

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Komunitas *Instagram* (Insta Medan)

##### 1. Pengertian *Instagram*

*Instagram* adalah sebuah aplikasi berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan *social media* seperti *facebook*, *twitter* dan situs media lainnya termasuk milik *instagram* sendiri (<https://id.wikipedia.org/wiki/Instagram> ). Kata “insta” berasal dari kata “instan” yang berarti *instagram* dapat menampilkan foto-foto secara instan, sedangkan untuk kata “gram” berasal dari kata “telegram” yang cara kerjanya untuk mengirimkan informasi kepada orang lain dengan cepat. Sama halnya dengan *instagram* yang dapat mengunggah foto dengan menggunakan jaringan internet, sehingga informasi yang ingin disampaikan dapat diterima dengan cepat. Oleh karena itulah *instagram* merupakan lakuran dari kata instan dan telegram.

Komunitas Insta Medan *atau biasa* disingkat iMedan merupakan sebuah komunitas *mobile photography* di kota Medan yang menggunakan *instagram* sebagai sarana untuk menampilkan foto-foto secara instan lalu membagikannya ke media sosial. Nama Insta Medan sendiri berasal dari kata “Insta” di ambil dari kata *instagram* dan “Medan” sendiri diambil dari daerah komunitas ini berada, yaitu kota Medan. Komunitas ini terbentuk pada tanggal 28 Februari 2014, dan terbuka untuk semua kalangan pengguna *instagram* yang ingin bergabung.

Kegiatan yang rutin dilakukan komunitas ini adalah *instameet* yaitu istilah yang digunakan pengguna *instagram* untuk acara *hunting* foto, dan mereka juga aktif melakukan diskusi bersama para anggota. (<http://www.ceritamedan.com/2014/05/iMEDAN-Komunitas-Mobile-Photography.html>)

## 2. Karakteristik Pengguna *Instagram*

Dalam situs (<http://androidnewsindo.blogspot.co.id/2013/11/kenali-7-karakteristik-pengguna.html>) disebutkan beberapa karakteristik dari pengguna *instagram*, yaitu:

### a. *Foodie*.

*Foodie* merupakan orang / pengguna *instagram* yang menyukai atau sering sekali mengupload foto makanan dari tempat kuliner yang ia kunjungi dan nikamti.

### b. *Selfie Girl*.

*Selfie Girl* merupakan tipe pengguna *instagram* yang sangat menyukai *upload* foto narsisnya, tentunya pengguna ini menggunakan berbagai pose.

### c. *Latte Artist*.

*Latte Artist* merupakan pengguna *instagram* yang menyukai seni kreatif dan ide cemerlang. Contohnya mereka sangat sering memotret minuman kopi dengan sudut pandang yang indah lalu meng- *upload* foto tersebut ke *instagram*. Tidak jarang, hasil foto yang di-*upload* ke *instagram* tersebut sangat artistik, indah, dan memiliki nilai seni.

d. *Couple Grams*.

Pengguna pada tipe ini adalah pengguna yang hobi meng- *upload* foto kemesraan mereka di dunia maya. Mereka cenderung puas apabila foto mesra mereka di sebar ke dunia maya (*instagram*).

e. *Backpacker Abadi*.

Tipe *Backpacker* adalah pengguna yang hobi berjalanan jauh dan bertamasya ke daerah- daerah yang belum mereka kunjungi. Lalu mereka suka meng- *upload* foto perjalanan mereka melalui *instagram*.

f. *Animal Girl*.

Tipe ini pengguna menyukai meng-*upload* foto tentang hewan peliharaan mereka, pengguna tipe *animal* ini menyukai persahabatan antara hewan dan manusia.

g. *Baby Moon*.

Tipe pengguna satu ini ialah sangat suka meng- *upload* foto tentang anak mereka. Merupakan suatu kebahagiaan apabila pengguna ini bernagi kebahagiaan melalui *instagram* dengan meng- *upload* foto anak dan keluarga mereka.

## B. Kecenderungan Narsistik

### 1. Pengertian Kecenderungan Narsistik

*Narsisisme* (dari bahasa Inggris) atau *narsisme* (dari bahasa Belanda) adalah perasaan cinta terhadap diri sendiri yang berlebihan. Orang yang mengalami gejala ini disebut narsisis (*narcissist*). Istilah ini pertama kali

digunakan dalam psikologi oleh Sigmund Freud dengan mengambil dari tokoh dalam mitos Yunani, Narkissos (versi bahasa Latin: Narcissus), yang dikutuk sehingga ia mencintai bayangannya sendiri di kolam. Ia sangat terpengaruh oleh rasa cinta akan dirinya sendiri dan tanpa sengaja menjulurkan tangannya hingga tenggelam dan akhirnya tumbuh bunga yang sampai sekarang disebut bunga narsis. (<https://id.wikipedia.org/wiki/Narsisisme>)

Menurut Fromm (dalam Sukmaningrum, 2008) narsisme merupakan kondisi pengalaman seseorang yang dia rasakan sebagai sesuatu yang benar-benar nyata hanyalah tubuhnya, kebutuhannya, perasaannya, pikirannya, serta benda atau orang-orang yang masih ada hubungan dengannya. Sebaliknya, orang atau kelompok lain yang tidak menjadi bagiannya senantiasa dianggap tidak nyata, *inferior*, tidak memiliki arti, dan karenanya tidak perlu dihiraukan. Bahkan, ketika yang lain itu dianggap sebagai ancaman, apa pun bisa dilakukan, melalui agresi sekalipun.

Kepribadian narsistik memiliki pandangan berlebihan mengenai keunikan dan kemampuan mereka, mereka terfokus dengan berbagai fantasi keberhasilan besar untuk mengatakan bahwa mereka berpusat pada diri sendiri adalah pernyataan *undesteatment*. Mereka menghendaki perhatian dan pemujaan berlebihan yang hampir tanpa henti dan yakin bahwa mereka hanya dapat dimengerti oleh orang-orang yang istimewa atau memiliki status tinggi, hubungan interpersonal terhambat karena kurang empati, perasaan iri dalam organisasi, dan memanfaatkan oranglain serta perasaan bahwa mereka berhak mendapatkan segala sesuatu. Mereka menghendaki orang lain melakukan sesuatu untuk mereka

tanpa perlu dibalas. Tidak pernah berhenti mencari perhatian dan pemujaan, kepribadian narsistik sangat sensitif terhadap kritik dan sangat takut dengan kegagalan (Davidson & Neale, 2006).

Freud (dalam Durrand & Barlow, 2007) mendeskripsikan narsistik sebagai orang-orang yang menunjukkan bahwa dirinya orang penting secara berlebihan dan yang terokupasi dengan keinginan mendapatkan perhatian. Gangguan kepribadian narsistik melibatkan perasaan yang berlebihan mengenai pentingnya diri sendiri dan okupasi dengan pemikiran dan ketertarikan diri sendiri yang berlebihan. Individu narsistik terokupasi dengan fantasi-fantasi mengenai pentingnya diri mereka sendiri, terkait kekuatan dan kepandaian mereka. Mereka terus menerus menuntut perhatian dan penghormatan dan merasa berhak atas kebaikan hati yang ditunjukkan orang lain, tanpa mereka harus membalas kebaikan orang lain (Wade & Travis, 2007).

Gangguan kepribadian narsistik (NPD) adalah gangguan kepribadian di mana individu digambarkan sebagai terlalu sibuk dengan masalah kecukupan pribadi, kekuasaan, gengsi dan kesombongan. gangguan kepribadian narsistik terkait erat dengan egoisme ([http://en.wikipedia.org/wiki/Narcissistic personality disorder](http://en.wikipedia.org/wiki/Narcissistic_personality_disorder)).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa narsisme adalah gangguan kepribadian dimana seseorang sangat cinta dengan dirinya, menganggap dirinya sangat istimewa dan amat penting, menganggap dirinya sebagai yang paling pandai, paling hebat, paling berkuasa, paling bagus dan paling segalanya, memiliki keinginan mendapatkan perhatian karena mereka

mempunyai kebutuhan dipuji dan pemujaan. Yang membedakan antara narsisme dengan kecenderungan narsisme yaitu kecenderungan narsisme tidak merupakan sebuah gangguan ada pola perilaku dan pengalaman internal yang bertahan lama, tidak *pervasive*, tidak menyimpang dari ekspektasi budaya yang bersangkutan dan tidak menyebabkan hendaya dalam keberfungsian dan pekerjaan.

## **2. Faktor- faktor Penyebab Narsistik**

Menurut Lubis (dalam Apsari, 2012) narsisme merupakan varietes yang amat luas, bukan hanya mengenal gejalanya saja melainkan penyebabnya. Narsisme disebabkan oleh faktor psikologis, biologis, dan sosiokultural seperti yang akan diuraikan sebagai berikut:

### *a. Faktor psikologis.*

Narsisme terjadi karena tingkat aspirasi yang tidak realistis atau berkurangnya penerimaan terhadap diri sendiri.

### *b. Faktor biologis.*

Secara biologis gangguan narsisme lebih banyak dialami oleh individu yang orang tuanya penderita *neurotik*. Selain itu jenis kelamin, usia, fungsi hormonal dan struktur-struktur fisik yang lain ternyata berhubungan dengan narsisme.

### *c. Faktor sosiologis.*

Narsisme dialami oleh semua orang dengan berbagai lapisan dan golongan terhadap perbedaan yang nyata antara kelompok budaya tertentu dan reaksi narsisme yang dialaminya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian narsistik antara lain perkembangan yang tidak sehat, gangguan kepribadian, pengaruh urutan kelahiran, sindrom sendok perak, pola asuh orang tua, serta peran media massa. Pola asuh orang tua, latar belakang keluarga, lingkungan, dan peran media massa memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap penyebab kepribadian narsistik pada diri seseorang (Aprissia & Ritandiyono, 2008).

Kohut (dalam Durrand & Barlow, 2007) percaya bahwa gangguan kepribadian narsistik muncul dari kegagalan meniru empati dari orangtua pada masa perkembangan awal anak. Akibatnya anak tetap terfiksasi di tahap perkembangan *grandiose*. Selain itu, anak (dan kelak setelah dewasa) menjadi terlibat dalam pencarian, yang tak berujung dan tanpa hasil, figur ideal yang dianggapnya dapat memenuhi kebutuhan empatiknya, yang tak pernah terpenuhi.

Dalam perspektif sosiologi menurut Cristopher Lasch bahwa gangguan kepribadian ini semakin menonjol di sebagian besar masyarakat barat. Terutama sebagai konsekuensi perubahan sosial berskala besar, termasuk penekanan yang lebih besar pada hedonisme jangka pendek, *individualisme*, kompetisi dan kesuksesan (Durrand & Barlow, 2007).

Dari beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab terjadinya narsistik antara lain faktor psikologis yang berkaitan dengan penerimaan diri dan harga diri. Pola asuh orang tua dan urutan kelahiran juga memberikan kontribusi dalam menciptakan seseorang dengan kepribadian narsistik, selain itu hal yang mendukung terjadinya narsistik adalah lingkungan sosial dan peran media massa.

### 3. Kriteria Kecenderungan Narsistik

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya kecenderungan narsisme tidak merupakan sebuah gangguan pada pola perilaku dan pengalaman internal yang bertahan lama, tidak pervasif, tidak menyimpang dari ekspektasi budaya yang bersangkutan dan tidak menyebabkan hendaya dalam keberfungsian dan pekerjaan yang membedakannya dengan narsisme. Sementara itu, kecenderungan narsistik tetap menggunakan indikator gangguan narsistik berikut gejala gangguan narsistik berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV-TR)* individu dapat dianggap mengalami gangguan kepribadian narsistik jika ia sekurang-kurangnya memiliki 5 (lima) dari 9 (sembilan) ciri kepribadian sebagai berikut :

- a. Merasa diri paling hebat namun seringkali tidak sesuai dengan potensi atau kompetensi yang dimiliki dan ia senang memamerkan apa yang dimiliki termasuk gelar (prestasi) dan harta benda
- b. Dipenuhi dengan fantasi tentang kesuksesan, kekuasaan, kepintaran, kecantikan atau cinta sejati
- c. Memiliki kebutuhan yang eksekif untuk dikagumi
- d. Merasa layak untuk diperlakukan secara istimewa
- e. Kurang empati
- f. Mengeksploitasi hubungan interpersonal untuk kepentingannya sendiri
- g. Seringkali memiliki rasa iri pada orang lain atau menganggap bahwa orang lain iri kepadanya
- h. Angkuh, memandang rendah orang lain

- i. Percaya bahwa dirinya adalah spesial dan unik

Menurut Rathus & Nevid (2005) menyatakan adanya ciri-ciri narsistik itu diantaranya :

- a. Memiliki rasa bangga terhadap diri sendiri
- b. Kebutuhan ekstrim akan pemujaan
- c. Bersifat *self-absorbed* (asik pada diri sendiri) dan kurang empati pada orang lain
- d. Bersifat *self-defeating* atau merusak diri
- e. Cenderung terpaku pada fantasi akan keberhasilan dan kekuasaan cinta yang ideal atau pengakuan kecerdasan dan kecantikan
- f. Mengejar karir dibidang – bidang yang mana individu mendapat pemujaan, misalnya modelling, aktor dan politik
- g. Cenderung membesar-besarkan prestasi dan iri pada orang lain yang berhasil
- h. Keinginan untuk berhasil adalah bukan untuk mendapatkan uang tetapi untuk mendapatkan pemujaan
- i. Hubungan intrapersonal berantakan karena adanya tuntutan untuk orang lain agar memuja mereka
- j. Minat inividu pada orang lain bersifat satu sisi saja
- k. Memperlakukan pasangan seks sebagai alat untuk menikmati individu sendiri dan mendukung *self-esteem* nya (penghargaan diri)

Kohut (dalam Davison, 2006) juga mengatakan bahwa kriteria gangguan kepribadian narsistik adalah sebagai berikut:

- a. Pandangan yang dibesar- besarkan mengenai pentingnya diri sendiri, arogansi
- b. Terfokus pada keberhasilan, kecantikan diri
- c. Kebutuhan ekstrim untuk dipuja
- d. Perasaan kuat bahwa mereka berhak mendapatkan segala sesuatu
- e. Kecenderungan memanfaatkan orang lain
- f. Iri kepada orang lain

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa karakteristik orang yang mempunyai kecenderungan narsistik antara lain merasa dirinya paling hebat, memiliki perasaan iri terhadap orang lain, selalu mencari dan membutuhkan pujian. Orang dengan gangguan narsistik biasanya tidak mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain karena mereka hanya memiliki sedikit rasa empati. Orang-orang dengan kecenderungan narsistik hanya berfokus pada dirinya sendiri serta sering memanfaatkan orang lain.

### **C. Penerimaan Diri**

#### **1. Pengertian Penerimaan Diri**

Sheerer (dalam Hartini, 2012) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah sikap dalam menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima kelebihan dan kelemahannya. Menerima diri berarti telah menyadari, memahami dan menerima apa adanya dengan disertai keinginan dan kemampuan untuk selalu mengembangkan diri sehingga dapat menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggung jawab. Sheerer (dalam Hartini, 2012) menambahkan seseorang yang

dapat menerima dirinya adalah jika seseorang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupan, menganggap bahwa dirinya berharga dan sederajat dengan orang lain, mampu bertanggung jawab terhadap perilakunya, mampu menerima pujian secara objektif, dan tidak menyalahkan diri sendiri.

Menurut Rogers (dalam Aryanti, 2003) penerimaan diri adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain.

Chaplin (2004) mengatakan bahwa penerimaan diri atau *self acceptance* adalah sikap yang merupakan cerminan dari perasaan puas terhadap diri sendiri, dengan kualitas-kualitas dan bakat-bakat diri serta pengakuan akan keterbatasan yang ada pada diri.

Menurut Jersild (dalam Florentina, 2008) penerimaan diri adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologis, sosial, dan pencapaian dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki.

Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, ia dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Mereka bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta kebebasan dari kecemasan akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya (Maslow dalam Hjelle dan Ziegler, 1992)

Penerimaan diri menurut Hurlock (1973) adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah

dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Penerimaan diri ini mengandaikan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang, yang menunjukkan kualitas diri. Hal ini berarti bahwa tinjauan tersebut akan diarahkan pada seluruh kemampuan diri yang mendukung perwujudan diri secara utuh. Hal ini sesuai dengan pendapat Schultz (Ratnawati, 1990) mengenai penerimaan diri. Dia menyatakan bahwa penerimaan diri yang dibentuk merupakan hasil dari tinjauan pada seluruh kemampuan diri.

Berdasarkan kamus lengkap psikologi yang disusun oleh Chaplin (2000), penerimaan diri diartikan sebagai sikap seseorang yang merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas, dan bakat-bakatnya sendiri, serta pengakuan akan keterbatasan diri. Ada dua hal penting dalam arti penerimaan diri tersebut, pertama adanya perasaan puas terhadap apa yang telah dimiliki; kedua, adanya pengakuan akan keterbatasan yang dimilikinya. Penerimaan diri sangat berhubungan erat dengan penerimaan diri terhadap lingkungan.

Coleridge (1997) mengatakan penerimaan diri bukanlah sikap pasrah, tetapi menerima identitas diri secara positif, pandangan tentang diri sendiri dan harga diri tidak menurun sama sekali, bahkan dapat meningkat. Penerimaan diri berkaitan dengan konsep diri yang positif. Seseorang dengan konsep diri yang positif dapat memahami dan menerima fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Orang dapat menyesuaikan diri dengan seluruh pengalaman mentalnya

sehingga evaluasi tentang dirinya juga positif. (Calhoun dan Acocella, dalam Handayani dkk, 1998)

Berdasarkan pendapat dari beberapa tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan sikap puas terhadap dirinya sendiri, menerima serta mengakui segala kelebihan maupun segala keterbatasan yang ada dalam dirinya tanpa merasa malu atau merasa bersalah terhadap kodrat dirinya, memiliki kesadaran dan penerimaan penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, dapat menghargai diri sendiri dan menghargai orang lain, serta mampu menerima masukan dan kritikan dari orang lain.

## 2. **Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri**

Hurlock (1974) mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri adalah:

- a. Adanya pemahaman tentang diri sendiri.

Hal ini timbul adanya kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya. Individu yang dapat memahami dirinya sendiri tidak akan hanya tergantung dari kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga pada kesempatannya untuk penemuan diri sendiri, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin ia dapat menerima dirinya.

- b. Adanya hal yang realistik.

Hal ini timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dengan disesuaikan dengan pemahaman dengan kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya dengan memiliki harapan yang

realistik, maka akan semakin besar kesempatan tercapainya harapan itu, dan hal ini akan menimbulkan kepuasan diri yang merupakan hal penting dalam penerimaan diri.

- c. Tidak adanya hambatan di dalam lingkungan.

Walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi jika lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi, maka harapan individu tersebut akan sulit tercapai.

- d. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan.

Tidak menimbulkan prasangka, karena adanya penghargaan terhadap kemampuan social orang lain dan kesedian individu mengikuti kebiasaan lingkungan.

- e. Tidak adanya gangguan emosional yang berat.

Akan terciptanya individu yang dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia.

- f. Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif.

Keberhasilan yang dialami individu akan dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya jika kegagalan yang dialami individu akan dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.

- g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

Individu yang mengidentifikasi dengan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan dapat membangun sikap-sikap yang positif

terhadap diri sendiri, dan bertingkah laku dengan baik yang menimbulkan penilaian diri yang baik dan penerimaan diri yang baik.

- h. Adanya perspektif diri yang luas.

Yaitu memperhatikan pandangan orang lain tentang diri perspektif yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Dalam hal ini usia dan tingkat pendidikan memegang peranan penting bagi seseorang untuk mengembangkan perspektif dirinya.

- i. Pola asuh dimasa kecil yang baik.

Seorang anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai individu yang dapat menghargai dirinya sendiri.

- j. Konsep diri yang stabil.

Individu yang tidak memiliki konsep diri yang stabil, akan sulit menunjukkan pada orang lain, siapa ia yang sebenarnya, sebab ia sendiri ambivalen terhadap dirinya.

Menurut Sheerer (dalam Sutadipura, 1984) menyebutkan faktor-faktor yang menghambat penerimaan diri, antara lain:

- a. Sikap anggota masyarakat yang tidak menyenangkan atau kurang terbuka.
- b. Adanya hambatan dalam lingkungan.
- c. Memiliki hambatan emosional yang berat.
- d. Selalu berfikir negatif tentang masa depan.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah adanya pemahaman terhadap diri sendiri tentang hal-hal yang realistis yang didukung dengan sikap anggota

masyarakat yang menyenangkan. Penerimaan diri juga dipengaruhi oleh konsep diri yang stabil yang didapatkan dari pola asuh dimasa kecil.

### 3. Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Penerimaan Diri Yang Baik

Menurut Sheerer (dalam Hartini, 2012) menyatakan bahwa ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah :

- a. Individu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan.
- b. Individu menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain.
- c. Individu tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal.
- d. Individu tidak malu atau hanya memperhatikan dirinya sendiri.
- e. Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.
- f. Individu dapat menerima pujian atau celaan secara objektif.
- g. Individu tidak menyalahkan diri atau keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihanannya.

Menurut Allport (dalam Hjele & Zeigler, 1992) ciri-ciri seseorang yang mau menerima dirinya yaitu sebagai berikut :

- a. Memiliki gambaran yang positif tentang dirinya.
- b. Dapat mengatur dan dapat bertoleransi dengan rasa frustrasi dan kemarahannya.
- c. Dapat berinteraksi dengan orang lain tanpa memusuhi mereka apabila orang lain memberi kritik.

d. Dapat mengatur keadaan emosi mereka (depresi dan kemarahan).

Hjelle (1992) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri mempunyai karakteristik bahwa individu tersebut memiliki gambaran positif terhadap dirinya dan dapat bertahan dalam kegagalan atau kepedihan serta dapat mengatasi keadaan emosionalnya seperti depresi, marah dan rasa bersalah.

Dari beberapa pendapat ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa orang yang mampu menerima dirinya dengan baik memiliki akan mengembangkan sikap penerimaan diri terhadap keadaannya dan menghargai diri sendiri, yakin akan standar-standar dan pengakuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain dan memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya serta tidak melihat dirinya sendiri secara irasional. Orang yang menerima dirinya menyadari aset diri yang dimilikinya, dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya dengan tanggung jawab, serta menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri.

#### **4. Cara Penerimaan Diri**

Menurut Basow (1992) penerimaan diri individu yang baik dapat dinilai dari kemampuannya, individu dengan mental yang sehat akan memandang dirinya disukai orang, berharga dan diterima oleh orang lain atau lingkungannya. Jika seseorang memandang positif, keadaan ini merupakan suatu bentuk harapan individu mengenai dirinya dimana harapan tersebut dapat menjadi suatu *self fulfilling prophery*, yaitu suatu yang diyakini oleh individu mengembangkan keyakinan dirinya berdasarkan keyakinan tersebut.

Menurut Supraktinya (1995) cara penerimaan diri ada lima yaitu:

a. *Reflected Self Acceptance.*

Jika orang lain menyukai seseorang individu maka individu tersebut akan cenderung untuk menyukai dirinya sendiri juga.

b. *Basic Self Acceptance.*

Perasaan yakin bahwa dirinya tetap dicintai dan diakui oleh orang lain walaupun dia tidak mencapai patokan yang diciptakannya oleh orang lain terhadap dirinya.

c. *Conditional Self Acceptance.*

Penerimaan diri yang berdasarkan pada seberapa baik seseorang memahami tuntutan dan harapan orang lain terhadap dirinya.

d. *Self Evaluation.*

Penilaian seseorang tentang seberapa positifnya berbagai atribut yang dimiliki orang lain yang sebaya dengan seseorang membandingkan keadaan dirinya dengan keadaan orang lain yang sebaya dengannya.

e. *Real Ideal Comparison.*

Derajat kesesuaian antara pandangan seseorang mengenai diri yang sebenarnya dan diri yang diciptakan yang membentuk raa berharga terhadap dirinya sendiri.

## 5. Dampak Penerimaan Diri

Hurlock (1974) membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori:

### a. Dalam penyesuaian diri.

Orang yang memiliki penerimaan diri, mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya. Ia biasanya memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*) yang tinggi. Selain itu mereka juga lebih dapat menerima kritik demi perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang disertai dengan adanya rasa aman untuk mengembangkan diri ini memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif.

### b. Dalam penyesuaian sosial.

Penerimaan diri biasanya disertai dengan adanya penerimaan pada orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, serta menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat melakukan penyesuaian sosial yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang merasa rendah diri sehingga mereka cenderung berorientasi pada dirinya sendiri (*self oriented*). Ia dapat mengatasi keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain, serta toleran dan memiliki dorongan untuk membantu orang lain.

#### **D. Hubungan Penerimaan Diri dengan Kecenderungan Narsistik**

Berkembangnya jejaring sosial seperti *instagram* yang semakin dekat dengan kehidupan penggunanya, membuat kita secara sadar ataupun tidak seakan-akan hidup di dalam dunia yang di mana setiap pemikiran kita, setiap makanan yang kita makan, setiap pengalaman baik yang kita alami, kita merasa harus membaginya melalui jejaring sosial. Meski sebenarnya, kita tidak pernah tahu apakah orang lain yang berteman dengan kita di jejaring sosial akan peduli dengan apa yang bagikan tersebut.

Keinginan seseorang untuk menyalurkan aktivitas dan penampilan fisiknya melalui fotografi dengan tujuan untuk mencari perhatian dan pemujaan orang lain merupakan salah satu ciri seorang dengan kecenderungan narsistik. Orang dengan narsistik akan cenderung untuk memberitahu orang lain tentang keberhasilan, kecerdasan dan kecantikan yang ia yakini melebihi orang lain. Menurut Vazire, dkk (2008), narsistik dapat bermanifestasi pada penampilan fisik seseorang, seperti kepentingan tentang penampilan mereka, keinginan untuk menjadi pusat perhatian dan perubahan penampilan fisik dalam usaha pencarian status sosial.

Kepribadian narsistik memiliki pandangan berlebihan mengenai keunikan dan kemampuan mereka, mereka terfokus dengan berbagai fantasi keberhasilan besar untuk mengatakan bahwa mereka berpusat pada diri sendiri adalah pernyataan *undesteatment*. Mereka menghendaki perhatian dan pemujaan berlebihan yang hampir tanpa henti dan yakin bahwa mereka hanya dapat dimengerti oleh orang-orang yang istimewa atau memiliki status tinggi, hubungan

interpersonal terhambat karena kurang empati, perasaan iri dan arogansi, dan memanfaatkan oranglain serta perasaan bahwa mereka berhak mendapatkan segala sesuatu. Mereka menghendaki orang lain melakukan sesuatu yang istimewa untuk mereka tanpa perlu dibalas. Tidak pernah berhenti mencari perhatian dan pemujaan, kepribadian narsistik sangat sensitif terhadap kritik dan sangat takut dengan kegagalan (Davidson & Neale, 2006).

Sebuah penelitian tentang narsistik yang dilakukan oleh (Adi & Yudiati, 2009) pada pengguna *friendster*, menunjukkan bahwa pengguna *friendster* memiliki kecenderungan narsisme dan harga diri yang dimiliki masih dalam batas rendah, dengan kata lain pengguna *friendster* yang memiliki harga diri yang rendah mempunyai kecenderungan narsisme. Ini sejalan dengan pendapat Hurlock (1974) yang menyebutkan bahwa orang yang memiliki penerimaan diri mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, ia biasanya memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri yang tinggi (*self esteem*). Dengan begitu, secara tidak langsung hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa orang-orang dengan kecenderungan narsistik kurang memiliki penerimaan diri yang baik yang ditunjukkan dengan rendahnya harga diri yang mereka miliki.

Narsisme merupakan varietes yang amat luas, bukan hanya mengenal gejalanya saja melainkan penyebabnya. Menurut Lubis (dalam Apsari, 2012) salah satu faktor yang menyebabkan narsisme adalah faktor psikologis, dimana narsisme terjadi karena tingkat aspirasi yang tidak realistis atau berkurangnya penerimaan terhadap diri sendiri. Penerimaan diri adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologis, sosial, dan

pencapaian dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki (Jersild, 2008). Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, ia dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Mereka bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta kebebasan dari kecemasan akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya. (Maslow dalam Hjelle dan Ziegler, 1992).

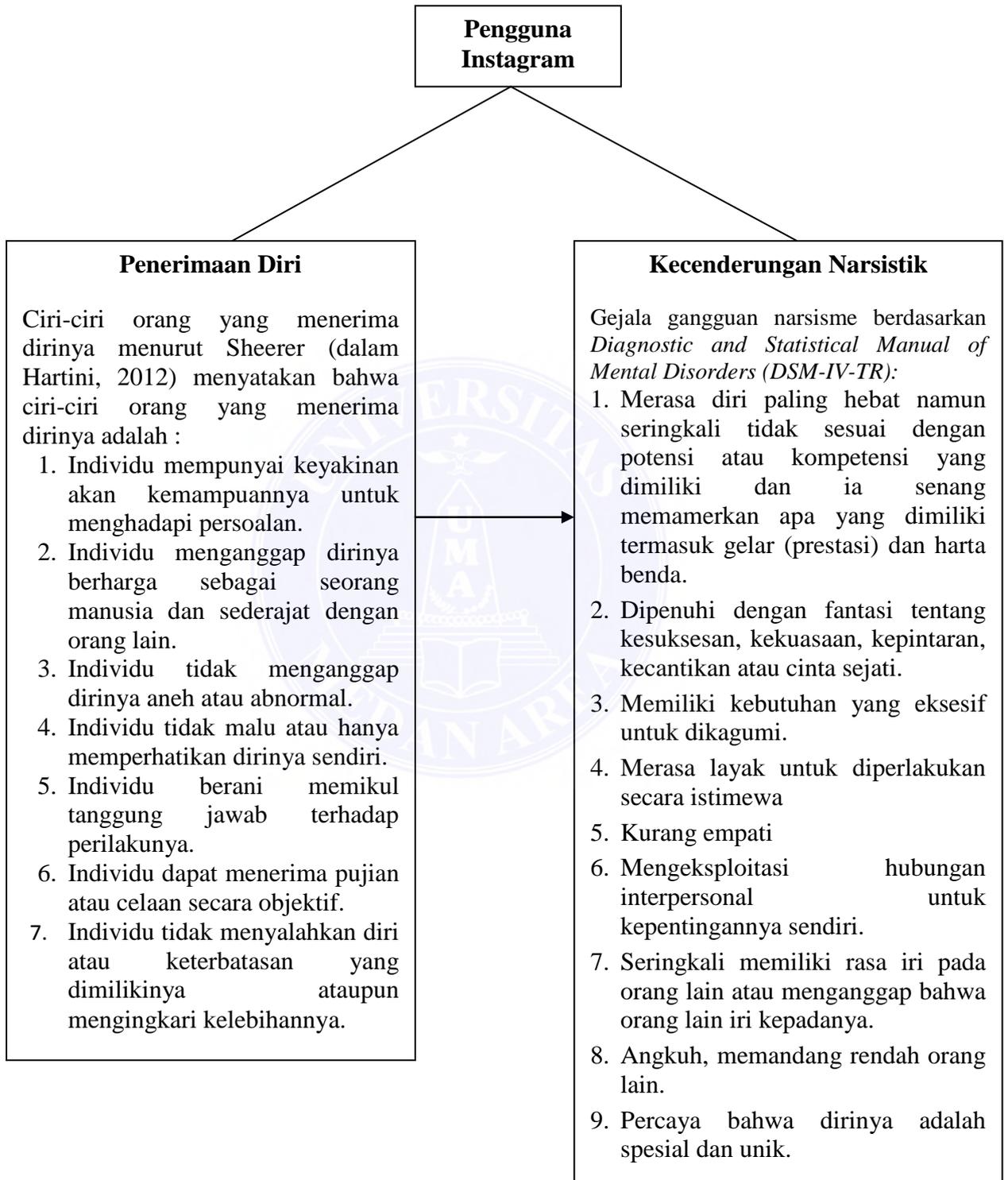
Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik, mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*) serta mampu memberikan penilaian yang realistis terhadap dirinya. Selain itu mereka juga akan merasa puas terhadap diri sendiri sehingga tidak membutuhkan pengakuan dari orang lain. Sedangkan seseorang yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik tidak mampu mengenali kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki, mereka tidak mampu memberikan penilaian yang realistis terhadap dirinya serta tidak pernah merasa puas terhadap dirinya sendiri. Orang yang tidak bisa menerima dirinya dengan baik memiliki keyakinan diri dan harga diri yang rendah. Oleh sebab itu, mereka akan senangtiasa membutuhkan dan mencari perhatian dan pengakuan dari orang lain.

Berdasarkan paparan diatas dapat dikatakan bahwa penerimaan diri dapat mempengaruhi narsistik. Dengan adanya penerimaan diri yang baik seseorang akan mampu mengenali dan menerima siapa diri mereka baik itu menerima kekurangan atau kelebihan yang mereka miliki, sehingga mereka tidak lagi membutuhkan pengakuan dan mencari perhatian dari orang lain.

Jadi, antara penerimaan diri dengan kecenderungan narsistik ada hubungan yang negatif. Semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka semakin rendah kecenderungan narsistik seseorang. Sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri seseorang maka semakin tinggi kecenderungan narsistik seseorang.



## E. Kerangka Konseptual



## F. **Hipotesa**

Berdasarkan uraian-uraian serta penjabaran teoritis yang telah dipaparkan pada bagian sebelumnya maka peneliti mengajukan hipotesis ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecenderungan narsistik, dengan asumsi semakin rendah penerimaan diri maka semakin tinggi kecenderungan narsistik. Dan sebaliknya, semakin tinggi penerimaan diri maka semakin rendah kecenderungan narsistik.

