

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Pengertian Stereotip Gender**

Secara etimologi stereotip diambil dari bahasa Yunani, yaitu *stereos* yang berarti kaku atau padat, dan *typos* yang berarti cetakan atau model. Istilah ini digunakan dalam percetakan untuk menghasilkan gambar yang sama berulang kali. Pada tahun 1922, istilah ini digunakan untuk menjelaskan bagaimana manusia membentuk pandangan tetap tentang kelompok tertentu. Bedanya, cetakan di percetakan sesuai kenyataan, sedangkan stereotip sosial sering salah.<sup>1</sup> Stereotip adalah anggapan umum tentang suatu kelompok yang sering tidak benar. Dalam kajian ilmu sosial, stereotip dimaknai sebagai suatu keyakinan atau generalisasi mengenai kelompok sosial tertentu, baik bersifat positif maupun negatif, yang cenderung mengabaikan variasi individual dalam kelompok tersebut.<sup>2</sup> Menurut sebagian pendapat, bahwa stereotip memiliki konotasi negatif karena didasarkan pada persepsi subjektif dari kelompok tertentu, sehingga tidak merepresentasikan kebenaran yang objektif atau absolut. Begitu juga Baron dan Byrne mendefinisikan stereotip sebagai ekspektasi atau keyakinan kaku yang dilekatkan pada seseorang hanya karena keanggotaannya dalam suatu kelompok sosial.<sup>3</sup> Stereotip merupakan

---

<sup>1</sup> Walter Lippmann, dikutip dalam Evi Resti Dianita, "Stereotip Gender Dalam Profesi Guru Pendidikan Anak Usia Dini," *Genius* 1, no. 2 (27 Desember 2020), 87–105

<sup>2</sup> John Macionis, dikutip dalam Ardelia Mirani, *Stereotip Gender pada Single Mother yang Bekerja* (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, 2007).

<sup>3</sup> I Made Hendra Sukmayasa, *Psikologi Humanistik: Implementasinya dalam Pendidikan* (Denpasar: Markandeya Pustaka, 2024), 45.

keyakinan sederhana dan cenderung berlebihan, yang mengabaikan kompleksitas individu dan menciptakan penilaian yang tidak akurat terhadap mereka.<sup>4</sup> Menurut Matsumoto, stereotip merupakan bentuk generalisasi atau penyamarataan yang kita buat terhadap seseorang, khususnya berkaitan dengan karakter psikologis atau kepribadiannya.<sup>5</sup> Proses kategorisasi ini dapat memperkuat label sosial dan berpotensi melanggengkan norma serta ekspektasi yang, dalam beberapa kasus, menjadi sumber diskriminasi.

Secara etimologis, gender berarti jenis kelamin. Namun, secara ilmiah gender dipahami sebagai seperangkat peran, karakteristik, serta pembagian sosial antara laki-laki dan perempuan yang dibentuk secara sosial-budaya.<sup>6</sup> Mengikuti pemikiran Menurut Berger & Luckman, pembentukan gender berlangsung melalui proses konstruksi sosial yang melibatkan eksternalisasi (proses penciptaan norma sosial), objektivasi (pengakuan norma dalam masyarakat), dan internalisasi (penerimaan individu terhadap norma yang berlaku).<sup>7</sup> Dengan demikian, Perbedaan sosial antara laki-laki dan perempuan sebagian besar didasarkan pada proses budaya dan sosial daripada faktor biologis semata.

Stereotip gender adalah bentuk spesifik dari stereotip yang merujuk pada keyakinan sosial mengenai bagaimana laki-laki dan perempuan "seharusnya"

---

<sup>4</sup> Nita Yuli Setiyani, *Stereotip Gender pada Anak Korban Perceraian (Suatu Studi Kasus)* (Skripsi, Universitas Airlangga, 2006), 34.

<sup>5</sup> M. Murdianto, "Stereotip, Prasangka dan Resistensinya (Studi Kasus pada Etnis Madura dan Tionghoa di Indonesia)," *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, no. 2 (2018), 10.

<sup>6</sup> Ismatul Izza et al., "Diskriminasi Gender pada Masa Pra Islam terhadap Lahirnya Kesetaraan Gender," *Jurnal Studi Gender Islam* 1, no. 2 (2022), 45..

<sup>7</sup> Wuri Handayani, "Diskriminasi Gender dalam Pendidikan," *Muwazah* 10, no. 2 (25 Desember 2018), 210.

berperilaku, bersifat, dan menjalankan peran dalam masyarakat.<sup>8</sup> Laki-laki digambarkan sebagai kuat, logis, dominan, dan rasional, sedangkan perempuan digambarkan sebagai lemah lembut, emosional, dan penurut.<sup>9</sup> Sejalan dengan pandangan feminisme, Lips dalam *Sex & Gender: An Introduction* menjelaskan bahwa gender merupakan seperangkat ekspektasi budaya yang dilekatkan kepada perempuan dan laki-laki, yang mengatur bagaimana masing-masing jenis kelamin diharapkan berperilaku dalam masyarakat. Ekspektasi ini menciptakan batasan-batasan sosial yang membentuk stereotip gender, sehingga individu sering kali terjebak dalam "kotak" peran gender yang membatasi kebebasan mereka dalam mengeksplorasi dan mengembangkan seluruh potensi diri yang dimiliki.<sup>10</sup> Sejalan dengan itu, Firin menjelaskan bahwa stereotip gender berkembang sejak dini melalui pola asuh keluarga, norma sosial, media, hingga lembaga pendidikan yang memperkuat peran gender tertentu secara turun-temurun. Laki-laki diarahkan supaya bersikap kuat, rasional, dan menekan ekspresi emosional, sedangkan perempuan diarahkan untuk mengutamakan kelembutan, keibuan, dan peran domestik.<sup>11</sup> Konstruksi maskulinitas sosial yang kaku mendorong lahirnya fenomena *toxic masculinity*, yakni pola penekanan emosi, dominasi, dan pengendalian diri secara ekstrem yang diberlakukan terhadap laki-laki. Menurut Ross-William *toxic masculinity* sebagai bentuk tekanan sosial yang menuntut laki-

---

<sup>8</sup> Evisetiawati, Hubungan Stereotip Gender dengan Presentasi Diri Siswa di SMA Negeri 1 Muaro Jambi (Skripsi, Universitas Jambi, 2024), 55

<sup>9</sup> Saturahmawati, Alvi S., et al., "Bias Gender dalam Iklan Attack Easy di Televisi," Jurnal Ilmu Komunikasi UPNYK 8, no. 3 (2010), 119..

<sup>10</sup> Hilary M. Lips, *Sex & Gender: An Introduction*, 2nd ed. (Mountain View, CA: Mayfield Pub. Co., 1993), 180.

<sup>11</sup> Dewi Manila, Hubungan antara Stereotype Gender dengan Need for Achievement pada Remaja Putri di Desa Karanganyar Ambulu (Skripsi, Universitas Jember, 2023), 67.

laki untuk menekan emosi, menghindari kelembutan, dan selalu menunjukkan dominasi.<sup>12</sup> O'Neil mengatakan kondisi ini sebagai *gender role conflict*, yaitu seorang laki-laki atau perempuan tidak dapat menjalankan peran yang diharapkan dari masyarakat atau norma/aturan yang berlaku di lingkungannya umumnya.<sup>13</sup> Konflik ini dapat menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan, terutama bagi laki-laki, karena mereka harus berhadapan dengan ketegangan antara dorongan untuk mengaktualisasikan diri secara autentik dan tuntutan budaya yang membatasi ekspresi diri mereka. Dengan kata lain, *toxic masculinity* menciptakan kondisi di mana laki-laki merasa terperangkap antara keinginan pribadi dan tekanan sosial yang mengekang peran gender mereka. Lebih jauh, Hidayat dalam bukunya *Maskulinisme dalam Konstruksi Ilmu* menjelaskan bahwa maskulinisme tidak hanya membentuk perilaku individu, tetapi juga beroperasi dalam struktur pengetahuan dan lembaga sosial.<sup>14</sup> Melalui kerangka maskulinisme epistemologis, ilmu pengetahuan dan institusi sosial banyak dibangun dalam perspektif nilai-nilai maskulin yang menempatkan laki-laki sebagai pusat norma ideal. Maka tekanan maskulinisme tidak hanya mengatur cara laki-laki menampilkan diri di ranah sosial, tetapi juga menciptakan sistem sosial yang mempersempit ruang aktualisasi diri bagi laki-laki yang berbeda dari konstruksi ideal maskulinisme dominan.

---

<sup>12</sup> Angelina Valent Irene Cahya Putri, Pangestu Ararya Daffa Wisesa, dan M. F. F. Ramdani, "Realitas Toxic Masculinity di Masyarakat," *Prosiding Seminar Nasional Ilmu-Ilmu Sosial (SNIIS)* (2022), 232.

<sup>13</sup> Karina Meriem Beru Brahmama, "Pengaruh Ideologi Maskulin Terhadap Konflik Peran Gender Pada Laki-Laki Suku Batak Karo," *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen* 6, no. 1 (17 Agustus 2019), 10–20.

<sup>14</sup> Rachmad Hidayat, *Maskulinisme dalam Konstruksi Ilmu* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2020), 71.

Melihat pada konteks pendidikan, khususnya di Sekolah Menengah Kejuruan, konstruksi stereotip gender maskulin ini menjadi tantangan tersendiri. Ketika peserta didik laki-laki memilih jurusan yang secara kultural dianggap feminin, seperti tata busana atau kuliner, mereka rentan mengalami stigma, tekanan sosial, bahkan krisis identitas. Tekanan inilah yang berpotensi menghambat proses aktualisasi diri mereka, sebagaimana tergambar pula dari data *World Health Organization* (WHO) yang dikeluarkan pada 2021, menunjukkan tingginya prevalensi masalah kesehatan mental dan kasus tindakan mengakhiri hidup sendiri pada remaja laki-laki.<sup>15</sup>

Stereotip gender berkontribusi besar terhadap pembentukan identitas sosial peserta didik. Ketika ekspektasi sosial menempatkan siswa laki-laki dalam tekanan peran maskulinitas tradisional, hal ini dapat menghambat perkembangan emosional dan menurunkan keberanian dalam mengekspresikan potensi diri. Ma'ruf et al. (2025) menunjukkan bahwa dalam institusi pendidikan Islam sekalipun, konstruksi sosial gender yang sempit dapat menghambat regulasi emosi dan berdampak negatif terhadap performa akademik dan psikologis siswa.<sup>16</sup>

Berdasarkan keseluruhan kajian di atas, dalam penelitian sekarang stereotip gender dipahami sebagai seperangkat keyakinan sosial yang membatasi individu berdasarkan jenis kelamin, mencakup penilaian terhadap kepribadian, peran sosial, penampilan fisik, serta peran dalam keluarga, yang secara signifikan dapat

---

<sup>15</sup> World Health Organization, "Suicide Rate Estimates, Crude – Data by Country," diakses 15 Juni 2025, <https://www.who.int/data/gho/data/themes/mental-health/suicide-rates>.

<sup>16</sup> Ma'ruf, H., Juhaidi, A., Hafiz, M. R., & Fitri, S. (2025). Uncovering the influence of demographic factors on the emotional regulation of Alpha generation students in Islamic educational institutions in Indonesia: the role of parenting style as a mediator. *Cogent Education*, 12(1).

mempengaruhi proses aktualisasi diri peserta didik laki-laki. Dengan demikian, dalam penelitian ini, stereotip gender didefinisikan sebagai keyakinan sosial yang menetapkan peran, perilaku, dan ciri-ciri yang dilekatkan secara kaku pada individu berdasarkan jenis kelamin, yang membatasi kebebasan aktualisasi diri, khususnya pada peserta didik laki-laki Sekolah Menengah Kejuruan.

## **2. Aspek-Aspek Stereotip Gender**

Pada kajian teoritik, aspek-aspek stereotip gender dikembangkan melalui beberapa sudut pandang yang saling melengkapi.

Naffziger menjelaskan bahwa stereotip gender mempunyai tiga aspek,<sup>17</sup> yaitu:

- a. Aspek kognitif mencakup persepsi, anggapan dan harapan orang dari kelompok jenis kelamin pria dan wanita. Anggapan, persepsi dan harapan ini sederhana, seringkali kurang berdasar, dan kadang-kadang sebagian tidak akurat tetapi tetap dipertahankan dengan kuat oleh banyak orang.
- b. Aspek afektif mencakup sikap ramah maupun tidak ramah umum terhadap obyek sikap dan berbagai perasaan sikap serta berbagai perasaan spesifik yang memberi warna emosional pada sikap tersebut. Perasaan ini mungkin berupa kekaguman dan simpati atau rasa superior, iri hati dan rasa takut.
- c. Aspek konatif dari semua stereotip mencakup anggapan mengenai apa yang harus dilakukan berkenaan dengan kelompok yang bersangkutan dan dengan

---

<sup>17</sup> Nita Yuli Setiyani, *Stereotip Gender pada Anak Korban Perceraian (Suatu Studi Kasus)* (Skripsi, Universitas Airlangga, 2006), 23.

anggota tertentu kelompok tersebut. Dalam kasus stereotip peran gender, terdapat anggapan bahwa anggota kelompok seks pria harus bertanggung jawab atas tugas-tugas yang menuntut kekuatan fisik dan bahwa anggota jenis kelamin wanita harus dilindungi terhadap setiap tanggung jawab yang mungkin membahayakan kondisi fisik mereka yang lebih lemah.

Selain pembagian secara umum tersebut, Deaux dan Lewis mengidentifikasi unsur-unsur spesifik dalam stereotip gender,<sup>18</sup> yakni:

- a. Ciri sifat kepribadian, pria dan wanita melekat pada citra maskulin dan feminim, namun tetap saja memiliki kepribadian yang berbeda-beda seperti halnya independen, memiliki jiwa bersaing yang kuat, pribadi yang hangat, emosional.
- b. *Role behaviour*, sifat, perilaku, kepribadian yang tercipta akibat pengaruh dalam lingkungan sekitar atas citra wanita dan pria.
- c. Pekerjaan, pandangan bahwa suatu pekerjaan lebih sesuai atau diidentikkan pada suatu jenis kelamin.
- d. Penampilan fisik, citra penampilan fisik yang terbentuk diri individu maupun kelompok.

Pada penelitian sekarang, peneliti mengadopsi aspek-aspek stereotip gender yang dirancang Firin (dalam Dewi Manila, 2023) sebagai dasar operasionalisasi variabel, karena dianggap paling relevan dengan konteks peserta didik laki-laki di Sekolah Menengah Kejuruan yang menjadi fokus penelitian. Firin menyatakan,

---

<sup>18</sup> Nita Yuli Setiyani, *Stereotip Gender pada Anak Korban Perceraian (Suatu Studi Kasus)* (Skripsi, Universitas Airlangga, 2006), 24.

"Stereotip gender berkaitan dengan bagaimana kepribadian, peran sosial, dan penampilan fisik dilekatkan secara kultural pada laki-laki dan perempuan akibat konstruksi cara pandang masyarakat."

Secara lebih rinci, Firin menguraikan aspek-aspek tersebut sebagai berikut:

a. Sifat dan kepribadian

*Stereotype* ini berkaitan dengan perbedaan kepribadian yang dimiliki oleh laki-laki dan perempuan. Misalnya seperti laki-laki yang cenderung mandiri, rasional bersifat lebih aktif, mandiri, agresif, berani dan petualang. Sedangkan perempuan lebih bersifat lemah lembut, pasif, sensitif dan bergantung.

b. Peran sosial

*Stereotype* ini berkaitan dengan perbedaan peran sosial yang dimiliki oleh laki-laki dan perempuan. Seperti aktivitas laki-laki yang lebih dominan di sektor publik, dan peran produksi (menghasilkan sesuatu). Sedangkan aktivitas perempuan kebanyakan berfokus pada sektor domestik, peran reproduksi (merawat, mengasuh, dan memberi kehangatan). *Stereotype* ini juga berkaitan dengan perbedaan posisi laki-laki dan perempuan di tatanan sosial. Laki-laki dipandang sebagai sosok pengambil keputusan dan wajib menjadi pemimpin, sedangkan perempuan lebih cocok menjadi pengikut.

c. Penampilan fisik

*Stereotype* ini berkaitan dengan perbedaan penampilan fisik laki-laki dan perempuan. Laki-laki biasanya tidak berdandan, memiliki penampilan fisik yang gagah, kuat, tinggi, bahu lebar, dan suara. Sedangkan perempuan cenderung

berdandan dan memiliki penampilan fisik yang cantik, indah, mungil, dan suara lembut.

d. Peran dalam Keluarga

Stereotype ini berhubungan dengan perbedaan peran laki-laki dan perempuan dalam keluarga. Laki-laki berperan sebagai kepala rumah tangga dan pencari nafkah utama rumah tangga, sedangkan perempuan berperan sebagai pencari nafkah, mencari tambahan penghasilan atau mencari nafkah.

Pemilihan aspek-aspek stereotip gender menurut Firin dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan bahwa kerangka tersebut secara komprehensif telah mengintegrasikan dimensi kognitif, afektif, dan konatif sebagaimana dikemukakan oleh Naffziger, serta unsur-unsur spesifik seperti kepribadian, peran, karir, dan penampilan fisik sebagaimana diuraikan oleh Deaux dan Lewis. Selain menawarkan kejelasan konseptual, aspek-aspek Firin juga dipandang paling relevan dengan konteks peserta didik laki-laki Sekolah Menengah Kejuruan yang menjadi subjek penelitian, di mana tekanan stereotip gender maskulin seringkali muncul ketika peserta didik memilih jurusan-jurusan yang dianggap tidak sesuai dengan norma maskulinitas tradisional. Oleh karena itu, penggunaan aspek Firin dinilai mampu menjembatani kebutuhan teoritik dan kebutuhan pengukuran empiris penelitian secara akurat.

### **3. Pengertian Aktualisasi Diri**

Aktualisasi diri merupakan salah satu konsep penting dalam psikologi humanistik yang menggambarkan dorongan bawaan manusia untuk

mengembangkan, mengekspresikan, dan merealisasikan potensi dirinya secara penuh. Menurut Chaplin, aktualisasi diri didefinisikan sebagai kecenderungan seseorang untuk mengembangkan bakat dan kapasitas dirinya hingga tingkat maksimal.

Maslow, pelopor teori hierarki kebutuhan, menempatkan aktualisasi diri pada puncak struktur kebutuhan manusia.<sup>19</sup> Hierarki Maslow dimulai mulai dari kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan kasih sayang, harga diri, sampai pada aktualisasi diri. Namun Maslow kemudian menegaskan bahwa aktualisasi diri tidak semata-mata bersifat linier, melainkan dapat berlangsung dinamis tergantung situasi individu. Aktualisasi diri menurut Maslow mencerminkan proses menjadi pribadi yang utuh (*wholeness*), mandiri, kreatif, dan bermakna.<sup>20</sup>

Maslow juga menggambarkan orang yang mengaktualisasi diri memiliki ciri-ciri seperti: penerimaan diri, efisiensi dalam menghadapi realitas, spontanitas, pemusatan pada masalah, penghargaan baru terhadap kehidupan (*freshness of appreciation*), pengalaman puncak (*peak experiences*), keterhubungan sosial, hubungan interpersonal mendalam, humor yang filosofis, kreativitas, serta keberanian untuk berbeda dengan budaya umum (*enculturation resistance*).

Berbeda dari Maslow, Rogers menjelaskan aktualisasi diri sebagai kecenderungan bawaan manusia untuk tumbuh dan berkembang menuju

---

<sup>19</sup> H. Setiawan, *Manusia Utuh: Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow* (Yogyakarta: PT Kanisius, n.d.)

<sup>20</sup>S. Calicchio, Abraham Maslow, dari Hierarki Kebutuhan hingga Pemenuhan Diri: Sebuah Perjalanan dalam Psikologi Humanistik melalui Hierarki Kebutuhan, Motivasi, dan Pencapaian Potensi Manusia Sepenuhnya (Stefano Calicchio, 2023).

pemenuhan potensi diri secara unik.<sup>21</sup> Rogers memperkenalkan istilah *fully functioning person* sebagai individu yang terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki kepercayaan terhadap diri sendiri, bebas dari tekanan kondisi eksternal, mampu membuat keputusan secara otonom, serta hidup secara autentik sesuai nilai-nilai personal.

Menurut Rogers, syarat utama tumbuhnya aktualisasi diri adalah lingkungan yang menyediakan penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), empati, dan keaslian (*congruence*) dari lingkungan sosial, terutama orang tua, guru, dan significant others.

Aktualisasi diri merupakan proses individu dalam mencapai potensi tertingginya melalui pengembangan aspek-aspek kognitif, emosional, dan sosial. Dalam konteks pendidikan, pencapaian aktualisasi diri peserta didik sangat dipengaruhi oleh regulasi emosi dan dinamika lingkungan sosial, termasuk pola asuh dan tekanan sosial yang bersumber dari stereotip gender (Ma'ruf et al., 2025).<sup>22</sup>

Masa remaja merupakan periode kritis aktualisasi diri, karena individu tengah berproses membentuk identitas pribadi. Berdasarkan teori Erikson, remaja menghadapi tugas perkembangan pada tahap *identity vs role confusion*, yaitu

---

<sup>21</sup> Anisa Listyowati, Tri Rejeki Andayani, dan Nugraha Arif Karyanta, "Hubungan Antara Kebutuhan Aktualisasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Karir pada Siswa Kelas XII SMA N 2 Klaten," n.d.

<sup>22</sup> Ma'ruf, H., Juhaidi, A., Hafiz, M. R., & Fitri, S. (2025). Uncovering the influence of demographic factors on the emotional regulation of Alpha generation students in Islamic educational institutions in Indonesia: the role of parenting style as a mediator. *Cogent Education*, 12(1).

pencarian identitas diri di tengah berbagai ekspektasi sosial dan pengaruh lingkungan.

Santrock menambahkan bahwa remaja mulai mengeksplorasi minat, nilai, bakat, dan tujuan hidup secara aktif, sekaligus mengembangkan pengambilan keputusan yang lebih mandiri. Aktualisasi diri pada tahap ini berperan dalam membantu remaja menemukan keunikan dirinya, mengembangkan kompetensi personal, serta membangun landasan psikologis yang sehat untuk memasuki masa dewasa.

Dalam konteks pendidikan pada kejuruan, peserta didik tidak hanya menghadapi tantangan akademik, tetapi juga tuntutan eksplorasi minat karier secara konkret. Mereka dituntut membuat keputusan awal tentang profesi di usia yang relatif muda, sehingga pengembangan aktualisasi diri pada peserta didik kejuruan memegang peranan penting dalam mempersiapkan kemandirian karier dan kesiapan psikologis menghadapi dunia kerja.

#### **4. Aspek-Aspek Aktualisasi Diri**

Rogers mengemukakan beberapa aspek atau sifat orang yang mengaktualisasikan diri,<sup>23</sup> sebagai berikut:

a. Keterbukaan pada pengalaman

Bahwa seseorang tidak bersifat kaku dan defensif melainkan bersifat fleksibel, tidak hanya menerima pengalaman yang diberikan oleh kehidupan,

---

<sup>23</sup> Ria Sabekti, Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) dengan Kecenderungan Narsisme dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir: Penelitian Cross Sectional (Skripsi, Universitas Airlangga, 2019).

tapi juga dapat menggunakannya dalam membuka kesempatan lahirnya persepsi dan ungkapan-ungkapan baru.

b. Kehidupan eksistensial

Orang yang tidak mudah berprasangka ataupun memanipulasi pengalaman melainkan menyesuaikan diri karena kepribadiannya terus-menerus terbuka kepada pengalaman baru.

c. Kepercayaan terhadap organisme orang sendiri

Bertingkah laku menurut apa yang dirasa benar, merupakan pedoman yang sangat diandalkan dalam memutuskan suatu tindakan yang lebih dapat diandalkan daripada faktor-faktor rasional atau intelektual.

d. Perasaan bebas

Semakin seseorang sehat secara psikologis, semakin mengalami kebebasan untuk memilih dan bertindak.

e. Kreativitas

Seorang yang kreatif bertindak dengan bebas dan menciptakan hidup, ide dan rencana yang konstruktif, serta dapat mewujudkan kebutuhan dan potensinya secara kreatif dan dengan cara yang memuaskan.

## 5. Karakteristik dalam Aktualisasi Diri

Maslow menyatakan aktualisasi diri memiliki beberapa Karakteristik<sup>24</sup>, yaitu:

---

<sup>24</sup> Yusuf Drajad Wibawanto, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Aktualisasi Diri" (2018), <https://eprints.ums.ac.id/62158/>.

a. Realitas Secara Efisien.

Kemampuan untuk mengamati realita secara cermat dan efisien, melihat realitas secara apa adanya.

b. Penerimaan Diri.

Menghormati orang lain serta menerima kodrat dengan segala kekurangan dan kelemahan.

c. Spontanitas.

Sesuatu dilakukan dengan wajar dan tidak dibuat- buat yang berdasar pada diri pribadinya dan bukan sesuatu yang hanya nampak dipermukaan.

d. Terpusat pada Masalah.

Terlibat secara mendalam pada masalah, tugas, pekerjaan atau misi yang dianggap penting.

e. Apresiasi Segar.

Menghargai hal-hal pokok dalam kehidupan dengan rasa gembira dan kagum.

f. Pengalaman Puncak.

Menunjukkan kepada momen-momen dari perasaan yang mendalam.

g. Minat Sosial.

Ikatan yang mendalam dengan sesamanya dan memiliki hasrat yang tulus untuk membantu memperbaiki sesamanya.

h. Hubungan Antar Pribadi.

Terciptanya hubungan antar pribadi yang mendalam dengan kebanyakan orang dan cenderung membangun dengan orang lain.

i. Humoris.

Pengungkapan humor yang bertujuan lebih dari sekedar membuat orang lain tertawa dan memiliki rasa humor yang filosofis.

j. Kreativitas.

Tindakan asli, spontan dan umumnya dimanifestasikan dalam kegiatan-kegiatan seni dan pengetahuan dari hal baru yang berbeda dari gagasan lama.

k. Penolakan Elkulturasi.

Keberanian untuk menunjukkan usaha mempertahankan pendirian-pendirian dan membuat keputusan yang sedikit berbeda dengan pendapat umum.

## **6. Faktor Hambatan Aktualisasi Diri**

Maslow mengidentifikasi beberapa hambatan aktualisasi diri<sup>25</sup>, antara lain:

a. Berasal dari diri sendiri

Berupa ketidaktahuan, keraguan, dan bahkan juga rasa takut dari individu untuk mengungkapkan potensi-potensi yang dimilikinya, sehingga potensi itu tetap laten.

b. Berasal dari luar

---

<sup>25</sup> Ria Sabekti, Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) dengan Kecenderungan Narsisme dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir: Penelitian Cross Sectional (Skripsi, Universitas Airlangga, 2019).

Berupa kecenderungan kepribadian individu terhadap sifat-sifat, bakat, atau potensi-potensi, dimana aktualisasi diri hanya mungkin terjadi apabila kondisi lingkungan menunjangnya.

c. Berasal dari pengaruh negatif

Hambatan ini berupa pengaruh negatif yang dihasilkan oleh kebutuhan untuk melakukan aktualisasi diri, seperti dalam hal mengeluarkan pendapat, mengambil resiko, membuat keputusan, melepaskan kebiasaan lama yang tidak konstruktif. Hal ini akan memberikan ketakutan pada individu yang tidak mampu melakukannya, hingga nantinya ketakutannya itu akan mendorong individu-individu tersebut untuk bergerak mundur dalam pemuasan kebutuhan. Jadi, disini individu dituntut untuk bersedia dan terbuka terhadap gagasan dan pengalaman-pengalaman baru.

## 7. Pengukuran Aktualisasi Diri

Pengukuran aktualisasi diri dalam penelitian ini menggunakan *Short Index of Self Actualization (SISA)* oleh Jones dan Crandall (1986), yang merupakan pengembangan dari *Personal Orientation Inventory (POI)*<sup>26</sup>. *SISA* mengukur dimensi aktualisasi diri secara ringkas melalui 15 item pernyataan sebagai berikut:

Berikut ini pertanyaan pada tes *SISA*:

- 1) *I do not feel ashamed of any of my emotions*
- 2) *I feel I must do what others expect me to do*
- 3) *I believe that people are essentially good and can be trusted.*

---

<sup>26</sup> Sabekti, *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial*, 45

- 4) *I feel free to be angry at those I love*
- 5) *It is always necessary that others approve of what I do*
- 6) *I don't accept my own weakness*
- 7) *I can like people without having to approve of them*
- 8) *I fear failure*
- 9) *I avoid attempts to analyze and simplify complex domains*
- 10) *It is better to be yourself than to be popular*
- 11) *I have no mission in life to which I feel especially dedicated*
- 12) *I can express my feelings even when they*
- 13) *I do not feel responsible to help anybody*
- 14) *I am bothered by fears of being inadequate*
- 15) *I am loved because I give love*

## **B. Kerangka Berpikir**

Menurut Sugiyono, kerangka berpikir ialah jenis konsep yang terkait dengan teori yang saling berkaitan dari berbagai komponen yang dianggap penting untuk menentukan masalah yang dianggap penting.<sup>27</sup> Kerangka berpikir dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada pembaca tentang alur penelitian tentang pengaruh stereotip gender terhadap aktualisasi diri peserta didik laki-laki di SMKN 4 Banjarmasin.

---

<sup>27</sup> Dr Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Alfabeta, 2023).

**Gambar 3.1 Kerangka Berpikir**

