

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah salah satu hasil ciptaan Allah swt yang memegang peran penting dalam eksistensi kehidupan di bumi. Dalam ajaran Islam, terdapat keyakinan bahwa setiap manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah. Menurut Langgulung (Fitriani et al., 2021 : 34) Fitrah merupakan potensi yang melekat pada setiap manusia dan erat kaitannya dengan sifat-sifat ketuhanan. Potensi fitrah ini diberikan oleh Tuhan sejak manusia dilahirkan. Hal ini juga berlaku pada masa remaja, di mana mereka memiliki kesempatan untuk melakukan perbuatan baik atau buruk. Menurut Papalia dan Olds, masa remaja pada dasarnya merupakan fase transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dimulai sekitar usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia 23 tahun (Konstruktif et al., 2020 : 22).

Sebagian remaja sudah mengenali diri mereka dan menginginkan hidup dengan pola hidup yang mereka tentukan sendiri dengan penuh keberanian. Namun, tidak semua remaja memiliki keberanian untuk menentukan pola hidup mereka, sehingga mereka merasa kurang percaya diri. Salah satu bentuk kepercayaan diri individu terhadap lingkungan sekitarnya adalah merasa nyaman dalam mengekspresikan diri. Kepercayaan diri merupakan salah satu bentuk bagaimana individu mampu menerima diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya.

Menurut Riff (1989 : 56) *Self acceptance* adalah kemampuan untuk memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, mengakui, dan menerima segala aspek diri termasuk sisi baik maupun buruk, serta memiliki sikap positif terhadap pengalaman hidup yang telah dijalani. Namun, bagi banyak remaja, menerima diri sendiri sering menjadi sebuah tantangan karena mereka terkadang harus melakukan hal-hal yang di luar identitas diri mereka, menahan diri dari pola perilaku yang biasa dilakukan sebelumnya, mengubah

cara merespons emosi terhadap suatu peristiwa, dan melepaskan kenangan-kenangan dari masa lalu yang pernah dialami dalam kehidupan mereka., seperti yang dikatakan oleh (Satyaningtyas & Abdullah, 2012 : 20) *Self acceptance* merupakan proses penerimaan diri yang seutuhnya, di mana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya tanpa disertai beban kecemasan atau rasa malu. Ini mencakup menerima dengan lapang dada kelebihan dan kekurangan yang dimiliki oleh diri sendiri.

Setiap manusia mengalami berbagai tahap perkembangan selama hidupnya. Orang tersebut akan melewati masa perkembangan dalam setiap fase ini yang dapat dia tangani dengan baik, sehingga dapat dipungkiri bahwa orang tersebut memungkinkan untuk menangani fungsi kehidupan dengan baik saat dia berkembang. Pada masa remaja, individu sedang mempersiapkan diri untuk memasuki fase dewasa. Pada akhir masa remaja, keadaan pribadi, sosial, dan moral berada pada tahap kritis atau *critical period*.

Dalam fase perkembangan sosial, pandangan remaja tentang masyarakat dan kehidupan bersama dipengaruhi oleh tingkat kekokohan pribadi, citra diri, dan rasa percaya diri. Fenomena ini terlihat melalui berbagai kasus, termasuk banyak remaja yang menghadapi krisis kepercayaan diri, baik dalam diri mereka maupun dalam interaksi dengan masyarakat dan lingkungan sekolah. Sejatinya, kepercayaan diri merupakan hasil dari proses bertahap dalam menerima "harga diri" melalui interaksi dengan lingkungan sekitar. Masa remaja adalah periode perkembangan yang terus berubah, dan proses penerimaan diri berlangsung secara berkelanjutan. Keberhasilan *self acceptance* dapat diukur dengan sejauh mana seseorang mampu memenuhi tuntutan lingkungan dan diterima oleh orang lain di sekitarnya sebagai bagian dari kelompok sosial. Namun, jika remaja merasa gagal menyesuaikan diri atau ditolak oleh lingkungannya, mereka mungkin mengalami regresi atau kemunduran dalam perkembangan mereka.

Para remaja juga sering menganggap dirinya serba mampu, sehingga sering terlihat "tidak memikirkan akibat" perbuatan mereka. Tindakan

impulsive dilakukan, karena mereka tidak sadar dan belum biasa memperhitungkan akibat jangka pendek atau jangka Panjang. Remaja yang diberi kesempatan untuk mempertanggungjawabkan perbuatan mereka akan tumbuh orang dewasa yang lebih berhati hati, lebih percaya diri, dan mampu mempertanggung-jawab. Rasa percaya diri dan rasa tanggu jawab inilah yang sangat dibutuhkan sebagai dasar pembentukan jati diri positif padanya. Kelak, ia akan tumbuh dengan penilaian positif pada diri sendiridan rasa hormat pada orang lain dan lingkungan.

Dapat dikatakan bahwa proses pencarian jati diri remaja kemudian setiap fase tahapan mempengaruhi tahapan selanjutnya, sebagaimana telah dikemukakan sebelumnya. *Self acceptance* merupakan salah satu jenis identitas yang diperoleh pada masa remaja, dan bertahan.

Orang dengan pengakuan diri yang rendah dapat membuat individu tersebut tidak bersemangat dengan aktivitas publik, dia merasa bahwa dia tidak terpuji, pada umumnya akan berusaha agar dapat menunjukkan kepada dirinya sendiri dan orang lain bahwa dia bisa. Melakukan apa yang diselesaikan oleh orang lain. Rendahnya pengakuan diri seseorang membuat mereka tidak mengakui terlibat dalam persaingan karena mereka merasa kemampuan mereka dibandingkan dengan orang lain, keras dan sensitif (rendahnya pengakuan diri seseorang membuat mereka mudah menerima pujian atau analisis). Selain itu, prinsip orang lain saat ini menyebabkan acuan dalam hidup tidak fokus pada diri sendiri dan pada akhirnya merugikan diri sendiri (Alwisol, 2019 : 70).

Masa remaja merupakan masa dimana individu mulai mencari tahu perasaan diri atau *sense of self* dan identitas pribadi, melalui eksplorasi intens mengenai nilai-nilai pribadi, kepercayaan, dan tujuan. Selama tahap ini remaja akan memeriksa kembali identitasnya dan mencoba mencari tahu siapa dirinya yang sesungguhnya. Pandangan orang-rang sekitar pada saat ini sangat mempengaruhi pola pikir, penilaian dan pencapaian. Pada dasarnya remaja yang memiliki kesadaran dan tahu kapasitas pada dirinya akan lebih

memperhatikan kondisi dirinya dibanding penilaian subjektif oleh orang lain, serta dapat menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai yang dimilikinya (Wenita Cyntia Savitri, 2017 : 33).

Supratiknya (Ridha et al., 2012 : 16) menyebutkan ciri-ciri *self acceptance* sebagai berikut: (1) merasa terbuka dan berani untuk mengungkapkan berbagai perasaan, pikiran, dan keyakinan kepada halayak umum; (2) memiliki jiwa yang sehat; dan (3) mampu untuk menerima orang lain. Hurlock (Elizabeth, n.d. :66) juga menyatakan unsur-unsur yang membentuk pengakuan diri seseorang, antara lain: Pemahaman diri, kebebasan dari tekanan eksternal, harapan yang realistis, sikap social yang positif, tidak menghadapi tekanan yang berat, dan kemampuan untuk menstabilkan diri sendiri. *Self acceptance* yang besar yang dimiliki seseorang dapat membuatnya siap untuk mempersepsikan dirinya sendiri baik kualitas maupun kekurangan yang ada pada dirinya. Mereka memiliki kemampuan untuk menerima saran dan kritik dari orang lain dengan lapang dada. Mereka mampu untuk baik itu mencintai diri mereka sendiri maupun menunjukkan cinta kepada orang di sekitar mereka karena cinta mereka kepada Allah swt, jugadikenal sebagai Tuhan, yang membekali mereka dengan kondisi tubuh dan psikologis, serta kekuatan dan keterbatasan mereka.

Memahami apa itu cinta, atau *Mahabbah* , adalah tujuan yang diinginkan. Salah satu *Maqamat* (tingkatan) yang mewakili puncak tasawuf adalah cinta (*Mahabbah*). *Mahabbah* adalah cinta yang intens dan tanpa pamrih kepada Tuhan yang tidak dimotivasi oleh keinginan materialistis (Kajian et al., 2020 :29). Cinta menyiratkan bahwa orang yang dia yakini sebagai kekasihnya akan berubah sesuai dengan kekasihnya. Mencintai berarti memprioritaskan orang yang dia sayangi. Menurut Rabiah Al-Adawiyah, menyayangi (dirinya sendiri) yang terus-menerus memikirkan sang kekasih berada dalam keadaan memuja (dirinya) (Tuhan). (Asfari MS., 2017 : 29). wujud keridhaan manusia adalah ketika memiliki jiwa yang tenang, serta dapat menerima datangnya kebahagiaan dan ketidakbahagiaan,

serta memiliki ketabahan batin untuk menerima apa yang telah Tuhan berikan. Seseorang akan merasa puas dengan apa diberikan Tuhan kepadanya dengan perasaan yang tulus. Mereka yang puas dengan apa yang Tuhan berikan, walaupun kenyataannya tidak seperti apa yang diharapkan oleh mereka. Hal yang sama berlaku pada kepuasan dalam *self acceptance* pada orang dewasa awal ini.

Berdasarkan prapenelitian terdapat pengaruh positif dari *Mahabbah* pada *self acceptance*. Dilihat dari latar belakang permasalahan dan alasan-alasan tersebut di atas, penulis ingin mengkaji lebih jauh, apabila subjek sedang berada pada masa remaja pada usia (17 tahun) dan pengaruh positif antara *Mahabbah* dengan *self acceptance* pada remaja di MAN 2 Sumedang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diuraikan beberapa rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi *Mahabbah* siswa MAN 2 Sumedang?
2. Bagaimana kondisi *self acceptance* pada siswa MAN 2 Sumedang?
3. Bagaimana pengaruh *Mahabbah* terhadap *self acceptance* pada siswa MAN 2 Sumedang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi *Mahabbah* pada siswa MAN 2 Sumedang.
2. Untuk mengetahui kondisi *self acceptance* pada siswa MAN 2 Sumedang.
3. Untuk mengetahui pengaruh *Mahabbah* terhadap *self acceptance* pada siswa MAN 2 Sumedang

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi dunia akademis, baik secara akademis-teoritis maupun praktis. Adapun manfaat tersebut adalah sebagai berikut: bermanfaat untuk bidang praktis dan bidang akademis

Manfaat harus ditinjau dari 2 sisi: Manfaat teoritis dan manfaat aplikatif (praktis).

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai *self acceptance* dan hubungannya dengan *Mahabbah* pada masa remaja, dan sebagai salah satu metode pembelajaran untuk memecahkan masalah bagi penulis agar dapat mendalami berkaitan dengan *self acceptance* dan hubungannya dengan *Mahabbah*.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi-informasi kepada pembaca bahwa *Mahabbah* mampu memberikan dampak yang signifikan terhadap kehidupan seseorang salah satunya terhadap individu yang sedang dalam masa remaja.

E. Penelitian Terdahulu

Berkenaan dengan penelitian yang akan dilakukan ini, penulis melakukan penelusuran (*mereview*) terhadap sejumlah hasil penelitian-penelitian terdahulu dalam berbagai bentuknya, di antaranya saja adalah:

Pertama, penelitian yang ditulis oleh (Latifatul Khoiriyah dan et al., 2019) berjudul “Hubungan Ketidakpuasan Tubuh dengan *Self acceptance* pada perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 Tahun) di Kota Malang” studi ini memiliki tujuan untuk memastikan bagaimana *self acceptance* dan ketidakpuasan tubuh wanita dewasa awal berhubungan satu sama lain (18-25 tahun). Seseorang yang mempunyai sikap yang baik terhadap diri sendiri dan mampu menerima diri sendiri dengan segala kekurangannya dikatakan menerima diri sendiri. Individu yang tidak dapat menerima kekurangan mereka dan karenanya merasa tidak puas dengan diri mereka sendiri tidak memiliki kemampuan untuk memiliki sikap positif tentang diri mereka sendiri. Wanita saat ini sering bergumul dengan ketidakpuasan tubuh, terkadang dikenal sebagai ketidakpuasan tubuh.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh (Umi Nadhiroh, 2017) Umi Nadhiroh, 2017 berjudul “Hubungan *Mahabbah* dengan *Self acceptance*

(Studi Terhadap Siswa tunadaksa SLB-D YPAC Semarang)”. Menurut penulisnya, cinta sejati seseorang kepada Tuhan bisa menjadi sumber dari inspirasi sekaligus kekuatan didalam hidupnya. Tentang *self acceptance* bagi seorang tunadaksa, *Mahabbah* dituntut untuk ikhlas menerima semua ketentuan Tuhan. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui apakah *Mahabbah* berdampak baik terhadap *self acceptance* penyandang disabilitas di SLB-D YPAC Semarang. (Umi Nadhiroh, 2017)

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Siti Aisah 2022 dengan judul “Hubungan antara *Mahabbah* dengan *Self acceptance* pada Perempuan Dewasa Awal di Desa Wanajaya Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi”. Penulis jurnal ini menjelaskan untuk dapat mengetahui hubungan antara *Mahabbah* dengan *self acceptance* atau *self acceptance* pada wanita dewasa awal. 80 wanita dewasa awal dari Desa Wanajaya, Kecamatan Cisolok, dan Kabupaten Sukabumi menjadi subyek penelitian. Sebuah desain korelasi kuantitatif dengan sampling insidental dan metode kuesioner adalah metode yang digunakan. Korelasi *Pearson Product Moment* SPSS versi ke 25 untuk *Windows* digunakan oleh peneliti untuk menganalisis data. (Aisah, 2022)

Berdasarkan tinjauan pustaka tersebut terdapat kesamaan serta perbedaan beberapa judul serta pembahasan yang mirip dengan judul yang akan penulis teliti. Kesamaan dari penelitian terdahulu terletak pada *Mahabbah* dan *self acceptance*, sedangkan yang menjadikannya berbeda adalah lokasi yang di ambil untuk penelitian ini di MAN 2 Sumedang. Maka dari itu penulis memutuskan mengambil judul “Pengaruh *Mahabbah* terhadap *Self acceptance* pada Remaja di MAN 2 Sumedang” dengan bahasan pokok mengenai hubungan antara *Mahabbah* dengan *self acceptance* pada individu yang sedang berada pada masa remaja.

F. Kerangka Berpikir

Imam Al-Ghazali berpendapat, mendahulukan urusan Tuhan di atas kepentingan diri sendiri dan mengutamakan kecintaan kepada-Nya dalam segala keadaan itulah yang dimaksud dengan memiliki cinta kepada Allah swt. Al-Ghazali lebih lanjut menyatakan bahwa orang yang jatuh cinta bertindak

sesuai dengan atau sejalan dengan orang yang dicintainya, mengikuti rute mereka dalam segala hal, berusaha mendekati mereka dengan cara yang berbeda, dan menjauhkan diri dari segala sesuatu yang menghalangi. dari tujuan mereka. (Umi Nadhiroh, 2017 : 28)

Dasar atau inti dari ajaran *Mahabbah* adalah mengajak manusia untuk menjalani kehidupannya sedemikian rupa agar senantiasa berusaha untuk terus mencintai Allah swt melalui maqamat-Maqamat yang ada saat ini guna mewujudkan ridha-Nya kepada sesama. Jika orang berpaling kepada Sang Pencipta dan bekerja untuk mencintai-Nya lebih dari mencintai keluarga, harta benda, dan sebagainya, *Mahabbah* akan ada di sana.

Mahabbah merupakan salah satu bagian dari maqamatul ulya yang mempunyai arti penting dalam upaya seorang sufi untuk mendekati diri kepada Sang Pencipta, melalui ajaran tasawuf. Menyadari perasaan cinta seseorang secara alami berimplikasi pada tingkat penerimaan yang tinggi terhadap semua tantangan hidup, termasuk konsekuensi bagi remaja, terutama mereka yang memiliki banyak tuntutan dari masyarakat, keluarga maupun sekolah. Jadi, adanya cinta pasti mempengaruhi orang untuk menerima takdirnya dalam hidup ini, entah itu baik atau buruk. Semuanya diterima dengan lapang dada, kesabaran, dan kejujuran. (Tohir, 2012 : 102).

Al-Razi mengutip ini sebagai bukti atas klaimnya bahwa *Jumhur Mutakallimin* meyakini bahwa *Mahabbah* adalah salah satu kenikmatan iradah, dimana iradah hanya terkait dengan apa yang bisa dicapai. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa *Mahabbah* tidak dapat dikaitkan dengan hakikat Tuhan atau sifat- sifat-Nya; sebaliknya, itu hanya dapat dihubungkan dengan-Nya melalui ketaatan. Hal ini sejalan dengan pendapat yang diungkapkan oleh Al-Zamakhsyari, seorang tokoh terkemuka Mu'tazilah, yang menyatakan bahwa cinta adalah kehendak jiwa manusia, yang diartikan dengan menyembah yang dicintainya di atas segalanya. (Damis, 2011)

Menurut Muk Kuang(Muk Kuang, 2010 : 13), *self acceptance* atau *self acceptance* memainkan peran yang sangat penting didalam kehidupan sosial,

yang sangat dapat meningkatkan kepercayaan terhadap diri dan membina ikatan yang positif dengan orang lain. Hal ini karena manusia menyadari manusia diciptakan dengan sifat yang sama oleh Tuhan, yang artinya setiap manusia memiliki kekurangan dan kelebihan nya masing-masing. Karena manusia harus menerima kelebihan yang dimilikinya namun belum tentu dapat menerima kekurangan yang dimilikinya, maka manusia harus dapat membuka kembali hatinya untuk dapat menerima dirinya seutuhnya, secara utuh dan benar, termasuk kesalahannya.

Menerima diri Anda apa adanya berarti pasrah dan bersikap terbuka tentang keadaan saat ini, tidak ada yang disembunyikan dalam bentuk kekurangan internal, kekuatan, kelemahan, kesulitan, atau rintangan. Semua keputusan dibuat secara seimbang tanpa mengeluhkan kekurangan atau memuji kebajikan. Seseorang dapat memaksimalkan potensi dirinya untuk berprestasi dengan memiliki *self acceptance*. Semakin banyak *self acceptance* dipraktikkan, semakin mudah untuk menyadari kemampuan seseorang, menghargai pencapaian, menghadapi hambatan, terbuka terhadap kritik, dan hal-hal semacam itu. (Endra K. Prihadhi, 2008 : 56-57).

Rabi'ah mengisyaratkan terdapat dua bentuk cinta. Pertama, cinta yang lahir dari kesaksian kepada kemurahan Tuhan dalam bentuk kecukupan hajat hidup insyanyah dan kenikmatan inderasi serta kehormatan harga diri, sehingga tiada disangkal jika hati cenderung dan tergiring untuk mencintai Dzat pemberi kemurahan itu. Cinta seperti inilah yang disebut dengan *hubbul-hawa*, cinta karena kecenderungan hati. Kedua, cinta yang lahir dari kesaksian hati kepada adanya kesempurnaan. Jika hijab yang menyelimuti hati seorang hamba dibuka oleh Allah swt, maka tampklah oleh hamba tersebut keindahan dan kesempurnaan tuhan dalam segala hal. Pada saat demikian, secara otomatis lahir rasa cinta yang kokoh seorang hamba kepada Allah swt. (Studi Al-Qur et al.,2017: 33)

Pada aspek *self acceptance* (penerimaan diri), seseorang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki pandangan positif terhadap diri

sendiri, menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya, serta merasa positif terhadap kehidupan masa lalunya. Berbagai teori menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan untuk mencintai dianggap sebagai komponen utama dalam kesehatan mental. Kesejahteraan psikologis seseorang akan meningkat jika mereka mampu membentuk hubungan yang hangat dan percaya dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan kedekatan yang kuat, serta memahami pentingnya memberi dan menerima dalam hubungan. Semua ini terkait dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain.

Selain itu, individu yang memiliki otonomi yang baik juga akan mengalami kesejahteraan psikologis yang tinggi. Mereka menunjukkan sikap kemandirian dan menolak tekanan sosial yang tidak sesuai. Individu dengan otonomi yang baik dapat menentukan hal-hal dalam kehidupan mereka sendiri (*self-determining*) dan mandiri, serta mampu mengambil keputusan tanpa adanya tekanan atau campur tangan dari orang lain. Mereka juga memiliki ketahanan dalam menghadapi tekanan sosial, mampu mengatur tingkah laku secara internal, dan dapat melakukan evaluasi diri, di sisi lain terkait dengan dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), individu dengan dimensi ini ditandai oleh kemampuan mereka dalam mengatasi lingkungan, mengendalikan aktivitas eksternal secara kompleks, menggunakan peluang dalam lingkungan secara efektif, dan mampu memilih serta menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi mereka.

Individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi juga menunjukkan adanya tujuan hidup. Mereka memiliki arah dan tujuan dalam hidup, percaya bahwa hidup memiliki tujuan dan makna yang penting. Individu yang memiliki tujuan hidup yang baik, memiliki target dan aspirasi, merasa bahwa kehidupan di masa lalu dan sekarang memiliki makna yang spesifik. Selain itu, individu ini memegang teguh kepercayaan-kepercayaan yang memberikan perasaan bahwa kehidupan ini memiliki tujuan dan makna yang bermakna bagi mereka.

Jadi, menerima diri sendiri membutuhkan sejumlah tindakan. Pertama, sadari siapa diri Anda secara keseluruhan. Kedua, kenali dan hargai siapa diri Anda; tidak ada tentang Anda yang harus dibuang atau ditolak. Terakhir, akui semuanya sebagai hadiah, yang unik dan berharga serta dimiliki. Keempat, banggalah pada diri sendiri dan perlu memuji diri sendiri. (Theo Riyanto, 2006 : 53)



Gambar 1.1 Kerangka berpikir

G. Hipotesis

Menurut rumusan kerangka pemikiran yang telah dipaparkan, maka peneliti menguraikan hipotesis di bawah ini:

- H1 : Terdapat pengaruh antara *Mahabbah* dengan *self acceptance* pada siswa MAN 2 Sumedang.
- H0 : Tidak terdapat pengaruh antara *Mahabbah* dengan *self acceptance* pada siswa MAN 2 Sumedang.