

RASA PERCAYA DIRI DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM

Sangkot Nasution

Abstrak : Rasa percaya diri (*zelfvertrouwen*) adalah kesadaran seseorang terhadap kemampuan atau potensi yang dimilikinya untuk dapat melakukan sesuatu. Rasa percaya diri atau yang sering disebut dengan kepercayaan pada diri sendiri memegang peranan yang penting dalam perjuangan untuk mencapai sukses.

Kata kunci : rasa percaya diri.'

• PENDAHULUAN

S

ering terbukti bahwa seseorang yang tidak berarti dalam lingkungannya dan tidak terkenal tiba-tiba pada suatu saat muncul sebagai seorang yang termasyhur yang dapat menghasilkan karya-karya besar yang populer. Dalam hal ini timbul pertanyaan apa rahasianya? Jawabannya adalah bahwa ia memiliki rasa percaya diri yang besar, yang mantap, sehingga ia memiliki kekuatan jiwa yang menjadi motivasi positif bagi tindakannya untuk melakukan sesuatu yang terbaik. "Pecaya kepada diri sendiri bahwa dirinya akan menghasilkan karya besar adalah merupakan kekuatan pendorong utama", demikian menurut Imam Munawwir. (Imam Munawwir : 1986 : 156)

Pada sisi lainnya sering pula kelihatan bahwa orang-orang yang termasyhur, orang-orang terkemuka, para ahli yang pada mulanya menjadi perhatian dan tumpuan harapan orang banyak tiba-tiba mengalami kemunduran pamor mereka bahkan tidak jarang menyebabkan kehilangan popularitas. Dalam hal ini timbul pula pertanyaan apa sebabnya? Jawabannya adalah mereka kehilangan kepercayaan akan kemampuan, potensi-potensi yang dimilikinya, atau dengan kata lain kepercayaan pada dirinya sendiri telah menurun/menipis/berkurang.

Dengan kepercayaan pada diri sendiri akan memungkinkan seseorang dapat mengenal sesuatu yang belum diketahuinya secara lebih baik, dapat melihat/mengamati sesuatu yang belum pernah dilihatnya secara lebih baik pula. Kepercayaan yang dimiliki seseorang akan membangun penghargaan kepada dirinya secara lebih utuh, akan menghindarkannya dari keputusasaan, menghilangkan keraguan untuk berfikir dan bertindak tepat mengatasi permasalahan yang dihadapi, sehingga pada gilirannya ia akan berperinsip bahwa segala sesuatu merupakan hal yang serba mungkin untuk dicapai atau diperoleh. Tetapi kepercayaan akan diri sendiri pada taraf yang tinggi bukan bermuara kepada kesombongan, keangkuhan dan takabbur. Justru itu pulalah Dr.D.J. Schwartz mengungkapkan semboyan “ Percayalah kepada diri sendiri, maka perbaikan dan kemajuan pasti menyusul. Lakukanlah apa yang benar dan peliharalah kepercayaan anda. Itulah berfikir dan berbuat menuju sukses”. (Dr.D.J. Schwartz : 1978 : 74)

Kurangnya rasa percaya diri akan menyebabkan lemahnya motivasi yang dapat menggerakkan tindakan untuk berbuat semestinya sehingga timbul keraguan antara melakukan dengan tidak melakukan sesuatu dan akhirnya ia akan memutuskan bahwa ia tidak mampu melakukan sesuatu sebelum berusaha mencobanya sama sekali, ia telah kalah sebelum melakukan perlawanan/perjuangan sedikitpun.

Kasus semacam ini akan banyak ditemui dalam sejarah perjalanan hidup manusia. Tidak terbatas pada suatu golongan tertentu, jenis kelamin tertentu, status tertentu dan profesi. Hal semacam ini bukan saja terlihat pada kehidupan orang-orang yang mempunyai tingkatan kehidupan dan ilmu pengetahuan yang rendah, tetapi dikalangan pemimpin, intelektual atau orang-orang yang memiliki status sosial yang tinggi pun permasalahan ini sering dialami. Kendatipun pada lazimnya berdasarkan teori Psikologi, perkembangan dinyatakan bahwa keraguan dan ketidakpercayaan kepada diri sendiri adalah suatu ciri khas perkembangan jiwa pada masa remaja, (Departemen Pendidikan dan Kebudayaan : 1982 : 81) namun terbukti dengan hasil penelitian Dr Victor Paucher terhadap 800 orang mahasiswa pada salah satu Universitas di Amerika (penjelasannya dikutip oleh M. Yunan Nasution) bahwa 75% dari mereka menyatakan bahwa persoalan yang paling sulit mereka alami dalam kehidupan pribadi adalah kehilangan kepercayaan pada diri sendiri. (M. Yunan Nasution : 1966 : 113)

- **PERKEMBANGAN DIRI**

Dalam kehidupan para intelektual juga kelihatan adanya sikap yang ragu-ragu terhadap kebenaran pandangan dan kebenaran argumentasi ilmiah yang dimilikinya, sehingga sering terlihat pada forum-forum ilmiah melemahnya daya kritis disebabkan adanya rasa enggan untuk mengutarakan sesuatu yang terpendam dihati sebagaimana mestinya. Keengganan ini biasanya disebabkan oleh adanya kekhawatiran apabila yang akan diutarakan tersebut ternyata kurang berbobot, tidak memenuhi/mencapai sasaran, sehingga orang lain akan mentertawakannya, menganggap remeh dan menilai dirinya negative. Atau juga disebabkan oleh perasaannya yang menganggap bahwa apa yang diutarakan orang lain jauh lebih baik dari pada yang akan diutarakannya sehingga ia merasa tidak dapat menyainginya, ia merasa kalah dalam berkompetisi sebelum terjun ke gelanggang.

Yang jelas kesemua ini adalah akibat kepercayaan pada diri sendiri yang belum terbina dengan baik. Apakah hal itu yang menyebabkan sampai saat ini masih berlaku sedikit para sarjana yang secara kontinu melakukan polemic ilmiah melalui media massa? Dalam hal ini lain juga timbul pertanyaan apakah kurangnya kepercayaan diri sendiri itu yang menyebabkan adanya mahasiswa yang melakukan kecurangan dalam ujian dan tugas-tugas perkuliahan? Tentunya merupakan sesuatu yang harus dijawab dan dipikirkan penanggulangan masalahnya.

Apabila ditelusuri lebih jauh bahwa kurangnya rasa percaya diri itu disebabkan oleh beberapa faktor berikut ini :

- Hilangnya kebanggaan diri akibat kegagalan, demi kegagalan yang dialami seseorang dalam kehidupannya dan tidak ada yang menghiburnya untuk melupakan kegagalan itu.
- Perasaan rendah diri (*Minderwaardigheids Complex = MC*). Hali ini disebabkan adanya perasaan kurang dari orang lain, karena suatu kelemahan atau cacat tubuh dan lain-lain. Perasaan ini adakalanya dibawa sejak lahir (faktor *heredity*), adakalanya hasil bentukan pendidikan/lingkungan (*environment*) akibat perlakuan keluarga yang telalu otoriter atau perlakuan keluarga yang terlalu memanjakan.

Sehingga melenyapkan keberanian seseorang untuk berbuat.

- Kecenderungan selalu membandingkan diri dengan orang yang lebih tinggi kemampuannya, dan jarang membandingkan dengan orang yang lebih rendah kemampuannya. Sehingga ia tidak pernah merasa mampu.
- Memperturutkan keraguan dalam bertindak, sehingga sering memutuskan untuk tidak melakukan apa-apa.
- Cepat merasa putus asa apabila menemui / mengalami kegagalan, sehingga merasa tidak akan pernah meraih keberhasilan.

Kelima faktor tersebut di atas akhirnya dapat membentuk sikap seseorang yang tidak baik, yaitu :

- Pemalu
- Suka menyendiri
- Cemas, gelisah
- Tidak luwes, kaku
- Takut bersaing (berkompetisi)

Dalam hal ini Dr.D.J Schwartz mengemukakan bahwa : “Kecemasan dan kegelisahan pada dasarnya bersumber dari imajinasi yang salah arah, sebagai akibat nyata dari rasa kurang percaya diri”. (Dr.D.J. Schwartz : 1978 : 68) Ungkapan tersebut jelas menyatakan bahwa rasa percaya diri kurang akan membentuk sikap negatif pada diri seseorang yang akhirnya dengan sikap tersebut ia melakukan sesuatu yang seharusnya tidak dilakukannya dan tidak melakukan yang seharusnya dilakukannya.

“Kehilangan kepercayaan diri kepada diri sendiri berarti kehancuran, kemusnahan dan kematian...” (M. Yunan Nasution : 1966 : 111) Demikian menurut M. Yunan Nasution. Lebih selanjutnya Syekh Mushtafa Al Ghalayani mengemukakan bahwa : “...dua sifat utama diatas yang merupakan unsur pokok guna memperoleh kemajuan dan keluhuran bangsa dan tanah air yakni merdeka dalam berfikir serta percaya kepada diri sendiri...”.(Syekh Mushtafa Al-Ghalayini :1976 : 309-310)

Kemudian diungkapkan pula oleh Imam Munawwir bahwa ‘Tiada kepercayaan adalah kekuatan yang negatif, jika hati dan pikiran sangsi dan tidak percaya, akan muncul

alasan-alasan yang membenarkan keraguan itu. Kesangsian, keraguan, kemauan bahwa sadar untuk mengalami kegagalan yang tidak benar-benar menginginkan sukses, bertanggung jawab atas kegagalan yang terjadi.

Beranjak dari tiga pendapat yang dikemukakan di atas nyatalah bahwa rasa tidak percaya pada diri sendiri harus dihilangkan untuk menghindarkan sikap-sikap negatif seperti yang telah dikemukakan terdahulu. Agar seseorang senantiasa dapat termotivasi untuk melakukan sesuatu yang terbaik dia harus menyadari bahwa iapun memiliki kemampuan dan potensi sebagaimana yang dimiliki orang lain seperti halnya juga ia sadar bahwa kelemahan yang dimilikinya juga dimiliki oleh orang lain, sehingga ia berperinsip dan berketetapan hati bahwa ia merasa mampu melakukan apa yang semestinya dapat dilakukan oleh orang-orang seperti dia. Dan ia mampu menghilangkan keraguan dalam berpikir dan bertindak menyelesaikan masalahnya serta bersedia menerima kenyataan pada saat mengalami kegagalan, tidak cepat merasa putus asa, tetap yakin bahwa kegagalan hanyalah merupakan keberhasilan yang tertunda, yang suatu saat kelak keberhasilan itu akan dapat diraih. Atau dengan kata lain harus diupayakan agar seseorang senantiasa menyadari apa-apa saja yang harus dilakukannya dan apa-apa saja yang tidak boleh dilakukannya.

Hal-hal tersebut diatas diharapkan dapat berhasil hanya dengan usaha memupuk dan mempertebal rasa percaya diri pada diri sendiri. Usaha-usaha yang dapat dilakukan untuk itu, antara lain yakni :

- Menanamkan keyakinan bahwa setiap manusia itu dibekali dengan kemampuan dan potensi masing-masing, hanya terpulang pada pengdayagunaannya. Dengan keyakinan itu diharapkan timbul pula keyakinan bahwa ia mampu melakukan apa yang dapat dilakukan orang lain, bahkan mungkin ia mampu melakukan apa yang tidak dapat dilakukan oleh orang lain. Dalam hal ini perlu disimak apa yang dikemukakan oleh Dr.D.J Schwartz.

Percaya dan yakinlah usaha anda bias dilaksanakan. Jika anda percaya bahwa sesuatu bisa dilaksanakan, maka pikiran anda akan menemukan cara-cara untuk melaksanakannya. Percaya akan pemecahan soal, membuka jalan ke arah penyelesaian. Hapuskan kata mustahil, tidak mungkin, tidak bisa, tidak perlu

dicoba, dari khasanah pikiran dan khasanah bicara anda. (Dr.D.J. Schwartz : 1978 : 144)

- Menghilangkan kecenderungan membandingkan diri dengan orang yang lebih mampu. Sebaliknya membandingkan diri dengan orang yang lebih rendah kemampuannya diharapkan dapat menciptakan rasa yakin terhadap potensi yang dimilikinya.
- Menghilangkan setiap keraguan yang muncul pada saat hendak melakukan sesuatu. Harus diusahakan agar senantiasa dapat berpikir dengan penuh kepercayaan dan berbuat dengan penuh kepercayaan.
- Membiasakan diri untuk berlapan dada/rela menerima kenyataan, rasa kesal, kecewa, putus asa, cemas dan gelisah hendaknya cepat-cepat dikesampingkan dan diganti dengan rasa optimis untuk meraih keberhasilan.
- Menghilangkan kebiasaan menyendiri dan mengatasi rasa malu. Biasakanlah luwes bergaul dan jadilah orang yang cepat menyesuaikan diri dengan situasi dan suasana dimanapun berada. Mengatasi malu yang paling baik adalah apabila dilakukan oleh pribadi yang bersangkutan dengan penuh keyakinan, sebagaimana yang dikemukakan oleh Dr. Phyllis M. Shaw :

Sebenarnya anda dapat menolong diri anda. Hal pertama yang anda harus ingat adalah bahwa anda bukanlah satu-satunya orang yang mengalami persoalan ini. Masih ada banyak orang lain yang seperti anda, menyimpan persoalannya. Paling tidak anda dapat terhibur bila mengetahui bahwa anda bukanlah yang satu-satunya. Kemudian saya mengusulkan agar anda mencoba memahami timbulnya rasa malu anda dan bagaimana bentuknya. (Dr. Phyllis M. Shaw : 1984 : 103)

- Berusaha mensugesti diri sendiri (*auto sugesti*) sebagai tindakan preventif dari tumbuh suburnya rasa tidak percaya diri. (Purwanto : 1986 : 78)
- Memupuk jiwa istiqomah. Kepercayaan akan adanya hambatan pada setiap usaha yang dilakukan harus dibarengi dengan keyakinan bahwa setiap hambatan itu pasti ada jalan keluarnya. Hanya pada saat itu diperlukan kegigihan menghadapinya dan kearifan memilih jalan mana yang harus ditempuh sebagai upaya

penanggulangannya.

- Tawakkal kepada Allah SWT memperbesar keyakinan bahwa ketentuan/keputusan Allah SWT akan lebih menentukan dibanding dengan usaha yang telah dilakukan. Justru itu kepasrahan akan ketentuan Allah SWT atas dasar Rahman dan Rahim-Nya akan melipatgandakan kepercayaannya bahwa kesempatan untuk berhasil itu tetap terbuka luas.

- **KONSEPSI TENTANG DIRI (*SELF-CONCEPT*)**

Konsepsi orang tentang dirinya adalah dasar pertama yang di atasnya berdiri kepribadian. Ia juga merupakan faktor pokok dalam penyesuaian pribadi dan sosial. Maka pribadi terbentuk dari sekumpulan pengenalan orang terhadap dirinya dan penilaiannya terhadap dirinya itu. Maka ia akan terbentuk dari pengalaman kognitif dan afektif yang bersumber kepada diri, yang merupakan sumber pengalaman, kelakuan dan fungsi-fungsi. Maka pribadi dalam artian ini berbeda daripada pengetahuan tentang “aku” (ego), seperti yang dibicarakan Freud. Maka “aku” adalah kumpulan fungsi-fungsi kejiwaan yang mengatur kelakuan dan penyesuaian diri. Adapun pribadi adalah pikiran orang tentang fungsi-fungsi tersebut dan penilaiannya terhadapnya serta sikapnya kepadanya. Dengan ringkas dapat dikatakan bahwa pribadi adalah pikiran orang tentang dirinya, ia adalah pandangan orang terhadap dirinya sebagai sumber perbuatan.

Gambaran mental yang dibentuk orang tentang dirinya mempunyai tiga sisi : yang pertama khusus tentang ide yang diambilnya dari kemampuan dan kemungkinannya, boleh jadi gambaran tentang dirinya sebagai orang yang mempunyai tempat, yang memiliki kemampuan untuk belajar, dan mempunyai kekuatan jasmani. Dengan ringkas dapat dikatakan bahwa ia mampu untuk mencapai keberhasilan. Dan sebaliknya boleh jadi ada orang yang mempunyai gambaran tentang dirinya, bahwa ia lemah, gagal atau kurang penting, kurang kemampuan dan bahwa kesempatan untuk berhasil padanya adalah kecil.

Adapun sisi kedua dari pengertian pribadi, berhubungan dengan pikiran orang tentang dirinya dalam hubungannya dengan orang lain. Boleh jadi ia memandang dirinya sebagai orang yang disayangi atau dibenci oleh orang lain. Boleh saja ia berpandangan

bahwa nilai-nilai, sikap, kedudukan, pandangannya, keturunan, atau agama yang dianutnya merupakan sebab dari rnedahnya pandangan orang kepadanya, atau tidak percaya kepada hak tersebut dan ia berhati-hati sekali, atau memandangnya dengan penuh penghargaan. Karena yang sangat mempengaruhi pandangan individu terhadap dirinya adalah cara orang lain memandangnya, karena gambaran tiap orang tentang dirinya terbentuk dalam pandangan orang lain terhadapnya.

Sisi ketiga adalah pandangan orang yang seharusnya terhadap dirinya. Pandangan ini berbeda dari gambarannya yang sebenarnya terhadap dirinya – ahli atau tidak, disayangi atau dibenci, mampu atau tidak mampu – kita temukan bahwa setiap orang mengkhayalkan dirinya dalam lubuk hatinya, maka ia mempunyai idola tetinggi, sikap-sikap, nilai-nilai,antisipasi, tujuan dan kadar ambisi yang ingin dicapainya. Sisi ini dinamakan “hati nurani”. Semakin kecil beda antara kedua gambaran ini, yang kami maksud adalah cara yang secara nyata orang memandang dirinya dan pandangan ideal yang ia angan-angankan – semakin bertambah kematangannya dan semakin dekat tercapainya gambaran tersebut. Ketika itu dapat dikatakan bahwa ia menerima dirinya sebagai manusia dan ia mempunyai kepercayaan terhadap dirinya dan kekuatannya, serta percaya kepada orang yang memberikan bantuan kepadanya sepanjang perjalanannya. Disamping ia mempunyai keberanian untuk menghadapi batasan-batasannya, serta ia hidup dalam ruang lingkungnya dan memandang ke hari depan dan tujuan-tujuannya dengan pandangan objektif.

- **MENERIMA DIRI DAN ORANG LAIN**

Penerimaan terhadap orang lain, berhubungan erat dengan penerimaan terhadap diri sendiri. Maka orang yang percaya terhadap dirinya dan percaya kepada orang lain, tergolong orang yang paling banyak perhatian dan kemauan untuk maju dan berkerja sama dengan orang lain, dan sangat ingin membiarkan orang lain membawanya kea lam mereka, serta mengemukakan persoalan-persoalan pribadi mereka kepadanya, serta mengemukakan persoalan-persoalan pribadi mereka kepadanya dan ia mampu berhubungan secara aktif dan membangun dengan orang lain, serta mampu memberi dan menerima bersama mereka. Dengan cara ini ia menyempurnakan peranannya dan

terjadilah keseimbangan.

Kebutuhan-kebutuhan individu mempengaruhi pengenalannya terhadap orang lain dan mempengaruhi penilaian serta penghargaan terhadap dirinya. Dan sebagiannya tergantung kepada seberapa jauh pandangan dan penerimaan orang lain terhadap keberhasilan yang dicapainya sehingga individu menjadi mampu dan cukup untuk bersama-sama dengan dirinya, tanpa memerlukan pemenuhan luar, ia condong kepada tidak menerima dan tidak puas terhadap orang-orang yang memandang atau menganggapnya sebagai penghalang atau ancaman yang mungkin mengancam eksistensinya. Seringkali orang terhalang menerima orang lain karena pikiran-pikirannya yang kaku dan fanatic buta, yang terpantul dalam ulah dan perbuatan orang-orang di sekelilingnya. Maka kefanatikan perlu dipelajari serta penghargaan dan penerimaan dapat pula dipelajari dalam sistem pendidikan yang baik di dalam lingkungan toleran, dan menghargai semua orang serta mengakui mereka.

- **MEMBUAT TUJUAN-TUJUAN RIIL**

Orang sehat jiwanya meletakkan dihadapannya tujuan-tujuan dan tingkat-tingkat ambisi yang riil dan berusaha untuk mencapainya. Maka penyesuaian yang terpadu tidak berarti bahwa pencapaian semua tujuan secara sempurna, akan tetapi hal itu berarti bahwa ia menumpahkan usaha dan bekerja terus-menerus demi untuk mencapain tujuan. Agar hal itu tercapai, janganlah jarak antara pikiran tentang diri dan tujuan ide dan ambisi itu jauh. Orang yang membuat tujuan untuk dirinya terlalu jauh dari jangkauan, hanyalah menghadapkan dirinya kepada perasaan kecewa, gagal, tertekan dan mencela diri. Karena ia tidak akan pernah mencapai tujuan-tujuan yang sangat kurang dari kemampuan dan pikirannya tentang dirinya, ia pun tidak wajar karena ia tidak menggunakan semua kemungkinannya dan kemampuannya.

- **KEMAMPUAN PENGENDALIAN DIRI DAN MEMIKUL TANGGUNG JAWAB**

Orang yang wajar adalah orang yang mampu mengendalikan keinginannya dan mampu menunda sebagian dari pemenuhan kebutuhannya, serta bersedia meninggalkan

kelezatan-kelezatan dekat dan segera demi untuk mencapai keuntungan (pahala) yang lebih lama kesannya dan lebih kekal. Maka ia mempunyai kemampuan untuk mengendalikan diri dan mengenal akibat dari sesuatu. Ia meletakkan pada pikirannya semua yang mungkin terjadi akibat perbuatannya di kemudian hari.

Atas dasar ini ia dapat membina perbuatan dan tingkah lakunya sesuai dengan rencana yang disusunnya sendiri. Yaitu rencana yang dibuatnya berdasarkan perkiraan akan keberhasilan dan kemandapan perbuatannya di masa depan yang jauh. Orang yang seperti ini, mengambil kekuatan untuk mengendalikan diri dan mengatur tingkah lakunya dari perhitungannya terhadap segala sesuatu dengan memperkirakan perimbangan antara keberhasilan dan kegagalan.

Semakin meningkat kemampuan untuk mengendalikan diri, semakin berkurang kebutuhan kepada pengendalian yang datang dari kekuatan lain di luar dirinya. Berdasarkan prinsip ini, maka penyesuaian yang sempurna menjadi suatu proses yang bukan hanya sekedar penyesuaian antara individu dan jamaah. Maka orang yang wajar kadang-kadang menolak untuk mengikuti kebiasaan atau menentukan norma-norma yang sederhana terhadapnya. Penolakannya itu harus mengandung dua arti penting.

Arti pertama adalah hendaknya ia adalah orang yang menerima secara jujur antara dirinya dan jiwanya bahwa keadaan yang ditolaknya adalah keadaan yang tidak adil dan bahwa nilai-nilai yang dimintanya sebagai pengganti keadaan tersebut akan membawa kepada kebahagiaan yang lebih luas dan pemuasan yang lebih umum dan lebih kekal. Ketika itu penolakan orang yang matang tidak didasarkan semata-mata atas keinginan untuk nyata diri, kehausan akan kekuasaan, atau timbul dari dorongan-dorongan permusuhan yang terpendam. Maka perbedaan antaran penolakan yang luar dari orang yang wajar dan penolakan dari orang yang tidak wajar adalah bahwa orang yang pertama jujur antara dirinya dan jamaahnya, sedangkan yang kedua adalah menipu dirinya dan menipu jamaahnya.

Adapun pengertian kedua yang terkandung dalam keadaan orang yang wajar, ketika ia menolak norma-norma yang dibuat untuknya, dia berbuat demikian itu, setelah menilai akibat perbuatannya dan ia bergairah kepadanya. Maka orang yang wajar seperti telak kita katakan selalu memandang ke depan sebelum ia memulainya dan ia membuat

perhitungan laba rugi dalam setiap langkah yang dilakukannya.

• PENUTUP

Uraian-uraian yang diatas akhirnya menghantarkan penulis untuk merangkum kesimpulan bahwa kurangnya rasa percaya diri adalah problem psikologis yang dialami oleh hampir semua orang, bahkan kelihatan gejalanya dikalangan para intelektual / ilmuwan / sarjana. Kendatipun masalah ini dapat diatasi tetapi ia sukar dihindari karena ia terbentuk dari latar belakang kehidupan serta aktifitas-aktifitas kejiwaan manusia yang mendasar baik dilakukan secara sadar atau tidak. Agar tidak terbentuk sifat-sifat negatif pada diri seseorang sebagai akibat dari rasa percaya diri yang kurang, maka jalan yang terbaik pada dasarnya adalah mengupayakan dengan sungguh-sungguh tumbuhnya kesadaran dari keyakinan bahwa setiap yang dapat didayagunakan untuk melakukan sesuatu yang terbaik, sehingga pada gilirannya menyadari sepenuhnya apa yang harus dilakukannya dan apa yang tidak semestinya dilakukannya pada saat dan situasi serta kondisi yang tepat. Namun hal ini tentunya harus berupa pembiasaan-pembiasaan yang memang memerlukan waktu tertentu.

Dengan ringkas dapat dikatakan bahwa orang yang sehat jiwanya adalah orang yang menganggap dirinya bertanggung jawab atas perbuatannya dan ia memikul tanggung jawab dengan ikhlas. Inilah salah satu ciri penting dalam kepribadian yang tepadu.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghalayini, Syekh Meshtafa, (1976), *Bimbingan Menuju Ke Akhlak Yang Luhur*,
Terjemahan : Moh. Abdal Rathomy, Semarang : CV Toha Putra.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, (1983), *Materi Dasar Pendidikan Program
Bimbingan Dan Konseling Di Perguruan Tinggi Buku IIA Psikologi
Perkembangan*, Jakarta : Proyek Normalisasi Kehidupan Kampus, Dept. P dan K.
- Munawwir, Imam, (1986), *Motivasi Islam Dalam Hidup Dinamis, Patriotik Dan Berjiwa
Besar*, Surabaya : PT. Bina Ilmu.

Nasution, M. Yunan, (1968), *Dinamika Hidup*, Jakarta : Bulan Bintang.

Purwanto, (1986), *Memerangi Kesepian*, Majalah Anda No. 111.

Schwarz, Dr. D.J., (1978), *Berpikir Dan Berjiwa Besar*, Terjemahan : Sumantri

Mertodipuro, Jakarta : Gunung Jati.