

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan perasaan terhadap diri, gambaran mental yang deskriptif dan evaluatif mengenai kemampuan dan sifat seseorang (Feldman, 2009). Santrock (2002) menyatakan bahwa konsep diri merupakan evaluasi atau penilaian mengenai diri sendiri. Feist and Feist (2009) mengungkapkan bahwa konsep diri mencakup semua aspek kehidupan dan satu pengalaman yang dirasakan dalam kesadaran. Sedangkan Bandura (1997) menyatakan bahwa konsep diri merupakan gambaran mengenai diri sendiri yang dibentuk berdasarkan pengalaman serta evaluasi diri yang diterima dari penilaian orang lain.

Rogers (1978) mengungkapkan bahwa konsep diri adalah bagian sadar dari ruang fenomenal yang didasari dan disimbolisasikan, yaitu “aku” merupakan pusat referensi setiap individu yang secara perlahan – perlahan dibedakan dan disimbolisasikan sebagai bayangan tentang diri yang mengatakan “apa dan siapa aku sebenarnya” dan “apa sebenarnya yang harus aku perbuat”. Sedangkan Brooks (1980) mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan dan perasaan tentang diri yang bersifat psikologi, sosial dan fisik.

Fits (Agustiani, 2006) mengungkapkan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Thalib (2010) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan gambaran diri, penilaian diri, dan penerimaan diri yang bersifat dinamis, terbentuk melalui persepsi dan interpretasi terhadap diri sendiri dan lingkungan, mencakup konsep diri umum dan konsep diri yang lebih spesifik termasuk konsep diri akademis, sosial dan fisik.

Konsep diri dipandang sebagai “persepsi yang dimiliki individu tentang diri sendiri dan dalam hubungan kepada orang lain dan evaluasi diri yang mempengaruhi setiap aspek emosi, pemikiran, minat, motivasi dan perilaku manusia (Veiga, 2016). Annisa dan Handayani (2012) menyatakan bahwa konsep diri adalah konsep dasar tentang diri sendiri, pikiran dan opini pribadi, kesadaran tentang apa dan siapa dirinya dan bagaimana perbandingan antara dirinya dan orang lain serta beberapa idealisme yang telah dikembangkannya.

Dari beberapa teori yang telah dijelaskan maka konsep diri merupakan penilaian atau penerimaan serta evaluasi pada diri berdasarkan pengalaman.

2. Aspek-Aspek Konsep Diri

Warren (1996) mengemukakan bahwa aspek-aspek konsep diri, yaitu :

a. Fisik

Merupakan aspek yang memberikan ukuran pandangan seseorang tentang kesehatan, penampilan, keterampilan fisik, dan seksualitas. Individu yang ada lebih puas atau tidak puas daripada kebanyakan orang sehubungan dengan atribut fisiknya memungkinkan untuk dapat mencari dan memanfaatkan informasi yang tepat tentang tubuhnya dan kesehatan dengan kenyamanan yang wajar.

b. Moral

Merupakan cerminan kepuasan masyarakat dengan perilaku individu. Hal ini terkait dengan rasa mampu mengendalikan impuls dan perilaku seseorang. Sangat mungkin bahwa dia merasa sulit untuk mengontrol perilakunya sendiri. Hal ini berguna untuk mengeksplorasi individu mengenai perasaan yang muncul dari kurangnya pengendalian intern, harapan yang terlalu tinggi, atau beberapa kombinasi dari.

c. Pribadi

Merupakan aspek yang memberikan ukuran rasa kecukupan diri, terpisah dari atribut fisiknya atau hubungan dengan orang lain. Hal ini mencerminkan tingkat penyesuaian diri. Individu tidak akan terlalu sensitif terhadap pendapat dan perilaku orang lain. Individu akan merasa berharga seperti yang dilakukan kebanyakan orang. Individu

akan nyaman dengan situasi yang melibatkan risiko psikologis dan tantangan seperti kebanyakan orang.

d. Keluarga

Merupakan indikasi tentang bagaimana individu melihat diri mereka dalam hubungannya dengan keluarga dan rekan dekat. Aspek keluarga menunjukkan bahwa individu yang memiliki konsep diri rendah biasanya merasa terasing dari keluarganya. Individu mungkin tidak puas atau kecewa dalam hubungan keluarganya, dan biasanya merasa kurangnya dukungan atau pengasuhan dari orangtua. Individu akan merasa tidak berharga atau dihargai sebagai anggota keluarga. Situasi ini sering disertai dengan penurunan perilaku atau kinerja di daerah lain, seperti sekolah atau bekerja.

e. Sosial

Merupakan pandangan mengenai dirinya sendiri dalam kaitannya dengan rekan-rekan, selain dari anggota keluarga dan teman dekat. Apabila individu tidak memiliki konsep diri yang baik maka akan merasa terisolasi dari teman-temannya. Individu akan mengalami kecanggungan sosial dalam beberapa situasi, menghindari mengambil risiko sosial dan mengalami kesulitan membentuk hubungan pribadi serta memiliki harapan yang agak realistis tentang bagaimana hubungan sosial harus terungkap.

f. Akademik / Kerja

konsep diri bagaimana orang melihat diri mereka dalam pengaturan kerja dan sekolah. Hal ini terkait erat dengan prestasi akademis. Individu yang memiliki konsep diri yang baik merasa dirinya memiliki kesulitan kinerja yang tidak biasa dan akan cukup bersedia menerima tugas dan tanggung jawab baru. Individu kemungkinan akan belajar dengan baik ketika tugas disajikan dalam langkah-langkah bertahap, dan dorongan dan pemodelan mungkin juga efektif.

Penelitian Veiga dan Leite (2016) mengungkapkan bahwa ada beberapa aspek- aspek yang membentuk konsep diri, yaitu :

a. Kecemasan (*anxiety*)

Merupakan kondisi emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh perasaan-perasaan subyektif seperti ketegangan, ketakutan, kekhawatiran dan juga ditandai dengan aktifnya sistem saraf pusat. Kecemasan juga sebagai kekuatan pengganggu utama yang menghambat perkembangan hubungan interpersonal yang sehat. Kecemasan pernah dialami oleh hampir semua individu, hanya saja kadar dan tarafnya yang berbeda.

b. Penampilan fisik (*Physical appearance*)

Penampilan fisik merupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan penampilan luar dan sejauh mana individu memiliki penampilan yang menarik yang mudah diamati dan dinilai oleh individu lain. Penampilan fisik secara disadari atau tidak, dapat menimbulkan respon tertentu dari individu lain.

c. Perilaku (*Behavior*)

Merupakan sebagai suatu aksi reaksi individu yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung terhadap lingkungannya dan sejauhmana individu dapat bersosialisasi sesuai dengan norma-norma yang berada dalam lingkungannya.

d. Popularitas (*Popularity*)

Merupakan kemampuan individu dalam melakukan hubungan sosialnya, yaitu keberhasilan dalam membina hubungan dengan individu lainnya yang ditandai dengan penerimaan dan atau penolakan individu atau kelompok.

e. Kebahagiaan (*Happiness*)

Merupakan kondisi psikologi positif, yang ditandai oleh tingginya kepuasan terhadap masa lalu, tingginya tingkat emosi positif, dan rendahnya tingkat emosi negatif.

f. Pengetahuan (*Intellectual*)

Merupakan apa yang individu ketahui tentang dirinya seperti hal-hal yang menggambarkan dirinya, kelebihan atau kekurangan fisik, usia, jenis kelamin, kebangsaan, suku, pekerjaan, agama, dan lain-lain.

Dari beberapa aspek yang dijelaskan maka dalam penelitian ini menggunakan aspek-aspek konsep diri dari Veiga dan Leite (2016) yang meliputi kecemasan (*anxiety*), penampilan fisik (*physical appearance*), perilaku (*behavior*), popularitas (*popularity*), kebahagiaan (*happiness*) dan pengetahuan (*intellectual*).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Beberapa ahli mengemukakan bahwa ada faktor-faktor pembentuk konsep diri. Faktor-faktor pembentukan konsep diri terbagi atas faktor internal dan eksternal.

a. Faktor internal

Coppersmith (2010) menjelaskan konsep diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni:

1. Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal yang memunculkan perasaan dan perasaan berharga.
2. Aktualisasi diri atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi yang sebenarnya.
3. Kematangan emosi, individu yang selalu dipupuk oleh perasaan yang positif maka akan membentuk sikap positif terhadap diri individu. Begitu juga sebaliknya jika individu dipupuk oleh perasaan negatif akan membentuk sikap negatif pula pada dirinya.

b. Faktor eksternal

Penelitian (Roja, 2003;Jalaluddin Rakhmat, 2003; Puspasari, 2007) memberikan pendapat mengenai faktor- faktor konsep diri secara eksternal, yakni :

1. Orang Lain, jika individu diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaanya maka orang tersebut cenderung menerima dan menghormati dirinya sendiri.
2. Kelompok rujukan (*Refrence group*), kelompok yang secara emosional mengikat individu dan berpengaruh dalam pembentukan konsep diri dinamakan kelompok rujukan. Individu akan mengarahkan perilaku yang menyesuaikan kelompok .
3. Keterbatasan ekonomi, lingkungan dengan keterbatasan ekonomi akan menghasilkan perkembangan pada aktualisasi diri. Dengan kata lain, kesulitan ekonomi individu akan menghasilkan konsep diri yang rendah.
4. Usia, konsep diri pada individu dapat meningkat atau menurun sesuai kondisi ataupun pengalaman individu.

Pada penelitian ini, peneliti berfokus untuk meneliti kematangan emosi sebagai faktor yang mempengaruhi konsep diri. Hal tersebut dikarenakan peneliti ingin mengetahui apakah kematangan emosi berkorelasi signifikan positif pada konsep diri pada remaja ibu bekerja.

B. Kematangan Emosi

1. Pengertian Kematangan Emosi

Chandanshive (2014) mengungkapkan bahwa kematangan emosi merupakan sejauh mana individu menyadari potensinya dan mengembangkan kemampuannya untuk menerima pada keadaan yang tidak diinginkan oleh individu tersebut. Papalia (2008) menyatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan memahami dan mengatur emosi untuk membentuk perilaku yang efektif dan cerdas. Hal senada yang dikemukakan oleh Sari & Nuryoto (2002) bahwa individu disebut matang emosinya jika potensi yang dikembangkannya dapat ditempatkan dalam suatu kondisi pertumbuhan, dimana tuntutan yang nyata dari kehidupan individu dapat dihadapi dengan cara yang efektif dan positif.

Gholampour (2013) mengungkapkan kematangan emosi adalah salah satu tahap perkembangan individu dan dianggap langkah penting dalam mencapai kesuksesan dan kebahagiaan dengan pencapaian fisik, mental, kematangan sosial, ekonomis. Mukherjee (2017) menyatakan kematangan emosi adalah suatu proses di mana kepribadian secara terus-menerus berjuang untuk dapat memiliki rasa kesehatan emosional yang lebih besar, baik secara intra-fisik maupun intra-pribadi. Kematangan emosi menurut Cary dan Peter (dalam Thalib, 2015) merupakan

kemampuan individu untuk dapat merasakan dan memahami dengan benar, mampu menggunakan daya dan kepekaan sebagai energi informasi dan pengaruh yang manusiawi.

Hurlock (1997) berpendapat bahwa individu yang matang emosinya dapat dengan bebas merasakan sesuatu tanpa beban, perasaannya tidak terbebani, tidak terhambat, dan tidak terkekang. Kartono (2002) kematangan emosi juga diperhatikan sebagai suatu kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampakkan pola emosional seperti pada masa kanak-kanak. Serupa dengan pendapat Chaplin (2006) kematangan emosi adalah suatu proses pencapaian kedewasaan diri dari perkembangan emosional.

Saimon, Duta dan Dey (2016) kematangan emosi adalah individu yang mampu mengendalikan emosinya. Kaholtra (2012) kematangan emosi ialah kemampuan individu dalam mengendalikan emosi dan bukan membiarkan emosi mengendalikan individu. Schaffer (2006) kematangan emosi ialah kemampuan individu mengekspresikan emosi sesuai pada keadaan yang sedang terjadi. Pendapat ini juga sama dengan Young (1961) yang mengatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan individu dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya.

Berdasarkan teori-teori yang telah dipaparkan oleh beberapa ahli, maka dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk mencapai tingkat kedewasaan diri dalam

memahami emosi pada keadaan yang tidak dapat diterima oleh individu sehingga dapat membentuk perilaku yang efektif dan cerdas dalam menanggapi keadaan tersebut.

2. Aspek- Aspek Kematangan Emosi

Walgito (2000) mengungkapkan ciri kematangan emosi adalah sebagai berikut:

- a. Bahwa orang yang telah matang emosinya dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain seperti apa adanya, sesuai dengan keadaan sesungguhnya, dapat berfikir secara baik, serta dapat berfikir obyektif.
- b. Orang yang telah matang emosinya mempunyai pemahaman akan kekurangan dan kelebihanannya.
- c. Adanya kemampuan individu untuk mampu melakukan analisa secara kritis.

Schneider (1964) mengemukakan bahwa kematangan emosi seseorang memiliki aspek-aspek sebagai suatu ciri sifat atau perilaku yang dapat terlihat atau diobservasi, aspek tersebut yaitu :

- a. *Adequacy of emotional respon* (kecukupan respon emosional) adalah kemampuan seseorang untuk menampilkan respon emosional dengan kadar yang tepat, tidak berlebihan atau kekurangan, yang berarti bahwa respon-respon emosinya harus cocok dengan tingkat pertumbuhannya. Orang dewasa yang seperti anak kecil menggunakan tangisan atau ledakan kemarahan untuk mendapatkan apa yang diinginkannya merupakan ketidak matangan emosi.

- b. *Emotional range and depth* (jarak dan kedalaman emosi) adalah kemampuan seseorang untuk menampilkan respon emosional yang sesuai dengan rangsangan yang diterima. Kematangan emosi menuntut adanya suatu perkembangan yang memadai sehingga mampu menjadi dasar penyesuaian yang baik. Seseorang dikatakan belum mencapai kematangan emosi adalah seseorang yang mempunyai perasaan dangkal dan memperlihatkan sebagai seseorang yang telalu simpatik atau seseorang yang memiliki kekurangan perasaan cinta, simpati, perhatian dan keramahan
- c. *Emotional control* (kontrol emosi) adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan mengontrol emosi. Kontrol emosi yang kurang atau berlebihan akan menghambat penyesuaian sosial. Sikap dan perilaku individu yang menunjukkan kurangnya kontrol emosi, antara lain, kemarahan yang meledak-ledak yang ditunjukkan dengan perilaku emosional misalnya dengan membanting barang ataupun berkelahi. Kegagalan seseorang untuk mengatur perasaan merupakan salah satu faktor penting yang ikut menentukan berhasil atau gagalnya seseorang dalam mengendalikan emosi.

Singh dan Bhargave (Saimons, Duta & Dey, 2016) menjelaskan bahwa aspek-aspek yang meliputi kematangan emosi, yakni :

a. Ketidakstabilan emosi (*Emotional instability*)

Ketidakstabilan emosi menunjukkan emosi yang berubah-ubah. Individu dengan emosi yang tidak stabil memiliki

kecenderungan perubahan yang cepat dan tidak diduga dalam reaksi emosinya. Ketidakstabilan emosi meliputi kurang mampu merespon perubahan situasi dengan baik, tidak mampu menunda respon terutama respon negatif, tidak bebas dari rasa takut yang tidak beralasan dan tidak mengakui kesalahan.

b. Regresi emosi (*Emotional regression*)

Sebagai kemampuan untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional individu untuk mencapai tujuan individu tersebut. Kemampuan regulasi emosi yang baik dapat membantu mengatasi perasaan menyalahkan diri sendiri, reaksi-reaksi emosional, dan mengurangi pandangan-pandangan negatif.

c. Penyesuaian sosial (*Social maladjustment*)

Penyesuaian sosial sebagai usaha individu dengan kemampuan kapasitas yang dimilikinya untuk bereaksi secara efektif dan memadai terhadap realitas sosial adapun tujuan dari usaha tersebut adalah untuk memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan bagi dirinya maupun bagi lingkungannya. Penyesuaian sosial yang baik ditandai dengan tampilnya respon-respon yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat.

d. Integrasi Kepribadian (*Personality disintegration*)

Merupakan kecenderungan reaksi yang bertentangan pada individu yang tidak selaras dan terorganisir menjadi satu kesatuan

atau merupakan suatu kondisi individu yang terdiri dari bentuk perilaku, minat, sikap, kapasitas dan kemampuan serta penyesuaian dan integrasi.

e. *Kemandirian (Independence)*

Merupakan sikap individu untuk dapat menjadi pribadi yang mandiri dan dapat mengontrol oranglain dalam mengambil sebuah keputusan berdasarkan fakta dengan memanfaatkan intelektual yang dimiliki. Dengan kata lain, Individu yang tidak mempunyai kebebasan akan bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan dan tidak dapat diandalkan.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aspek kematangan emosi dari Sing dan Bhargava (Saimons, 2016). Hal tersebut dikarenakan aspek kematangan emosi dikemukakan oleh Sing dan Bhargava (Saimons, 2016) banyak digunakan pada penelitian-penelitian lain.

C. Hubungan Kematangan Emosi dan Konsep Diri

Ibu bekerja dituntut untuk dapat berperan ganda sebagai wanita karir dan ibu rumah tangga. Ibu memiliki tanggung jawab dalam setiap pemenuhan tugas perkembangan remaja. Fenomena yang terjadi pada ibu bekerja memiliki ambisi yang tinggi untuk berkarir sehingga membuat para ibu bekerja mengabaikan perannya sebagai orang tua. Ketika individu berada dalam keadaan krisis peran orangtua ataupun masa-masa sulit dalam hidupnya, peran kematangan emosi sangat dibutuhkan untuk dapat menilai diri positif serta mengambil keputusan yang tepat pada individu.

Kematangan emosi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi konsep diri. Kematangan emosi dapat bersumber dari pengaruh keluarga, teman, dan orang penting yang berada di lingkungan sekitar individu. Keterkaitan antara aspek kematangan emosi yaitu kemandirian pada variabel konsep diri dapat dilihat dari hasil penelitian Oktavia (2010) yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara kemandirian dengan konsep diri. Lebih lanjut, bahwa kemandirian akan menumbuhkan pribadi yang memiliki konsep diri positif atau sebaliknya konsep diri mempengaruhi perilaku atau kemampuan individu dalam hal kemandirian.

Keterkaitan antara aspek konsep diri yaitu popularitas dengan variabel kematangan emosi mengungkapkan bahwa popularitas secara langsung mempengaruhi kematangan emosi sehingga individu ditekankan untuk dapat mengevaluasi dan memonitor emosi (Bukowski,1993). Selanjutnya keterkaitan aspek konsep diri yaitu kebahagiaan dengan variabel kematangan emosi. Ulfah (2016) mengungkapkan bahwa ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dan kebahagiaan. Artinya, semakin baik kematangan emosi yang dimiliki maka akan semakin tinggi kebahagiaan, begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat kematangan emosi maka akan semakin rendah tingkat kebahagiaan yang terjadi pada individu.

Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa kematangan emosi remaja akan mempengaruhi konsep diri. Ketika seorang remaja memiliki konsep diri positif maka memungkinkan remaja mengenal diri sendiri dengan baik dan memahami serta menerima sejumlah fakta yang bermacam-macam tentang diri

sendiri. Individu dengan konsep diri positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dan realistis. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Muawannah, Surorso dan Praktikto (2012) yang menyatakan kematangan emosi dan konsep diri adalah suatu komposisi. Kematangan emosi ada di dalam konsep diri dan konsep diri ada di dalam kematangan emosi.

D. Hipotesis

Berdasarkan tujuan pustaka diatas, maka penulis mengajukan hipotesis yaitu ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan konsep diri pada remaja ibu bekerja. Artinya, semakin tinggi tingkat kematangan emosi pada remaja ibu bekerja, semakin tinggi pula konsep diri. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kematangan emosi pada remaja ibu bekerja maka akan semakin rendah pula konsep diri pada remaja ibu bekerja.

