuk sebuah pola kepribadian, dimana kedua komponen tersebut

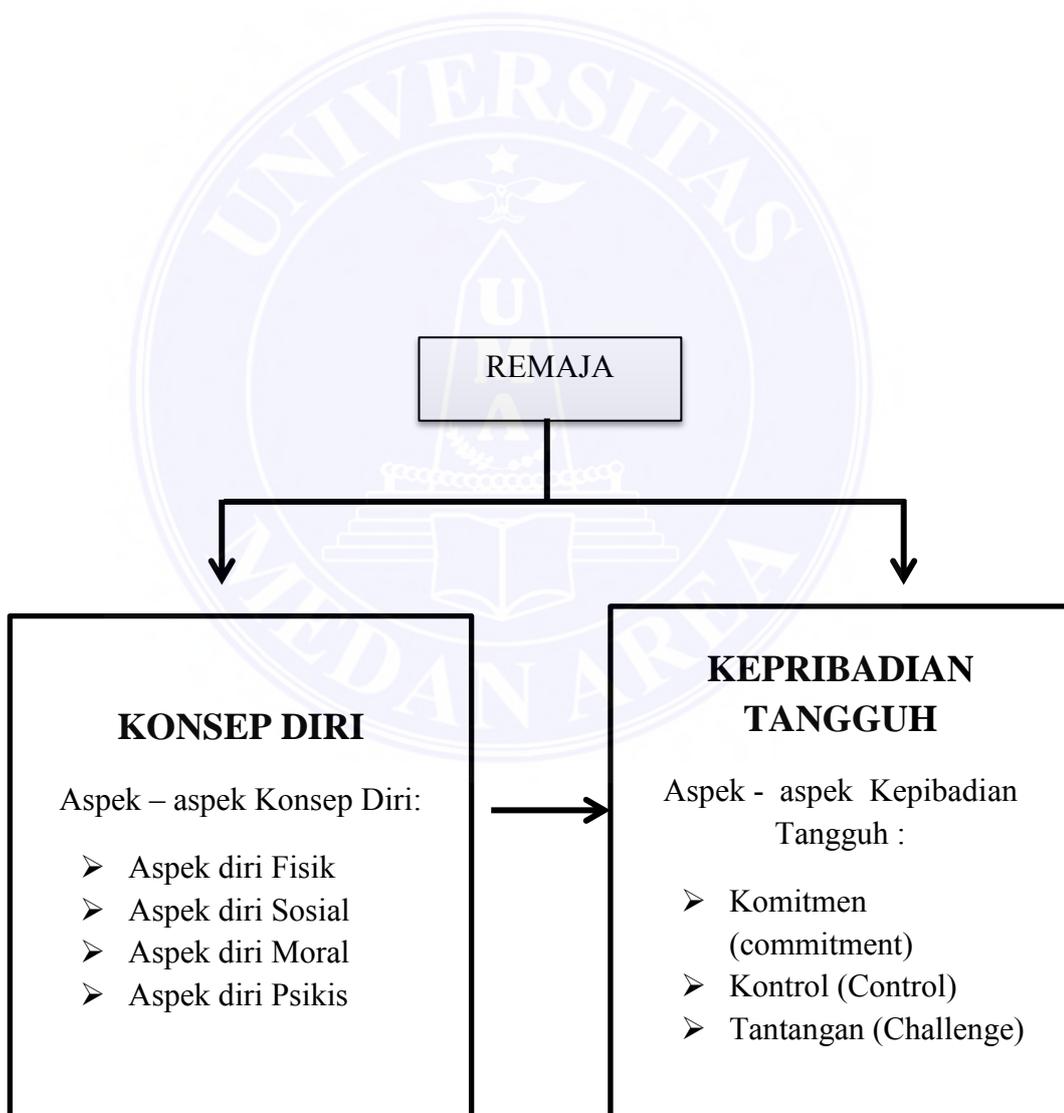
saling mempengaruhi antara satu dengan yang lainnya. Sehingga dalam membentuk pola kepribadian yaitu adanya karakter individu yang bersangkutan.

Dimana karakter merupakan kualitas perilaku yang notabene juga merupakan suatu pola penyesuaian khusus, misalnya reaksi berbeda yang diperlihatkan oleh tiap individu terhadap rasa frustrasi yang dialaminya, cara-cara yang juga berbeda dari tiap individu dalam menghadapi masalah yang menyimpannya, perilaku agresif maupun defensif, dan juga perilaku terbuka atau tertutup di hadapan orang lain (Sumarna, 2014). Konsep diri merupakan keseluruhan pandangan individu akan dimensi fisik, karakteristik kepribadian, motivasi, kelemahan, kepandaian dan kegagalannya. Konsep diri seseorang akan mengupayakan untuk mencapai keinginan yang optimal untuk merealisasikan hidupnya. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa konsep diri juga merupakan kerangka kerja untuk mengorganisasikan pengalaman-pengalaman yang diperoleh seseorang (Pudjijoyanti, 1995). Karakter-karakter tersebut terintegrasi dengan dan dipengaruhi oleh konsep diri. Sehingga konsep diri mempengaruhi karakteristik kepribadian individu, dan terbentuknya kepribadian tangguh merupakan pengaruh dari konsep diri, dimana kepribadian tangguh adalah sebuah karakteristik kepribadian sebagai fungsi pertahanan terhadap stress.

Sehingga semakin tinggi konsep diri seseorang maka semakin kuat kepribadian tangguh seseorang tersebut dalam menjalani hidupnya. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri yang dimiliki seseorang, maka semakin lemah kepribadian tangguh seseorang sehingga dalam menjalani hidupnya orang tersebut akan mudah mengalami stress dan tekanan dari berbagai masalah yang di hadapinya.

E. KERANGKA KONSEPTUAL

Kerangka konseptual adalah bagian teori dari penelitian yang menjelaskan tentang alasan atau argumentasi bagi rumusan hipotesis, akan menggambarkan alur pikir peneliti dan memberikan penjelasan kepada orang lain tentang hipotesis yang diajukan (Arikunto, 2010).



F. HIPOTESIS

Berdasarkan uraian dari teori-teori diatas, maka diajukan hipotesis dalam penelitian ini yaitu “adanya hubungan konsep diri dengan kepribadian tangguh pada remaja yang memiliki orantua tunggal”. Dengan asumsi, semakin positif konsep diri maka semakin tinggi kepribadian tangguh seseorang dalam menjalani hidupnya. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri, maka semakin rendah kepribadian tangguh seseorang.

