

pada tahun 2020. Generasi Z tumbuh dengan teknologi, internet, dan media sosial, yang terkadang menyebabkan mereka mendapatkan stereotip sebagai pecandu teknologi, anti-sosial, atau pejuang keadilan sosial .(dalam Purnomo et al., 2019)

Survei terbaru yang dilakukan oleh Morin pada 4.000 individu di Amerika Serikat menjelaskan bahwa generasi Z merupakan generasi yang paling banyak mengalami stress dibandingkan dengan generasi lainnya (dilansir dari Very Well Mind, 2021). Sebanyak 62% individu mengaku mengalami stres mulai dari tingkatan yang sedang hingga berat, terutama selama masa pandemik. Beberapa penyebab stres bagi generasi Z adalah masalah keuangan, pekerjaan dan gaya hidup. Banyak dari generasi Z yang merasakan gaya hidup yang sedang ia jalani tidak sesuai dengan keinginannya. Mereka melihat patokan gaya hidup dari orang disekitarnya melalui media sosial, sehingga ketika tidak tersampaikan apa yang mereka inginkan, maka mereka merasa stress. Sama halnya dengan karakteristik FOMO, fenomena ini menandakan bahwa generasi Z belum menemukan makna hidupnya. Seperti yang dikatakan Frankl (dalam Setyadewi, 2021) bahwa ciri-ciri individu yang telah menemukan makna hidupnya adalah ketika bebas memilih langkah tindakan mereka sendiri, tidak ditentukan oleh kekuatan luar dirinya dan secara sadar mengontrol kehidupannya.

Kehidupan yang bermakna dapat dijadikan sebagai pertahanan untuk generasi Z dalam menghadapi modernisasi yang terjadi saat ini. Crumbaugh dan Maholic (dalam Setyadewi, 2021) seseorang yang merasa hidupnya bermakna mampu menggunakan mekanisme pertahanan secara memadai dibanding dengan subjek yang kurang bermakna dalam hidupnya. Berdasarkan makna hidup

generasi Z dapat menentukan tujuan dalam hidupnya, kehidupan pun menjadi lebih terarah.

Makna hidup merupakan hal yang dimaknai secara subjektif dan berbeda antara orang satu dengan yang lain. Bastaman (dalam Hidayat, 2019) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup merupakan hal yang mendasar yang mengarahkan seorang manusia berperilaku. Penghayatan kebermaknaan hidup sangat penting bagi setiap individu dalam mencapai tujuan hidupnya, maka Santoso (Putri et al., 2020) menyebutkan pendidikan adalah kuncinya, membangun pendidikan dengan arah yang tepat dan dijalankan dengan cara yang benar. Maka dari itu sekolah menjadi salah satu faktor penting bagi remaja dalam perkembangan hidupnya. Salah satu upaya sekolah dalam meningkatkan mutu siswanya adalah dengan menanamkan aspek kepribadian yang berhubungan dengan sikap dan perilaku.

Bastaman (Ma'ruf, 2019) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah kualitas penghayatan individu terhadap seberapa besar dirinya mampu mengembangkan potensi-potensi dan kapasitas dirinya, seberapa jauh ia berhasil mencapai tujuan-tujuan hidupnya dan upaya memberikan makna pada kehidupannya.

Menurut Bastaman makna hidup merupakan suatu hal yang penting, berharga, dan benar serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup. Makna hidup dapat diwujudkan dalam sebuah kehidupan dengan cara berguna bagi orang lain, anak, istri, dan keluarga, namun kebermaknaan hidup dapat berkurang jika dalam kondisi merasa tidak berarti, perasaan hampa, kurangnya inisiatif dan minat, serta munculkan pikiran untuk bunuh diri (dalam Qoriah, 2017). Menurut Suyanti

(dalam Ma'ruf, 2019) konsep diri merupakan kepercayaan, sikap, pengetahuan dan pemikiran individu tentang pribadinya. Siswa dengan konsep diri yang positif dicirikan sebagai siswa memiliki penilaian yang positif terhadap segala aspek dirinya sendiri. Yaitu, menyangkut aspek fisik, moral, sosial dan psikologis. Siswa dengan konsep diri yang positif tersebut akan mampu meraih kehidupan yang bermakna. Ia juga bisa menempatkan antara diri sebagai kenyataan dan sebagai harapan. Penilaian yang positif terhadap diri sendiri akan mengarahkan individu kepada apa yang penting menurut dirinya. Ketika hal tersebut tercapai, maka ia akan semakin merasa bermakna hidupnya. Semakin tinggi skor konsep diri yang diperoleh menunjukkan semakin positif konsep diri pada siswa, dan sebaliknya. Konsep diri dan *Self control* memiliki peran terhadap kebermaknaan hidup siswa.

Chaplin (dalam Muliati, 2021) mengatakan bahwa konsep diri merupakan evaluasi individu mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan. Konsep diri tidak bawaan, tetapi dikembangkan atau dibangun oleh melalui interaksi dengan lingkungan dan merefleksikannya interaksi.

Seseorang yang memiliki konsep diri yang baik akan memiliki kompetensi sosial yang baik juga. Konsep diri yang positif juga memiliki peran terhadap turunya tingkat prokrastinasi seorang siswa. Manfaat praktis lainnya dari konsep diri adalah mampu membantu penyesuaian diri, meningkatkan motivasi, dan rasa percaya diri seseorang. Memiliki konsep diri yang baik penting dimiliki oleh setiap siswa SMA. Siswa SMA yang biasanya berada pada usia remaja memiliki tugas perkembangan untuk mencapai kematangan intelektual. Salah satu cara

untuk mencapai kematangan tersebut adalah dengan memiliki konsep diri yang baik. Oleh sebab itu, siswa diharapkan mampu untuk memiliki konsep diri yang baik agar tugas perkembangan tersebut berjalan lancar (dalam Damarhadi et al., 2020).

Rakhmat (dalam Rahman & Rusmawati, 2020) berpendapat ketika remaja menilai dan memandang dirinya juga akan mempengaruhi remaja lain, sehingga apabila remaja tersebut menilai dirinya positif maka remaja tersebut akan mampu memandang dan menilai orang lain secara positif pula. Konsep diri dapat berubah sebagai hasil penghargaan dan interaksi dengan lingkungan. Konsep diri mengalami perkembangan pada masa remaja akhir dan dewasa konsep diri seorang sudah relatif menetap.

Generasi Z dengan konsep diri yang baik mereka memiliki pandangan yang positif akan dirinya, akan semua kelebihan dan kekurangannya. Mereka yakin dengan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah. selain itu, mereka mampu memberikan fungsi perannya dalam keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat. Seseorang merasa aman dan percaya diri yang disebabkan oleh penilaian diri yang positif, kelihatan mampu untuk menerima dan mempunyai lebih banyak sikap yang positif terhadap orang lain dan mampu menempatkan diri, dibanding dengan mereka yang memiliki penerimaan diri lebih rendah tidak merasa yakin terhadap baik buruknya diri sendiri. Namun, sebaliknya apabila individu tidak mengenali konsep dirinya dengan baik dan memiliki konsep diri yang negatif ia akan susah memahami dirinya sendiri apalagi memahami orang lain (dalam Setyadewi, 2021).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan salah seorang guru yang mengajar di SMA PERTIWI 1 Padang mengatakan bahwa beberapa dari siswa belum menemukan makna hidup seperti atas ketidak bebasan memilih langkah tindakan mereka sendiri. Terdapat siswa yang lebih memilih menyalin jawaban teman saat mengerjakan tugas, siswa terdapat tidak aktif pada saat proses belajar mengajar berlangsung, Belum menemukan arti dalam kehidupan yang cocok dengan dirinya, secara sadar siswa belum bisa mengontrol kehidupannya, siswa tidak mampu mengungkapkan nilai-nilai daya cipta, nilai-nilai pengalaman. Beberapa siswa yang belum dapat bertanggung jawab terhadap kegiatan belajarnya ditandai dengan tidak memiliki jadwal belajar rutin, mengumpulkan tugas tidak tepat waktu, bersikap pasif pada saat proses belajar mengajar di kelas dan belum memiliki rencana untuk masa depannya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada beberapa siswa kelas XII juga ditemukan keterangan dan juga membenarkan keterangan dari guru bahwa siswa belum menemukan makna hidup seperti ketidak bebas memilih langkah tindakan mereka sendiri, secara pribadi siswa tidak dapat bertanggung jawab atas tingkah lakunya, serta keputusan-keputusan siswa cenderung ditentukan oleh kekuatan-kekuatan di luar dirinya, belum menemukan arti dalam kehidupan yang cocok dengan dirinya, secara sadar siswa belum bisa mengontrol kehidupannya, siswa tidak mampu mengungkapkan nilai-nilai daya cipta, nilai-nilai pengalaman dan nilai-nilai sikap, siswa belum memberikan perhatian terhadap diri, tidak bisa berorientasi pada masa depan. Hal tersebut disebabkan oleh konsep diri siswa yang cenderung masih kurang, seperti siswa belum dapat mengetahui bagaimana

keadaan dirinya, baik hal positif ataupun negatif, tidak dapat mengetahui kelebihan maupun kekurangan yang ada dalam diri, serta siswa kurang memiliki harapan atas dirinya untuk masa depan dan para siswa yang diwawancarai juga menambahkan bahwa siswa belum mampu menilai hal baik ataupun buruk yang sesuai dengan standar dirinya dan lingkungan..

Penelitian tentang Konsep Diri dan Kebermaknaan Hidup pernah diteliti oleh Masturah (2017) terkait gambaran konsep diri mahasiswa ditinjau dari prespektif budaya mendapatkan hasil bahwa subjek menggambarkan diri mereka kedalam 4 kelompok, yaitu: menurut diri sendiri, ayah, ibu, dan teman. Setiap kelompok menggambarkan diri interdependen dan diri independen. Ayah, ibu dan teman cenderung menilai konsep diri subjek dalam kategori interdependen. Sedangkan subjek menilai konsep dirinya cenderung pada kategori independen. Hasil lainnya menunjukkan keempat kelompok penilaian konsep diri saling terkait. Akan tetapi, variabel demografi, seperti jenis kelamin, usia, suku, dan asal kepulauan tidak memiliki keterkaitan dengan konsep diri, kecuali penilaian konsep diri menurut ibu dan demografi suku yang memiliki keterkaitan yang lemah.

Ma'ruf (2019) melakukan penelitian pada remaja dengan usia 14-19 tahun di Madrasah Aliyah Mathaliul Anwar Lamongan. Penelitian tersebut terkait hubungan konsep diri dan self control dengan kebermaknaan hidup. Berdasarkan penelitian tersebut dipaparkan bahwa konsep diri dan self control secara simultan dan sangat signifikan berkorelasi dengan kebermaknaan hidup. Selain itu, terdapat hubungan antara variabel konsep diri dengan kebermaknaan hidup. Begitu pula

dengan variabel self control dengan kebermaknaan hidup. Adapun konsep diri berkontribusi meningkatkan kebermaknaan hidup dengan nilai sebesar 47,5%, sedangkan self control berkontribusi sebesar 42,3% untuk meningkatkan kebermaknaan hidup. Sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan peneliti lakukan terletak pada tempat, sampel dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Konsep Diri dengan Kebermaknaan Hidup pada Generasi Z Siswa Kelas XII SMA Pertiwi 1 Padang.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang peneliti tetapkan sebagai “Apakah ada Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kebermaknaan Hidup pada Generasi Z Siswa SMA PERTIWI 1 Padang?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Konsep diri dengan Kebermaknaan Hidup pada Generasi Z Siswa SMA PERTIWI 1 Padang.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis.

## 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan dan informasi bagi siswa berkaitan dengan hubungan konsep diri dengan kebermaknaan hidup dalam proses belajar di sekolah.

### b. Bagi Guru dan Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan positif bagi sekolah terkait masalah yang berhubungan dengan konsep diri dan kebermaknaan hidup pada siswa.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti lainnya yang berminat mengangkat tema penelitian yang sama dengan mempertimbangkan variabel-variabel yang lebih mempengaruhi dan dapat menggunakan teori-teori yang lebih terbaru dan berbeda sehingga bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan psikologi.