

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Diri Remaja

2.1.1 Definisi Konsep Diri pada Remaja

Konsep diri seseorang merupakan dasar dari kepribadiannya dan berperan penting dalam menentukan dan mengarahkan bagaimana kepribadian dan perilakunya berkembang di lingkungannya (Iriastuti, 2022). Konsep diri mendefinisikan sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai. Konsep diri merupakan merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan (Lobo & Arifyanto, 2021). Konsep diri merupakan suatu gagasan tentang diri sendiri yang meliputi keyakinan, pandangan, dan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri. Menurut Desmita dalam (Zulfadiani et al., 2023) konsep diri adalah gagasan tentang diri sendiri yang mencakup keyakinan, pandangan dan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, konsep diri terdiri atas bagaimana cara kita melihat diri sendiri sebagai pribadi, bagaimana kita merasa tentang diri sendiri, dan bagaimana kita menginginkan diri sendiri menjadi manusia sebagaimana yang kita harapkan. Landasan konsep diri seseorang terbentuk sejak masa kanak-kanak dan menjadi dasar perilaku di masa depan (Sugiyono & Iriyanti, 2019).

Konsep diri adalah cara individu dalam melihat pribadinya dan berpengaruh terhadap perilaku individu, konsep diri adalah konstruksi mengenai pandangan, pikiran, perasaan, penilaian seseorang tentang dirinya sendiri secara fisik, psikologis, moral, kognitif dan hubungan sosial yang terbentuk dan dikembangkan individu selama berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Noviandari & Mursidi, 2019). Konsep diri adalah gambaran individu mengenai diri sendiri yang dimiliki melalui pengalaman yang didapat saat interaksi dengan lingkungan sekitarnya (Putri Apsarini & Rina, 2022). Konsep diri merupakan pandangan seseorang

terhadap karakternya, kapasitasnya untuk berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya, serta nilai-nilai yang terkait dengan pengalaman, harta benda, tujuan, dan keinginannya (Sofiawati et al., 2024). Konsep diri juga termasuk bentuk gambaran dari seseorang terhadap yang ada dalam dirinya sendiri secara penuh terhadap perasaan serta bentuk penilaian mengenai dirinya sendiri (Muhammad Bayuputra Danizar et al., 2023).

Konsep diri remaja merupakan individu yang sedang berada dalam masa persiapan menuju kedewasaan, terjadi perkembangan secara pesat baik di fisik, psikologis, dan intelektual, masa remaja juga bisa dibilang masa mereka berada pada rentang waktu yang paling banyak mengalami pengalaman perubahan, baik secara fisik maupun psikis, yang mungkin saja dapat menimbulkan problema tertentu bagi remaja (Erika Puspita, 2019). Menurut Fatmawaty dalam (Sifa, 2024) menjelaskan bahwa masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa serta terjadinya masa perubahan yang ditandai dengan perkembangan dan pertumbuhan biologis serta psikologis individu. Masa remaja periode remaja pertengahan dengan rentang usia 13-20 tahun.

Berdasarkan berbagai sudut pandang yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri seseorang meliputi keyakinan dan perasaannya terhadap dirinya sendiri, serta penyesuaian diri, pemahaman diri terhadap lingkungan sekitar, dan konsep diri karena konsep diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku seseorang, maka akan lebih mudah untuk memahami perilaku seseorang apabila seseorang menyadari konsep dirinya. Konsep diri tidak hanya memengaruhi karakter seseorang tetapi juga tingkat kepuasan hidupnya. Konsep diri dapat diartikan sebagai gagasan seseorang tentang siapa dan apa dirinya. Jika seseorang mempunyai konsep diri positif maka akan berperilaku positif, dan sebaliknya jika seseorang mempunyai konsep diri negatif maka akan cenderung berperilaku negatif (Luas et al., 2023), (Novita &, 2021).

2.1.2 Jenis-jenis Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella dalam (al Gusyairi et al., 2023) membedakan dua kategori konsep diri yaitu :

2.1.2.1 Pandangan positif terhadap diri sendiri

Konsep diri yang positif merupakan tanda penerimaan diri; orang yang memiliki konsep diri positif adalah orang yang stabil, beragam, dan memiliki kesadaran diri yang baik; mereka dapat menerima banyak aspek dari diri mereka sendiri, yang membuat mereka merasa baik tentang diri mereka sendiri; dan mereka akan menetapkan tujuan yang realistis dan mungkin dapat dicapai.

2.1.2.2 Persepsi diri yang Buruk

Menurut Calhoun dan Acocella dalam Pratiwi & Handayani (2022), konsep diri negatif pada hakikatnya merupakan penilaian terhadap diri individu yang tidak memuaskan dan tidak stabil. Mereka membedakan konsep diri negatif menjadi dua kategori, yaitu sebagai berikut:

1. Pandangan individu tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan, kestabilan dan keutuhan diri. Individu tersebut benar-benar tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya atau yang dihargai dalam kehidupannya.
2. Pandangan tentang dirinya sendiri terlalu stabil dan teratur. Hal ini bisa terjadi karena individu dididik dengan cara yang sangat keras, sehingga menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.

2.1.3 Karakteristik Konsep Diri pada Remaja

Karakteristik konsep diri pada individu terbagi menjadi dua menurut Safira & Nofriza (2024) sebagai berikut:

2.1.3.1 Karakteristik Konsep Diri Positif

Yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah, Orang ini tahan dan terima terhadap kritik yang diterimanya dan tidak mudah marah, Bagi orang ini, koreksi seringkali dipersepsikan sebagai usaha untuk memperbaiki dan

meningkatkan harga dirinya, merasa sejajar dengan individu lain, orang yang memiliki konsep diri yang positif tidak terlalu responsif terhadap pujian, orang ini beranggapan pujian sebagai sebuah kata-kata untuk membuat dirinya menjadi lebih baik lagi dan tidak terlalu suka menjadikan dirinya sebagai pusat perhatian, menerima pujian tanpa rasa malu, orang yang memiliki konsep diri yang positif, akan bersedia menerima pujian tanpa rasa malu, sebab orang seperti ini tidak terlalu mengindahkan pujian.

2.1.3.2 Karakteristik Konsep Diri Negatif

Menurut Rakhmat dalam (Syahraeni et al., 2020) menjelaskan bahwa orang yang mempunyai konsep diri negatif mempunyai karakteristik sebagai berikut :

1. Peka terhadap kritik tidak tahan menerima kritikan, mudah marah dan naik pitam, menganggap koreksi dari orang lain sebagai usaha menjatuhkan harga dirinya.
2. Sangat *responsive* dan antusias menerima pujian menganggap segala hal yang menunjang harga dirinya menjadi pusat perhatiannya.
3. Hiperkritis terhadap orang lain sikap ini dikembangkan sejalan dengan sikap yang kedua, disatu pihak ia ingin selalu dipuji tapi dipihak lain ia tidak sanggup mengungkapkan penghargaan atau pengakuan akan kelebihan orang lain.
4. Cenderung bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam mencapai prestasi, menganggap tidak berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

2.1.4 Dimensi Konsep Diri

Menurut Agustiani (2006) dalam (al Gusyairi et al., 2023) menyatakan bahwa konsep diri memiliki dua dimensi, yaitu:

2.1.4.1 Dimensi Internal

Dimensi Internal atau yang dikenal juga dengan *Internal Frame of Reference* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri, khususnya penilaian terhadap dunia di dalam dirinya. Dimensi internal terbagi menjadi tiga kategori, yaitu:

1. Diri Identitas (*identity self*)

Identitas diri merupakan identitas diri seseorang, seperti gambaran tentang dirinya sendiri. Lebih jauh, hal ini berkaitan dengan label yang diberikan oleh orang tersebut kepada dirinya sendiri untuk menggambarkan dirinya dan mengembangkan rasa dirinya.

2. Diri Pelaku (*behavioral self*)

Diri aktor adalah pandangan seseorang terhadap perilakunya sendiri yang mencakup semua kesadaran atas tindakannya. Diri yang kuat ditunjukkan oleh seberapa baik diri aktor dan identitas diri saling cocok, yang memungkinkan orang tersebut menerima keduanya dan mampu mengevaluasi diri mereka sendiri.

3. Diri Penerimaan/Penilaian (*judging self*)

Sejauh mana seseorang merasa puas atau menerima dirinya sendiri disebut sebagai penerimaan diri. Seseorang yang sangat puas dengan dirinya sendiri memiliki kesadaran diri yang realistis dan berfokus pada pengembangan diri. Sebaliknya, jika seseorang tidak puas dengan dirinya sendiri, mereka akan kurang percaya diri dan memiliki harga diri yang rendah dan mungkin mengevaluasi ekspresi mereka sendiri.

2.1.4.2 Dimensi Eksternal

Orang mengevaluasi diri mereka sendiri dalam dimensi eksternal dengan melihat interaksi dan aktivitas sosial mereka, nilai-nilai mereka, dan faktor-faktor eksternal lainnya. Dimensi eksternal dipisahkan menjadi lima kategori, yaitu sebagai berikut:

1. Diri Fisik (*Physical self*)

Diri fisik menyangkut persepsi seseorang terhadap kondisi tubuhnya disebut sebagai diri fisik. Misalnya, orang mampu menilai kondisi fisiknya (tinggi, pendek, gemuk, atau kurus), penampilan (cantik, jelek, menarik, atau menjijikkan), dan kesehatan secara keseluruhan.

2. Diri Etik dan Moral (*moral-ethical self*)

Diri etik-moral merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri berdasarkan norma pertimbangan moral dan etika dikenal sebagai diri etika-moral. Hal ini berkaitan dengan Tuhan, pemenuhan agama, dan prinsip moral, persepsi orang

terhadap hubungan mereka dengan Tuhan dipengaruhi oleh prinsip moral agama masing-masing.

3. Diri Pribadi (*personal self*)

Diri personal merupakan persepsi seseorang mengenai keadaan pribadinya. Istilah "diri pribadi" mengacu pada penilaian individu terhadap keadaan mereka sendiri, yaitu seberapa besar mereka percaya bahwa mereka adalah orang yang tepat.

4. Diri Keluarga (*Family self*)

Diri keluarga seseorang mencerminkan pikiran dan rasa harga diri mereka dalam fungsinya sebagai anggota keluarga. Hal ini terkait dengan peran mereka sebagai anggota keluarga dan tingkat pemenuhan pribadi mereka.

5. Diri Sosial (*Social self*)

Evaluasi seseorang terhadap hubungan mereka dengan orang lain dan lingkungan mereka dikenal sebagai diri sosial mereka.

2.1.5 Proses Perkembangan Konsep Diri

Konsep diri merupakan gambaran menyeluruh tentang bagaimana seorang individu memandang dirinya sendiri, meliputi aspek kemampuan dan aspek emosional yang direpresentasikan dalam bentuk persepsi fisik, mental, psikologis, dan sosial secara keseluruhan. Konsep diri terbentuk melalui proses perkembangan kepribadian sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Konsep diri seseorang merupakan suatu filosofi yang menggabungkan potensi gen, karakteristik pribadi, dan pengaruh lingkungan. Perlu diingat bahwa perkembangan konsep diri seseorang tidak semata-mata dipengaruhi oleh dirinya sendiri, melainkan juga dipengaruhi dan dibentuk oleh lingkungan tempat seseorang tumbuh dan berkembang sejak masa kanak-kanak hingga dewasa, hasil dari kontak sosial inilah yang mengarah pada pengembangan konsep diri seseorang. Sikap sosial siswa berkorelasi dengan konsep dirinya sebagai hasil interaksi dengan lingkungan sekolah, yang meliputi kebiasaan, nilai, norma, perilaku, budaya, dan suasana akademik. Perilaku seseorang sangat dipengaruhi oleh konsep dirinya dengan

memahami konsep dirinya, seseorang akan lebih mampu memahami perilakunya (Sugiyono & Iriyanti, 2019).

2.1.6 Aspek-aspek Konsep Diri

Menurut Jallaludin dalam (Habibah, 2020) mencantumkan empat komponen konsep diri sebagai berikut:

2.1.6.1 Aspek Fisiologis

Karakteristik fisik, termasuk warna kulit, bentuk, tinggi badan, berat badan, dan fitur wajah, dikaitkan dengan sisi fisiologis konsep diri. Persepsi diri seseorang dipengaruhi oleh atribut fisik ini. Rincian penting ditampilkan dalam urutan kronologis tidak diragukan lagi, individu lain juga membuat penilaian tentang seseorang berdasarkan karakteristik tubuhnya. Namun, tidak ada bukti bahwa reaksi perilaku seseorang terhadap orang lain didasarkan pada evaluasi awal mereka terhadap penampilan fisik mereka.

2.1.6.2 Aspek Psikologis

Cara individu menilai dan merasakan dirinya dari sisi mental dan emosional yang mencakup pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri. Komponen psikologis muncul yaitu kognisi meliputi kreativitas, kecerdasan, minat dan kemampuan, serta kapasitas untuk berkonsentrasi. Kasih sayang, yang meliputi keuletan, ketahanan, dan kegigihan di tempat kerja, serta toleransi terhadap stres dan motivasi untuk berprestasi. Konteks atau terkait dengan kecepatan dan ketepatan pekerjaan, stres, cara mengatasi, dan ketahanan.

2.1.6.3 Aspek Sosiologis

Memahami orang yang masih memiliki ikatan dengan lingkungan sosialnya dikenal sebagai aspek sosiologis. Tiga komponen membentuk aspek psikososial ini yaitu orang tua, saudara kandung, dan anggota keluarga, kehidupan lingkungan dan teman-teman, lingkungan sekolah, meliputi sekolah, teman sebaya, instruktur, dan peraturan.

2.1.6.4 Aspek Psiko Etika dan Moral

Kemampuan untuk memahami dan bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip moral dan cita-cita etika dikenal sebagai dimensi psikoetik dan moral. Proses

pengamatan dan pemahaman individu terhadap prinsip-prinsip moral sangat penting karena setiap perasaan, ide, dan tindakan seseorang harus sejalan dengan nilai-nilai kebaikan, kebenaran, keadilan, dan kepatutan, karena dapat membantu seseorang berhasil menyelesaikan tugas-tugas yang membantunya beradaptasi dengan orang lain.

2.1.7 Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Faktor yang mempengaruhi konsep diri menurut Hurlock terdapat dalam Fitriani, Soesilo, dan Setyorini (2019), (Manalu, 2023) sebagai berikut:

2.1.7.1 Kondisi Kesehatan

Anak-anak yang cacat fisik atau kesehatannya buruk tidak dapat bermain dengan teman sebayanya, yang membuat mereka merasa rendah diri dan tertinggal.

2.1.7.2 Bentuk Tubuh

Perasaan rendah diri dapat muncul ketika anak-anak memiliki tubuh yang terlalu kecil atau terlalu gemuk untuk usianya dan berbeda dari teman sebayanya.

2.1.7.3 Nama Panggilan dan Gelar

Menggambarkan cemohan atau kekurangan fisik anak dapat menimbulkan rasa rendah diri, status sosial ekonomi yang lebih rendah dari teman-teman sebaya cenderung akan menimbulkan perasaan rendah diri dan begitupula dengan sebaliknya.

2.1.7.4 Lingkungan Pendidikan

Lingkungan yang didukung oleh guru yang kompeten dan pengertian dengan guru yang menerapkan disiplin dengan tidak adil dapat memberikan pengaruh yang berbeda pada anak.

2.1.7.5 Dukungan Sosial dari Teman Sebaya

Dukungan sosial dari teman sebaya akan berdampak pada cara anak mengembangkan rasa dirinya; prestasi dan kegagalan anak dalam mengerjakan tugas dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka atau membuat mereka merasa tidak mampu jika tidak menyelesaikannya.

2.1.8 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Konsep Diri Remaja

Menurut Novarianing Asri (2020), unsur-unsur berikut dapat memengaruhi konsep diri seseorang sebagai berikut:

2.1.8.1 Interaksi Sosial

Pentingnya hubungan sosial dalam pengembangan konsep diri seseorang ditekankan oleh fakta bahwa interaksi sosial memberi orang umpan balik sosial, penilaian, dan perbandingan yang membentuk persepsi diri mereka sementara pengalaman yang tidak menyenangkan dan perlakuan yang tidak adil dapat merusak konsep diri seseorang, pertemuan yang menyenangkan dan pendapat orang lain membantu menumbuhkan konsep diri yang positif.

2.1.8.2 Pengalaman Hidup

Faktor penting lainnya dalam pengembangan konsep diri seseorang adalah pengalaman hidup. Konsep diri dapat dipengaruhi oleh berbagai pengalaman hidup, seperti keberhasilan, kemunduran, dan peristiwa emosional. Sementara pengalaman buruk dapat menyebabkan keraguan diri dan mengubah perspektif seseorang terhadap diri sendiri, pengalaman yang sukses dan baik dapat meningkatkan kepercayaan diri dan memperkuat konsep diri seseorang.

2.1.8.3 Peran dan Nilai-nilai Budaya

Budaya dan nilai-nilai masyarakat juga memainkan peran penting dalam membentuk konsep diri seseorang budaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap konsep diri, sebagai contoh, dalam budaya yang lebih individualistik, konsep diri cenderung berfokus pada atribut pribadi, sedangkan dalam budaya yang lebih kolektivistis, konsep diri lebih relevan dengan hubungan sosial dan kolektif, nilai-nilai yang didukung oleh masyarakat juga dapat memengaruhi pemahaman individu tentang diri.

2.1.8.4 Media Sosial dan Teknologi

Konsep diri seseorang sangat dipengaruhi oleh media sosial dan teknologi di era digital, gambaran diri seseorang dapat memburuk dan konsep dirinya dapat terpengaruh oleh paparan foto-foto ideal yang berlebihan di media sosial lebih jauh lagi, menghindari perbandingan sosial dengan orang lain di media sosial dapat mengakibatkan ketidakpastian dan kekurangan dalam konsep diri seseorang

sangat penting untuk mengenali dampak media sosial dan mengembangkan teknik pengelolaan diri yang positif.

2.1.8.5 Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam mengembangkan konsep diri yang positif dukungan sosial dari orang-orang terdekat, seperti keluarga, teman, dan pasangan, dapat meningkatkan rasa harga diri dan kepuasan hidup, dukungan sosial yang positif dapat membantu individu untuk mengatasi tantangan, mengatasi kegagalan, dan memberikan umpan balik konstruktif yang memperkuat konsep diri.

2.1.9 Tingkat Konsep Diri

Menurut Coopersmith dalam (Adolph, 2016) bahwa ada tiga tingkatan konsep diri sebagai berikut:

2.1.9.1 Konsep Diri tinggi

Anak-anak dengan konsep diri ini akan lebih imajinatif, percaya diri, ekspresif, dan percaya diri. Seseorang dengan konsep diri yang tinggi atau positif adalah orang yang ekspresif, kreatif, memiliki tujuan yang tinggi, berjuang untuk mencapai keunggulan, dan realistis tentang kemampuan mereka sendiri.

2.1.9.2 Konsep Diri Sedang

Konsep diri sedang memiliki ciri-ciri utama yang terlihat yang cenderung bergantung pada orang lain atau kelompok mereka dalam konsep diri ini, orang cenderung bergantung pada orang lain dan kelompok mereka.

2.1.9.3 Konsep Diri Rendah

Orang yang menganggap dirinya lemah, tidak berdaya, tidak mampu melakukan apa pun, tidak kompeten, tidak berhasil, tidak beruntung, jelek, dan kadang-kadang bahkan dibenci orang lain akan kehilangan semangat dalam menjalani hidup, kurangnya rasa percaya diri, mudah menyerah, dan kurangnya dorongan untuk sukses merupakan ciri-ciri konsep diri yang rendah atau negatif.

2.1.10 Manfaat Konsep Diri

Konsep diri memiliki manfaat sebagai berikut (Sukweenadhi, 2023):

2.1.10.1 Membantu dalam Mencapai Tujuan Hidup

Menetapkan dan mencapai tujuan hidup dapat membantunya lebih memahami peluang yang tersedia baginya, karena optimismenya, kondisi ini dapat membantu seseorang dalam mencapai tujuan yang ditentukan.

2.1.10.2 Meningkatkan Potensi Diri

Seseorang mampu mewujudkan potensi dirinya secara penuh seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, setiap orang dengan konsep diri yang positif akan mampu mengenali dirinya sendiri, dan keadaan yang ada tentu saja dapat memberikan kesempatan bagi mereka untuk menemukan dan mengembangkan potensi mereka secara maksimal.

2.1.10.3 Tidak Membatasi Diri

Seseorang tidak akan menekan atau membatasi keinginannya. Alasannya adalah karena banyak orang tahu bahwa mereka memiliki potensi, tetapi mereka mencegah diri mereka untuk mewujudkannya. Di sisi lain, ketika seseorang memiliki konsep diri yang positif dan jelas, mereka dapat berpikir lebih jernih dan akan lebih terdorong untuk mencapai tujuan hidup mereka.

2.1.10.4 Mampu Menghadapi Tantangan

Seseorang akan lebih siap menghadapi masalah yang dihadapinya. Alasannya, konsep diri ini akan membantu seseorang untuk lebih siap dalam menghadapi tantangan, dengan begitu, dirinya akan menganggap jika masalah yang tengah dihadapinya adalah batu loncatan untuk lebih berkembang ke depannya.

2.1.11 Komponen Konsep Diri

Menurut Sunaryo (2004) dalam (Wasiah, 2020), konsep diri terdiri dari lima bagian, sebagai berikut:

2.1.11.1 Gambaran Diri (*Body Image*)

Gambaran tubuh adalah seseorang terdiri dari persepsi dan pendapat mereka tentang bentuk tubuh mereka dengan demikian, seseorang yang memiliki tingkat kepuasan yang tinggi terhadap gambar dirinya sendiri cenderung mengalami kepuasan tubuh, dan sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat kepuasan yang

rendah terhadap gambar dirinya sendiri cenderung mengalami ketidakpuasan tubuh, kepribadian terkait dengan gambaran diri (Wasiah, 2020).

2.1.11.2 Ideal Diri (*self ideal*)

Ideal diri adalah persepsi individu tentang bagaimana seharusnya bertingkah laku berdasarkan standar pribadi. Standar dapat berhubungan dengan tipe orang yang diinginkan atau disukai atau sejumlah aspirasi, tujuan dan nilai yang ingin diraih (Yanti & Usman, 2024).

2.1.11.3 Harga Diri (*self esteem*)

Harga diri adalah penilaian subjektif terhadap hasil yang dicapai dengan memeriksa sejauh mana tindakan seseorang sesuai dengan cita-citanya. Harga diri berasal dari mencintai, menghormati, dan menghargai orang lain serta dari diri sendiri. Orang yang sering berhasil akan merasa senang dengan dirinya sendiri; di sisi lain, orang yang sering gagal, tidak dicintai, atau tidak disukai orang lain akan selalu merasa buruk tentang dirinya sendiri (Yanti & Usman, 2024).

2.1.11.4 Peran Diri (*self role*)

Peran diri adalah serangkaian sikap perilaku, nilai dan tujuan yang diharapkan oleh masyarakat dihubungkan dengan fungsi individu dalam kelompok sosialnya. Peran memberikan sarana dalam kehidupan sosial dan cara untuk menguji dan menvalidasi orang-orang yang berarti (Yanti & Usman, 2024).

2.1.11.5 Identitas Diri (*self identity*)

Identitas diri merupakan kesadaran akan diri sendiri yang diperoleh seseorang dengan cara melihat dan menilai dirinya sendiri, menyadari perbedaan-perbedaan yang ada di antara orang-orang. Rasa mampu, mampu mengendalikan diri, dan memiliki nilai (harga diri) merupakan dasar-dasar kemandirian. Seiring dengan terbentuknya konsep diri, identitas mulai terbentuk sejak masa kanak-kanak. Otonomi merupakan salah satu komponen identitas diri, yang meliputi kesadaran dan kepercayaan diri, harga diri, pengendalian diri, pengaturan diri, dan penerimaan diri (Yanti & Usman, 2024).

2.1.12 Alat Ukur Konsep Diri

Konsep diri pada remaja dalam penelitian ini diukur menggunakan kuesioner *Tennessee Self-Concept Scale* (TSCS) yang dikembangkan oleh Fitts tahun 1971. Terdiri 40 item dan dimodifikasi oleh peneliti digunakan untuk mengukur konsep diri remaja dalam penelitian ini. Fitts menciptakan skala konsep diri, instrumen pengukuran dengan dua dimensi. Instrumen ini memiliki tiga komponen internal (identitas diri, perilaku diri, dan penilaian diri) dan lima komponen eksternal (diri fisik, moral-etika diri, pribadi diri, keluarga diri, dan sosial diri). Skala *Guttman* digunakan untuk menghitung skor peneliti (Fitts 1971 dikutip oleh Hanifa, 2019).

2.2 Perilaku Prososial

2.2.1 Definisi Perilaku Prososial

Perilaku prososial diartikan sebagai suatu kepedulian terhadap sesama apapun motifnya menurut (Setiana Sri Wahyuni Sitepu, 2020) mendefinisikan perilaku prososial sebagai kepedulian terhadap orang lain tanpa memandang motivasi diri sendiri. Menurutnya perilaku prososial adalah tindakan melayani yang menguntungkan orang lain tanpa secara langsung menguntungkan pemberi, dan bahkan dapat membahayakan pemberi. Eisenberg dan Mussen mendefinisikan perilaku prososial sebagai tindakan sukarela yang dimaksudkan untuk membantu dan menguntungkan orang atau sekelompok orang lain (Parapat, 2020). Perilaku prososial idealnya ditandai dengan suka menolong, berbagi, menunggu giliran, memberikan jawaban yang bijaksana atas pertanyaan teman, kemurahan hati, dan kerja sama (Rahmawati, 2022).

Perilaku prososial didefinisikan sebagai tindakan yang menunjukkan sikap tidak mementingkan diri sendiri demi kepentingan orang lain dan dilakukan dengan sukarela dan tanpa paksaan untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental orang lain (Shelemo, 2023). Menurut Papalia (Rakasiwi et al., 2019) mendefinisikan perilaku prososial sebagai setiap tindakan sukarela yang dilakukan dengan tujuan membantu orang lain. Menurut Permana dkk. (2019) mendefinisikan perilaku prososial sebagai serangkaian tindakan yang direncanakan atau dilaksanakan yang

menguntungkan orang lain, terlepas dari niat orang yang menawarkan bantuan. Perilaku prososial adalah berbagai tindakan yang diambil atau direncanakan untuk membantu orang lain, terlepas dari motivasi individu yang memberi bantuan. Perilaku prososial adalah suatu bentuk perilaku yang terjadi dalam kontak sosial, sebagai perilaku prososial yang dilakukan atau direncanakan untuk membantu orang lain. Perilaku prososial adalah perilaku yang positif dan menguntungkan orang lain (Care, 2024). Meskipun perilaku sosial merupakan fenomena alamiah, perilaku ini juga dapat dipahami sebagai sikap sukarela, yaitu tindakan yang dimaksudkan atau menghasilkan hasil yang positif atau bermanfaat bagi penerimanya, terlepas dari biaya, imbalan, atau ketiadaan imbalan dari tindakan tersebut (Grusek, J.E., Davidov, M., & Lundel, 2022).

Menurut definisi yang diberikan oleh sejumlah ahli, perilaku prososial diartikan sebagai keinginan untuk membantu orang lain, menolong orang lain tanpa memperhitungkan motivasi orang yang memberikan bantuan, dan hanya melibatkan perasaan puas, bangga, dan bahagia bagi orang yang melakukan tindakan tersebut. Perilaku prososial juga diartikan sebagai perilaku yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi material dan psikologis orang yang menerima bantuan (Mahaardhika, 2019).

2.2.2 Bentuk-bentuk Perilaku Prososial

Menurut Baron dan Byrne dalam (Bimbingan et al., 2020) mengkategorikan perilaku prososial menjadi tiga bentuk, yaitu:

2.2.2.1 Menolong Orang yang Kesulitan

Seseorang yang cenderung mengabaikan orang asing yang membutuhkan bantuan akan terpengaruh oleh kehadiran orang lain. Semakin banyak orang makan, semakin sedikit orang yang benar-benar memberikan bantuan. Hal ini dapat disebabkan oleh pembagian tanggung jawab, kehadiran orang lain dapat membuat seseorang lebih cenderung bertindak prososial dan menahan diri dari membuat kesalahan, seseorang mungkin memilih untuk menunggu instruksi daripada

membuat kesalahan, mereka mungkin juga mempertimbangkan suasana hati, empati, sifat pribadi, dan manfaat serta kerugian dari melakukannya.

2.2.2.2 Mengurangi Pelanggaran (Penghindaran Perilaku Buruk)

Keinginan untuk mengurangi pelanggaran dan rasa kewajiban untuk membantu orang lain guna menciptakan keamanan.

2.2.2.3 Menahan Godaan

Seseorang seringkali dihadapkan pada pilihan untuk mempertahankan perilaku moral atau tergoda dengan cara penyelesaian bersifat negatif dapat berupa curang, berbohong termasuk godaan untuk melanggar aturan dengan harapan mendapat keuntungan segera.

2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prososial

Menurut Rahmi, (2021) menegaskan bahwa perilaku prososial dipengaruhi oleh sejumlah faktor, antara lain:

2.2.3.1 Keuntungan Diri Sendiri (*Self-Gain*)

Harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, misalnya ingin mendapatkan pengakuan, pujian atau takut dikucilkan.

2.2.3.2 Nilai dan norma pribadi (*Personal Values And Norms*)

Adanya nilai-nilai dan norma sosial yang diinternalisasikan oleh individu selama mengalami sosialisasi dan sebagian nilai-nilai serta norma tersebut berkaitan dengan tindakan prososial, seperti berkewajiban menegakkan kebenaran dan keadilan serta adanya norma timbal balik.

2.2.3.3 Empati (*Empathy*)

Kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan untuk empati ini erat kaitannya dengan pengambilalihan peran. Jadi prasyarat untuk mampu melakukan empati, individu harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengambilan peran.

2.2.4 Aspek-aspek Perilaku Prososial

Menurut Eisenberg & Mussen dalam (Afifah, 2024) ada lima aspek yang dapat menjadi acuan pada individu yang mengalami perilaku prososial yaitu sebagai berikut :

2.2.4.1 Berbagi (*Sharing*)

Keinginan untuk berbagi emosi dengan orang lain, termasuk kebahagiaan dan kesedihan, dan untuk mengalami apa yang dialami orang lain dikenal sebagai berbagi, orang harus berbagi karena mereka adalah makhluk sosial apa pun yang mungkin diberikan, seperti mendengarkan orang lain yang membutuhkan dan menderita, bukan hanya barang, berbagi juga dapat dilihat sebagai empati, yang didefinisikan sebagai rasa kasih sayang dan kepedulian terhadap orang lain, khususnya terhadap berbagai pengalaman dan perasaan mereka, menyediakan pengetahuan, informasi, dan berbagai pengalaman.

2.2.4.2 Kerjasama (*Cooperating*)

Kesediaan untuk bekerjasama dengan orang lain dalam rangka mencapai suatu tujuan kegiatan dilakukan secara bersama-sama berdasarkan kesepakatan untuk mencapai tujuan bersama kolaborasi biasanya terlihat dalam kegiatan saling menguntungkan, saling memberi, membantu satu sama lain, dan bersenang-senang, menghargai pendapat orang lain, berkontribusi dalam kelompok

2.2.4.3 Menyumbang (*Donating*)

Memberi sedekah adalah bantuan sukarela kepada mereka yang membutuhkan; menyumbang adalah kesiapan untuk menyumbangkan sebagian sumber daya seseorang secara cuma-cuma kepada mereka yang membutuhkan, memberi sedekah kepada orang lain, menyumbangkan sebagian harta benda seseorang demi masyarakat, atau memberikan sejumlah barang kepada orang lain tanpa mengharap imbalan apa pun merupakan contoh kemurahan hati.

2.2.4.4 Membantu (*Helping*)

Kesiapan untuk memberikan dukungan atau bantuan kepada mereka yang sedang berjuang, baik secara material maupun moral, dikenal sebagai menolong, tindakan membantu orang lain atau menyediakan sesuatu yang memudahkan tindakan mereka dikenal sebagai menolong, beban fisik dan mental seseorang dapat

dikurangi dengan membantu orang lain, apa pun latar belakangnya. meringankan beban orang lain.

2.2.4.5 Kejujuran (*Honesty*)

Jujur berarti tidak hanya bersedia bertindak jujur, tetapi juga bersedia menyampaikan kebenaran dengan tulus, menyatakan fakta, dan tidak berbohong kepada orang lain.

2.2.5 Upaya cara Meningkatkan Perilaku Prososial

Menurut Brigham dalam (Bimbingan et al., 2020) bahwa ada beberapa strategi untuk meningkatkan perilaku prososial, termasuk:

2.2.5.1 Penanyangan Model Perilaku Prososial

Dalam banyaknya karakteristik manusia cara meniru merupakan pembelajaran model belajar sosial melalui pendekatan, proses pembentukan perilaku manusia dalam berperilaku baik seperti seringnya melihat seseorang membantu orang lain ketika membutuhkan bantuan akan membuat individu lain disekitarnya mendapat stimulus dan terjadi proses imitasi terhadap perilaku tersebut.

2.2.5.2 Menciptakan Suatu *Superordinate Identity*

Adanya pandangan yang muncul dalam kehidupan bermasyarakat bahwa setiap manusia merupakan bagian manusia lain secara keseluruhan dapat menciptakan *superordinate identity* yang mampu meminimalisis problem dan meningkatkan perilaku prososial juga meningkatkan empati di antara individu satu dengan individu lainnya.

2.2.5.3 Menekankan Perhatian Terhadap Norma-norma Prososial

Sebuah norma akan secara otomatis tertanam dalam lingkungan keluarga, guru, maupun media massa, dampak dari ketidakharmonisan dalam lingkungan dan pembelajaran terhadap norma-norma yang berkembang akan berimbas munculnya perilaku antisosial dengan lingkungan sekitar maka hal ini akan mengkhawatirkan bagi perkembangan psikologis dan sosial seseorang.

2.2.6 Manfaat Perilaku Prososial Remaja

Berikut beberapa manfaat yang diperoleh dengan mendorong orang lain untuk melakukan perilaku prososial Menurut Baron & Byrne dalam (Nurcholis, 2023):

2.2.6.1 Membuat Orang Lain Merasa Lebih Baik Untuk Membantu Mereka

Orang yang berempati akan percaya bahwa melakukan perbuatan baik akan membuat mereka bahagia, dan orang akan mendorong orang yang menawarkan bantuan sehingga orang tersebut merasa puas dengan apa yang dilakukannya. Orang yang menawarkan bantuan terlibat dalam tindakan berisiko yang membahayakan nyawa.

2.2.6.2 Membantu Dapat Mengurangi Dampak Buruk

Ketika orang dalam suasana hati yang baik, mereka cenderung membantu; ketika suasana hati mereka buruk, mereka mungkin tidak membantu, orang yang suka menolong diri sendiri dapat menggunakan perilaku prososial untuk mengurangi emosi yang tidak menyenangkan ini.

2.2.6.3 Membantu Dapat Mempermudah Pemahaman Tentang Cara Mencapai Tujuan

Secara umum, memberi akan meningkatkan sentimen, sebagai manfaat bagi orang lain, penolong akan memenuhi kebutuhan korban dan akan meningkatkan suasana hati korban setelah mencapai tujuan, meningkatkan kelangsungan hidup gen untuk membantu orang lain, perilaku yang bermanfaat ini mendorong transformasi genomik. meningkatkan kelangsungan hidup gen untuk membantu orang lain. Karena ada kemungkinan lebih besar bahwa gen berikutnya akan diwariskan, tindakan yang membantu ini mendorong perubahan genetik.

2.2.7 Alat Ukur Perilaku Prososial

Perilaku prososial pada remaja dalam penelitian ini diukur menggunakan kuesioner PSA (*Prosocialness Scale for Adolescents*) yang dikembangkan oleh Caprara et al. (2005) yang berisi 30 item dan dimodifikasi oleh peneliti. Alat ukur prososial disusun berdasarkan lima aspek perilaku prososial menurut Mussen (1989) yang mencakup aspek-aspek seperti berbagi, kerjasama, menyumbang, membantu, kejujuran adalah dasar untuk alat ukur prososial. Skala *Guttman*

digunakan untuk menghitung skor penelitian (Caprara et al., 2005 dikutip Andalis, 2021).

2.2.8 Penilaian Perilaku Prososial

Menurut Zanjabila Ubaida & Mutia Husna Avezahra (2023), penilaian perilaku prososial terlihat seperti ini:

2.2.8.1 Perilaku Prososial Tinggi

Remaja yang menunjukkan perilaku prososial tingkat tinggi dibedakan dengan upaya mereka yang sering dan kuat untuk membantu orang lain, orang yang bertindak dengan cara ini sering menunjukkan empati, merasa puas, dan sangat termotivasi untuk meningkatkan kehidupan orang lain.

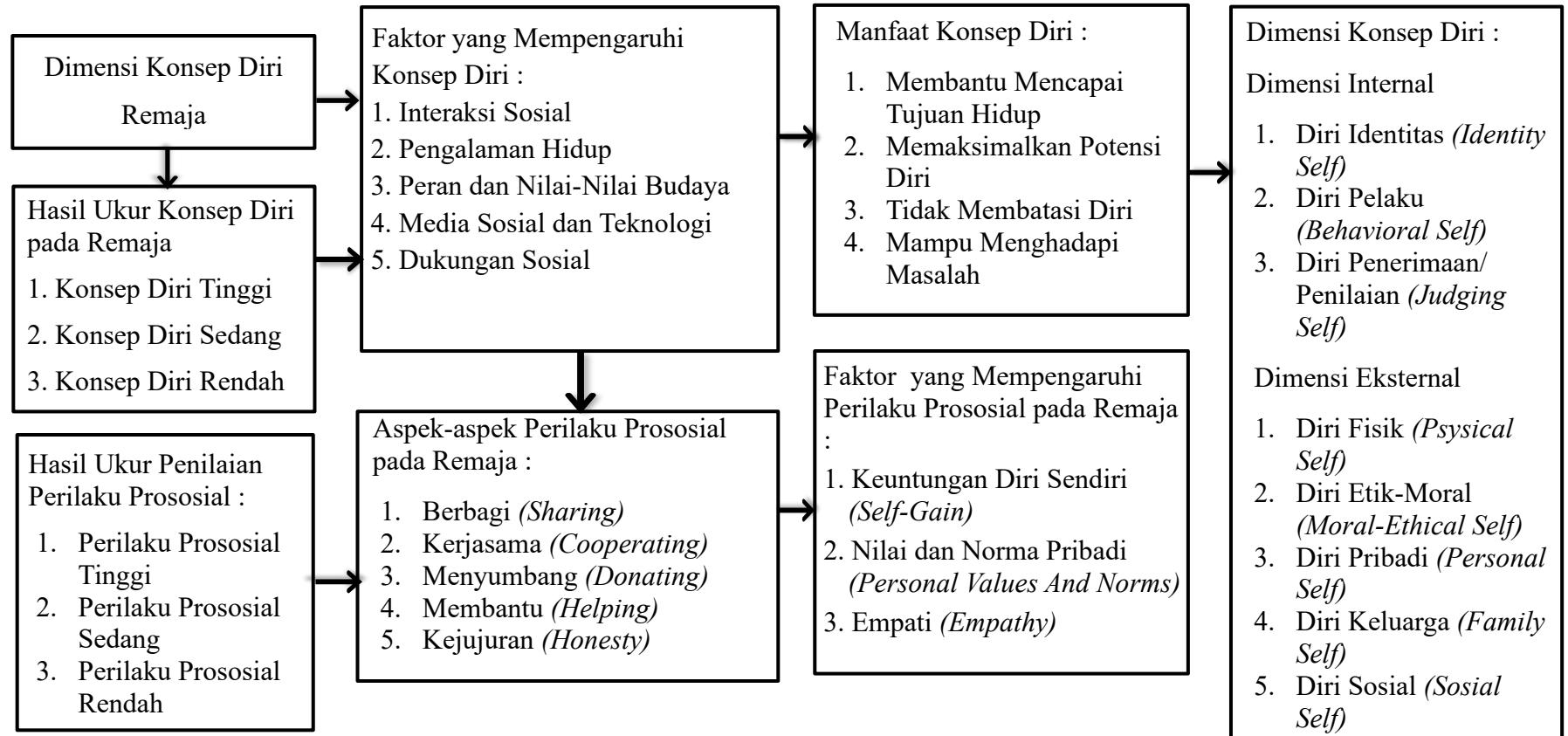
2.2.8.2 Perilaku Prososial Sedang

Remaja yang memiliki perilaku prososial sedang mencakup tindakan yang baik dan bermanfaat, tetapi tidak sekonsisten perilaku prososial tinggi, individu dalam kategori ini mungkin membantu orang lain, tetapi tidak secara konsisten atau dalam skala besar.

2.2.8.3 Perilaku Prososial Rendah

Kurangnya aktivitas untuk membantu orang lain merupakan ciri khas remaja dengan perilaku yang rendah, orang yang menunjukkan perilaku ini mungkin kurang berempati atau peduli terhadap kebutuhan orang lain dan lebih berfokus sendiri.

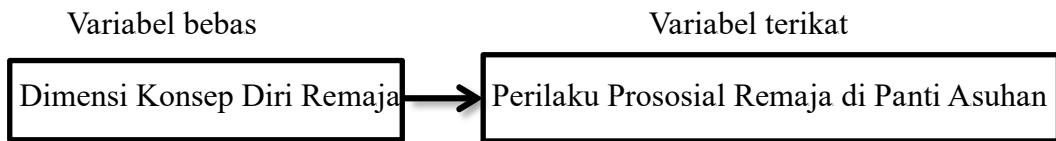
2.3 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian

Sumber : (Afifah, 2024), (Rahmi, (2021), (Sukweenadhi, 2023), (Handayani, 2020), (al Gusyairi et al., 2023), Novarianing Asri, (2020).

2.4 Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

2.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan solusi jangka pendek yang harus diteliti untuk mengetahui apakah variabel 1 dan 2 saling berhubungan atau tidak. Menurut Muriyono (2021), hipotesis berfungsi sebagai kerangka kerja bagi peneliti, memberikan arahan dalam bekerja, dan memudahkan dalam menyusun laporan penelitian. Berikut ini adalah hipotesis penelitian:

Ha : Ada Hubungan Dimensi Konsep Diri dengan Perilaku Prososial pada Remaja di Panti Asuhan Darul Farroh Desa Harjosari Kidul Ke. Adiwerna Kab. Tegal