BAB II

KAJIAN PUSTAKA

Bab ini akan membahas tentang landasan teori dan penelitian terdahulu yang memiliki persamaan dengan penelitian yang akan penulis lakukan.

2.1 Landasan Teori

Pada sub bab ini akan membahas tentang kerangka teori yang menjadi acuan penulis dalam penelitian ini, yaitu teori aktualisasi diri yang dikemukakan oleh Abraham Maslow dan ditambahkan oleh Goldstein sebagai berikut.

Menurut Abraham Maslow (Robert, 1993 : 161), "aktualisasi diri merupakan puncak dari perwujudan segenap potensi manusia di mana hidupnya penuh gairah dinamis dan tanpa pamrih, konsentrasi penuh dan terserap secara total dalam mewujudkan manusia yang utuh dan penuh. Orang yang tidak tertekan oleh perasaan cemas, perasaan risau, tidak aman, tidak terlindungi, sendirian, tidak dicintai adalah orang yang terbebas dari metamotivasi." Metamotivasi adalah motivasi dari orang-orang yang mengaktualisasikan diri (Maslow, 2010 : 344)."

Ditambahkan oleh Goldstein (Hall, 1993 : 74) "aktualisasi diri adalah "Motivasi utama (dorongan utama individu) yang berarti bahwa manusia terus-menerus berusaha merealisasikan potensi-potensi yang ada pada dirinya, dalam setiap kesempatan yang terbuka bagi dirinya. Berdasarkan pada tujuan utama inilah yang nantinya mampu memberikan arah dan kesatuan pada kehidupan seseorang.

Maslow mengembangkan teori motivasi manusia yang tujuannya menjelaskan segala jenis kebutuhan manusia dan menyusunnya menurut tingkat prioritas manusia dalam pemenuhannya. Maslow membuat dan membedakan hierarki kebutuhan sebagai berikut:

1. Kebutuhan fisiologis
2. Kebutuhan akan rasa aman
3. Kebutuhan akan rasa memiliki-dimiliki dan akan kasih sayang/kebutuhan sosial
4. Kebutuhan untuk dihargai
5. Kebutuhan akan aktualisasi diri

Menurut A. Maslow (1970 : 345-352) terdapat beberapa karakteristik orang-orang yang mengaktualisasikan diri, diantaranya:

1. Persepsi yang lebih efisien akan kenyataan.

Orang-orang yang mengaktualisasikan diri dapat lebih mudah mengenali kepalsuan pada orang lain. Selain itu, orang-orang yang mengaktualisasi diri juga lebih tidak takut dan lebih nyaman dengan hal-hal yang tidak diketahui.

2. Penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri dapat menerima diri mereka sendiri apa adanya.

3. Spontanitas, kesederhanaan, dan kealamian.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri merupakan orang-orang yang spontan, sederhana, dan alami.

4. Berpusat pada masalah.

Karakteristik keempat dari orang-orang yang mengaktualisasi diri adalah ketertarikan mereka pada masalah-masalah di luar diri mereka.

5. Kebutuhan akan privasi.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri mempunyai sebuah ciri untuk memisahkan diri yang memungkinkan mereka untuk menjadi sendiri tanpa menjadi kesepian.

6. Kemandirian.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri merupakan orang-orang yang mandiri dan bergantung pada diri mereka sendiri untuk bertumbuh walaupun di masa lalunya mereka pernah menerima cinta dan rasa aman dari orang lain.

7. Penghargaan yang selalu baru.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri mempunyai kapasitas yang luar biasa untuk menghargai hal-hal baik dari kehidupan, lagi dan lagi, secara baru dan polos, dengan kekaguman, kesenangan, keterkejutan, dan bahkan kebahagiaan yang berlebihan.

8. Pengalaman puncak.

Sebagian besar orang, atau hampir semua orang, mempunyai pengalaman-pengalaman puncak, atau kebahagiaan yang besar.

9. Memiliki ketertarikan sosial, perasaan kemasyarakatan, atau perasaan satu dengan semua orang.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri “kadang kala merasa sedih, terganggu, dan bahkan marah dengan kekurangan yang dimiliki seseorang yang tidak spesial”, namun mereka tetap merasa dekat dengan orang tersebut.

10. Hubungan interpersonal yang kuat.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri mempunyai perasaan sayang terhadap orang pada umumnya, tetapi teman-teman dekat mereka hanya terbatas. Mereka tidak mempunyai keinginan untuk harus berteman dengan semua orang, tetapi beberapa hubungan interpersonal penting yang mereka miliki cukup mendalam dan kuat.

11. Struktur karakter demokratis.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri bisa ramah dan perhatian dengan orang lain tanpa memandang kelas sosial, warna kulit, dan usia, ataupun jenis kelamin, dan bahkan mereka tampaknya tidak terlalu sadar akan adanya perbedaan yang dangkal di antara orang-orang.

12. Diskriminasi antara cara dan tujuan.

Orang-orang yang mengaktualisasi diri seringkali dapat menikmati perjalanan dan juga ketika sampai ke suatu tempat karena hal itu sendiri.

Kadang kala, mungkin bagi mereka untuk membuat aktivitas serius dan rutin menjadi sebuah hal yang menyenangkan.

13. Rasa jenaka/humor yang filosofis.

Karakteristik lainnya yang membedakan orang-orang yang mengaktualisasikan diri adalah rasa humor mereka yang filosofis dan tidak menyerang orang lain.

14. Kreativitas.

Semua orang yang mengaktualisasikan diri yang diteliti oleh Maslow merupakan orang-orang yang kreatif. Bahkan, Maslow mengatakan bahwa kreativitas dan aktualisasi diri mungkin merupakan satu hal yang sama.

15. Tidak mengikuti enkulturasi/apa yang diharuskan oleh kultur.

Karakteristik terakhir yang diidentifikasi Maslow adalah ketidakmauan untuk mengikuti apa yang diharuskan oleh kultur (enkulturasi). Orang-orang yang mengaktualisasi diri mempunyai kemampuan untuk memisahkan diri dari lingkungannya dan dapat melebihi batas kultur tertentu.

Maslow tidak menyamakan aktualisasi diri dengan kesempurnaan. Orang-orang yang bisa mengaktualisasikan diri pada dasarnya hanya memenuhi potensi dirinya sendiri.

Kebutuhan akan aktualisasi diri meliputi pemenuhan diri, sadar akan semua potensi diri, dan keinginan untuk menjadi pribadi yang lebih kreatif. Seseorang yang telah mencapai level aktualisasi diri dapat dikatakan telah menjadi manusia seutuhnya. Karena mereka dapat mengekspresikan kebutuhan-kebutuhan mendasar mereka secara alami dan tidak membiarkan diri mereka mendapat tekanan dari kultur.

Maslow mendefinisikan pengalaman puncak sebagai saat tatkala dunia tampak utuh dan seseorang tersebut merasa selaras dengannya. Pengalaman puncak selalu melekat dalam diri kita dan mengubah persepsi kita mengenai dunia agar menjadi lebih baik lagi. Bagi sebagian orang, pengalaman puncak diasosiasikan dengan agama, tetapi bisa juga tercetus melalui seni, musik, dan momen-momen yang memerlukan pengambilan resiko.

Menurut Maslow terdapat beberapa kriteria orang yang memiliki aktualisasi diri, antara lain:

1. Bebas dari psikopatologi atau penyakit psikologis.
2. Orang-orang yang mengaktualisasi diri telah menjalani hierarki kebutuhan.
3. Menjunjung nilai-nilai prinsip hidup yang abadi.
4. Menggunakan seluruh bakat, kemampuan, dan potensi

Maslow memaparkan beberapa dinamika aktualisasi diri, diantaranya:

a. Mengamati realitas secara efisien

Seseorang yang mengaktualisasikan diri mengamati objek dan orang-orang disekitarnya secara objektif. Mereka lebih mudah membedakan hal-hal yang baru (asing) berwujud dan idiografis dari yang genetik, abstrak, dan berubrik.

b. Penerimaan atas diri sendiri, orang lain, alam, kodrat

Seseorang yang mengaktualisasikan diri dapat menerima diri mereka sendiri apa adanya dengan segala kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya.

Faktor pendukung aktualisasi diri menurut A. Maslow yakni jika kebutuhan akan makanan, rasa aman, cinta, dan penghargaan tidak hilang dari kehidupan seseorang, maka orang tersebut akan bergerak secara alami menuju aktualisasi diri.

Maslow (1971 :343-345) menyatakan bahwa orang-orang yang mengaktualisasikan diri termotivasi oleh “prinsip hidup yang abadi” (*eternal verities*), yang disebutkan sebagai nilai-nilai B. Nilai-nilai ‘being’ (kehidupan) ini merupakan indikator dari kesehatan psikologis dan merupakan kebalikan dari kebutuhan akan kekurangan (*deficiency needs*). Nilai-nilai dari orang-orang yang mengaktualisasikan diri atau yang disebut sebagai nilai-nilai B, diantaranya:

- Kejujuran
- Kebaikan
- Keindahan
- Keutuhan atau melebihi dikotomi atau dua hal yang bertolak belakang
- Perasaan hidup atau spontanitas
- Keunikan
- Kesempurnaan
- Kelengkapan
- Keadilan dan keteraturan
- Kesederhanaan
- Kekayaan dan totalitas
- Membutuhkan sedikit usaha

- Penuh kesenangan atau kejenuhan, dan
- Kemandirian atau kebebasan

Faktor penghambat aktualisasi diri menurut A. Maslow adalah *Jonah Complex* yaitu ketakutan untuk mencapai puncak (Maslow, 1979:356). *Jonah*

Complex yang bisa ditemukan di hampir setiap orang, menggambarkan rasa takut akan sukses, rasa takut akan mencapai puncak, dan perasaan kekaguman pada keindahan dan kesempurnaan. Jika orang-orang mengizinkan perasaan rendah hati yang tidak pada tempatnya dapat menghambat kreativitas, mereka kemudian mencegah diri mereka sendiri untuk dapat mengaktualisasikan diri.

Lebih lanjut Maslow menyatakan bahwa untuk mencapai taraf aktualisasi diri tidaklah mudah, seperti dalam pencapaian kebutuhan sebelumnya. Hal ini disebabkan oleh upaya dalam pencapaian aktualisasi diri banyak dipenuhi oleh beberapa hambatan, diantaranya:

1. Berasal dari individu itu sendiri yakni berupa ketidaktahuan, keraguan bahkan bisa karena ketakutan yang dialami oleh individu itu sendiri.
2. Berasal dari luar atau masyarakat, biasanya berupa kecenderungan untuk mendispersonalisasikan individu, kerepresifan sifat-sifat, bakat, dan potensi.
3. Berasal dari pengaruh yang dihasilkan dari kebutuhan yang kuat akan rasa aman. Maslow menyatakan jika masyarakat mengharapkan lebih banyak orang yang mampu mengaktualisasikan diri maka haruslah ada perubahan pada dataran dunia sehingga tercipta kesempatan yang luas bagi orang

untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhan dasarnya. Menurut Maslow, perubahan yang dimaksud yakni perubahan struktur politik, dan ketentuan-ketentuan sosial (Koeswara: 1991, 125-126).

2.2 Penelitian Terdahulu

Sejauh ini penulis belum menemukan penelitian dengan objek penelitian yang sama yakni berupa film *Ratatouille*. Namun, penulis menemukan tiga penelitian terdahulu dengan teori yang sama yaitu Aktualisasi diri. Ketiga penelitian tersebut adalah:

Pertama, skripsi yang berjudul *Konsep Aktualisasi diri Abraham H. Maslow dan korelasinya dalam membentuk kepribadian (Analisis bimbingan dan konseling Islam)* yang ditulis oleh Oktaful Ghofur, mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, Fakultas Dakwah, Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam pada tahun 2006. Skripsi ini meneliti tentang bagaimana konsep aktualisasi diri Abraham Maslow dan korelasinya dalam membentuk kepribadian serta bagaimana artikulasinya apabila dianalisis dengan perspektif Bimbingan dan Konseling Islam.

Kesimpulan dari penelitian tersebut adalah seseorang yang memiliki kepribadian yang teraktualisasi diri menurut Maslow adalah jika seseorang melakukan hal yang terbaik atau bekerja sebaik-baiknya menurut bidangnya masing-masing. Hal ini ditandai dengan seseorang itu memiliki sifat-sifat mengamati realitas secara efisien, penerimaan atas diri sendiri, orang lain dan kodrat, spontan, sederhana dan wajar, terpusat pada masalah, pemisahan diri

dengan privasi, kemandirian dari kebudayaan dan lingkungan, kesegaran dan apresiasi, pengalaman puncak atau pengalaman mistis, minat sosial, hubungan antar pribadi, berkarakter demokratis, perbedaan antara cara dan tujuan, rasa humor yang filosofis, kreatifitas, dan penolakan enkulturasi.

Penelitian ini menggunakan 3 pendekatan yaitu filosofis, sosiologis, dan psikologi. Sedangkan teori yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah aktualisasi diri. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Oktaful Ghofur dengan penelitian yang akan penulis lakukan yakni objeknya. Dalam penelitiannya Oktaful Ghofur menggunakan objek manusia secara umum, sedangkan penulis menggunakan objek berupa film.

Penelitian kedua adalah skripsi yang berjudul *Hubungan rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal dengan aktualisasi diri siswa kelas X SMK Negeri 1 Baureno-Bojonegoro* yang ditulis oleh Irma Tri Puspaningsih, mahasiswa Universitas Negeri Surabaya, Fakultas Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan Konseling pada tahun 2014. Skripsi ini meneliti tentang faktor yang mempengaruhi aktualisasi diri pada siswa SMK Negeri 1 Baureno, Bojonegoro serta meneliti tentang hubungan rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal dengan aktualisasi diri.

Penelitian tersebut menggunakan pendekatan korelasional. Teori yang digunakan dalam penelitian tersebut yakni aktualisasi diri yang dikemukakan oleh Abraham Maslow. Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian tersebut yakni adanya hubungan yang signifikan antara rasa percaya diri dengan aktualisasi diri, adanya hubungan signifikan pada rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal

dengan aktualisasi diri. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang penulis lakukan adalah objek penelitiannya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Irma Tri Puspaningsih menggunakan objek penelitian siswa kelas X SMK Negeri 1 Baureno-Bojonegoro, sedangkan penulis menggunakan objek penelitian berupa film.

Penelitian ketiga adalah skripsi yang berjudul *Motivasi Aktualisasi Diri Penyandang Tuna Netra Dewasa* yang ditulis oleh Noorvani Irmawati mahasiswa Universitas Islam Negeri Kalijaga Yogyakarta, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam pada tahun 2013. Skripsi ini meneliti tentang dinamika motivasi aktualisasi diri penyandang tuna netra usia dewasa serta meneliti konflik-konflik apa saja yang sering muncul dalam proses aktualisasi diri dan cara mengatasinya. Teori yang digunakan dalam penelitian tersebut yakni aktualisasi diri dari Abraham Maslow.

Kesimpulan penelitian yang dilakukan oleh Noorvani Irmawati yaitu adanya dinamika motivasi aktualisasi diri penyandang tuna netra yang memiliki semangat lagi setelah bertemu dengan teman-teman yang senasib dengan dirinya. Mereka mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kehidupan sehari-hari dan bermasyarakat serta berorganisasi, selain itu mereka juga mampu membina keluarga. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan yakni perbedaan objek penelitian. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Noorvani Irmawati menggunakan objek berupa manusia secara langsung, sedangkan penulis menggunakan objek film.