

# Persona, Shadow dan Kepercayaan diri berhijab Remaja Putri dalam Kepribadian Jung

Ahmad Hadi Setiawan<sup>1\*</sup> , Doni Setiawan<sup>2</sup>, M. Wisnu Khumaedi<sup>3</sup>, Hernisawati<sup>4</sup>  
Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Fattah Bandar Lampung, Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIMNU) Metro Lampung<sup>4</sup>  
 [ahadiest@yahoo.co.id](mailto:ahadiest@yahoo.co.id)

Submitted:  
2022-03-19

Revised:  
2022-06-24

Accepted:  
2022-08-29

Copyright holder:

© Setiawan, A. H., Sastrawan, D., Khumaedi, M. W., & Hernisawati, H. (2022)

This article is under:



How to cite:

Setiawan, A. H., Sastrawan, D., Khumaedi, M. W., & Hernisawati, H. (2022). Persona, Shadow dan Kepercayaan diri berhijab Remaja Putri dalam Kepribadian Jung. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2). <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.181>

Published by:

Kuras Institute

Journal website:

<https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp>

E-ISSN:

2656-1050

**ABSTRACT:** *We all have certain styles of behavior and ways of relating to other people. Some of us are ordinary types, others are careless. The purpose of this study is to analyze the personality constructs according to Carl Gustav Jung, namely Persona and Shadow, the problem formulation is seen based on the personality of white Muslim teenagers who wear hijab, whether as an identity or just a trend. Some of us prefer to do our own work, others are more social. The method in this research is literature study sourced from journals, books, and other sources. Some of us are followers, others are leaders. Some of us appear immune to the attacks of others, while others avoid social initiatives for fear of disappointment. When a pattern of behavior becomes so inflexible or maladaptive that it causes significant personal impairment or interferes with social and occupational functioning, it may be diagnosed as a personality disorder.*

**KEYWORDS:** *Persona, Shadow, Self Confidence.*

## PENDAHULUAN

Kepribadian dapat didefinisikan sebagai gabungan emosi dan tingkah laku yang membuat individu memiliki karakteristik tertentu untuk menghadapi kehidupan sehari-hari. Kepribadian individu relatif stabil dan memungkinkan orang lain untuk memprediksi pola pikir atau tindakan yang akan diambilnya (Fatwikingasih, 2020). Individu dikatakan mengalami gangguan kepribadian apabila ciri kepribadiannya menampakkan pola perilaku maladaptif dan telah berlangsung untuk jangka waktu yang lama. Pola tersebut muncul pada setiap situasi serta mengganggu fungsi kehidupannya sehari-hari. Kita semua memiliki gaya berperilaku dan cara tertentu dalam berhubungan dengan orang lain. Beberapa dari kita adalah tipe teratur, yang lain ceroboh. Beberapa dari kita lebih memilih mengerjakan tugas sendiri, yang lain lebih social. Beberapa dari kita tipe pengikut, yang lain pemimpin. Beberapa dari kita terlihat kebal terhadap penolakan dari orang lain, sementara yang lain menghindari insiatif social karena takut dikecewakan. Saat pola perilaku menjadi begitu tidak fleksibel atau *maladaptive* sehingga dapat menyebabkan *distress personal* yang signifikan atau mengganggu fungsi social dan pekerjaan, maka pola perilaku tersebut dapat didiagnosis sebagai gangguan kepribadian (Manuntung, 2019).

Fatimah (2006) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Keyakinan tersebut muncul karena individu mampu mengukur benarnya kemampuan yang dimilikinya. Kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Selanjutnya Dewi (2013) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu untuk dirinya, keluarganya, dan masyarakatnya, umatnya dan agamanya, yang memotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif. Orang yang kurang memiliki rasa kepercayaan diri cenderung memosisikan dirinya sebagai korban, merasa tidak puas terhadap dirinya, mengasihani dirinya sendiri dan mudah menyerah. Lim (2001) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah hasil dari perpaduan antara pikiran dan perasaan yang melahirkan perasaan rela terhadap dirinya sendiri. Dengan demikian kepercayaan diri, seseorang akan selalu merasa baik rela dengan kondisi dirinya, akan berfikir bahwa dirinya adalah manusia yang berkualitas di dalam berbagai bidang kehidupan, pekerjaan, kekeluargaan, dan kemasyarakatan, sehingga dengan sendirinya seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan selalu merasa bahwa dirinya adalah sosok yang berguna dan memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dan bekerja sama dengan masyarakat lainnya dalam berbagai bidang. Rasa kepercayaan diri yang dimiliki seseorang akan mendorongnya untuk menyelesaikan sikap aktivitas dengan baik.

Hakim (2002) rasa kepercayaan diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan optimis didalam melakukan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistis, artinya individu tersebut akan membuat tujuan hidup yang mampu untuk dilakukan dengan keyakinan akan berhasil atau akan mencapai tujuan yang akan ditetapkannya. Siswa yang memiliki kepercayaan diri akan mampu mengetahui kelebihan yang dimilikinya, karena siswa tersebut menyadari bahwa segala kelebihan yang dimiliki jika tidak dikembangkan, maka tidak akan ada artinya, akan tetapi kalau kelebihan yang dimilikinya mampu dikembangkan dengan optimal maka akan mendatangkan kepuasan sehingga akan menumbuhkan kepercayaan diri Individu yang memiliki kepercayaan diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihannya dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya. Kepribadian seseorang menurut Jung dapat dilihat secara prospektif dan retrospektif. Pandangan prospektif adalah melihat kepribadian itu ke masa depan ke arah garis perkembangan sang pribadi di masa depan. Pandangan retrospektif adalah memperhatikan masa lampau sang pribadi. Menurut Jung, dalam hidup setiap manusia selalu ada perkembangan yang konstan dan seringkali kreatif sehingga memicu pribadi untuk melakukan pencarian ke arah yang lebih sempurna serta kerinduan untuk lahir Kembali.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian studi kepustakaan (*library research*) dilakukan dengan cara menganalisis buku *Filosofi Art & Jung seni dalam Psikologi Analitis Jung* karangan Buntje Harbunangin (2016). Subjek dalam penelitian ini ialah Buku *Filosofi Teras* dan buku penunjang lainnya. Sumber data yang dipilih ialah dokumentasi atau manuskrip yang telah ada sebelumnya. Objek dalam penelitian ini adalah emosi negatif yang dialami individu. Teknik analisis pada kajian pustaka

penelitian ini menggunakan metode deskripsi yaitu memberikan gambaran yang jelas dan teratur tentang teks atau naskah sebagai objek penelitian. Deskripsi menjadi upaya untuk mendiskusikan tentang ide atau konsep. Metode interpretasi adalah metode pemahaman dan eksplorasi. Tujuan dari metode deskripsi adalah untuk menghasilkan pemahaman (Bakker, 2011). Metode ini digunakan untuk menangkap makna seakurat mungkin. Metode content analisis adalah metode ilmiah untuk mempelajari dan mendapatkan konklusi atas suatu fenomena penggunaan teks atau dokumen (Eriyanto, 2011). Metode ini digunakan untuk melihat dokumen atau manuskrip, isi buku dll. Metode ini disebut juga metode analisis yang memanfaatkan logika dan keahlian tertentu (Bakri, 2018). Untuk memahami isi penelitian ini, metode analisis isi akan berusaha untuk mendeskripsikan suatu pesan atau tesk secara detail (Eriyanto, 2011). Penelitian ini didukung oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIMNU) Metro Lampung No: 11/0264/IAIMNU/LPM/IX/2021.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Teori kepribadian berdasarkan psikologi analisis menurut Carl Gustav Jung merupakan sebuah penggabungan pandangan teleologi dan kausalitas. Tingkah laku manusia itu ditentukan tidak hanya oleh sejarah individu rasi (kausalitas) tetapi juga oleh tujuan dan aspirasi individu (teleologi). Masa lampau individu sebagai aktualitas maupun masa depan individu sebagai potensialitas sama-sama membimbing tingkah laku individu, beberapa hal yang menjadi fokus pada kajian yang dikaitkan dengan kepercayaan diri remaja putri dalam berhijab dikaitkan dengan tipologi yang dikemukakan oleh Carl Gustav Jung. Konsep Persona, di dalam diri kita ada “kepribadian publik” atau kepribadian yang secara resmi kita tampilkan di depan umum, yang disebut Jung sebagai persona. Jung meminjam istilah itu dari panggung Romawi, di mana persona berarti topeng seorang pemain sandiwara teater. Dengan memakai topeng ini, seorang aktor memainkan peran dan identitas tertentu dalam sebuah drama yang suaranya diproyeksikan dari corong topeng. Persona, kurang lebih diidentikkan dengan kesadaran ego, dan menjadi identitas psiko-sosial individu.

Secara harfiah topeng dalam arti persona dimaksudkan sebagai wujud manusia sebagai sosok individu yang akan menggunakan topeng dalam kehidupan sehari-hari terkait hubungannya dengan masyarakat. Melalui topeng yang digunakan, seseorang dapat menutupi dirinya sehingga dirinya yang sebenarnya tidak terlihat dalam kehidupan sosial. Melalui persona, individu mengkodifikasikan dirinya dalam suatu bentuk atau wujud yang diharapkan dapat diterima oleh orang lain. Sampai batas tertentu, selalu ada unsur kepura-puraan atau kepura-puraan dalam persona, karena dia ingin menunjukkan karya karyanya sisinya yang terbaik; atau, seseorang yang dapat membayangkan personanya sebagai pakar hubungan masyarakat yang ada di dalam dirinya yang dipekerjakan oleh ego untuk memastikan orang lain berpikir baik tentang dirinya. Seseorang yang tidak memakai topeng sama sekali dalam kehidupan publik juga tidak sepenuhnya benar karena ia mengungkapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan dirinya sendiri karena tidak semuanya harus diungkapkan dalam hal masalah privasi kehidupan.

Persona mulai terbentuk sejak anak usia dini karena adanya kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan keinginan dan harapan orang tua, teman sebaya, guru, dan masyarakat. Anak-anak dengan cepat belajar bahwa sikap dan perilaku tertentu dapat diterima dan dapat mengarah pada persetujuan, sementara yang lain tidak dapat diterima dan mengakibatkan hukuman atau ejekan. Sehingga individu belajar untuk cenderung memupuk dan membangun sifat-sifat yang diterima oleh

banyak orang ke dalam persona, dan menyembunyikan atau menekan sifat-sifat yang tidak dapat diterima. Aspek perkembangan kepribadian yang tidak diinginkan secara sosial ini biasanya diturunkan ke ketidaksadaran pribadi, di mana mereka bergabung untuk membentuk kompleks bagian lain dari kepribadian yang disebut Jung sebagai bayangan. Baik persona maupun bayangan, keduanya secara tidak langsung berkaitan erat. Bayangan, kompleks pelengkap fungsional adalah semacam kontra-persona. Bayangan dalam hal ini dapat dianggap sebagai subpersonalitas yang menginginkan sesuatu yang tidak diperbolehkan oleh persona tersebut. Karakter Mephistopheles dalam *Faust* karya Johann Wolfgang von Goethe adalah contoh klasik dari sosok bayangan. Berbeda dengan persona yang selalu berusaha menunjukkan sisi terbaiknya dan bersifat situasional—personanya berubah-ubah tergantung di mana ia berada dan/atau dengan siapa. Seseorang bisa tersenyum, ramah, suka membantu, lembut, mudah bergaul, dan suka bercanda ketika dia di depan umum; tetapi ketika di rumah dia berubah menjadi seseorang yang masam, emosional, sering kasar, dan tidak berbicara dengan orang di rumah. Contoh perwujudan persona adalah dalam novel klasik *Oscar Wilde the Picture of Dorian Gray*, di mana tokoh utama menyimpan potret dirinya di loteng. Seiring bertambahnya usia, potret itu menua mengungkapkan karakter dan sifat aslinya; sementara dia sendiri terus tampil di depan umum dengan wajah muda dan bergaya mengungkapkan kepribadiannya. Itulah mengapa kepribadian manusia biasa disebut "malaikat di luar, iblis di dalam". Gladding (2011).

Sisi bayangan ini dianggap oleh ego yang telah lama mengidentifikasi dirinya dengan persona dan menerima nilai-nilai dan karakteristik orang itu sebagai busuk dan jahat. Padahal, jika kita mau mengakuinya, kita ingin menerima sepenuhnya bagian-bagian yang tidak berasal dari persona yang biasanya merupakan citra ideal atau norma budaya. Sementara beberapa hal kejam dan merusak, seringkali apa yang ada dalam bayang-bayang tidak terlalu jahat. Dia hanya dianggap seperti itu karena rasa malu yang melekat padanya karena ketidakcocokannya dengan persona. Pertemuan dengan bayangan dan adanya penerimaan diri, akan membawa kita menemukan energi baru yang pada akhirnya dapat memberikan pengalaman hidup yang lebih lengkap. Masalah dengan mengintegrasikan citra adalah masalah moral dan psikologis yang penuh duri. Jika seseorang membatasi bayangan sepenuhnya, ia hidup dengan patuh, tetapi itu sangat tidak lengkap. Di sisi lain, jika dia membuka dirinya untuk pengalaman bayangan, itu menyebabkan dia dinodai dengan imoralitas, tetapi memiliki tingkat keutuhan hidup yang lebih besar. Ini adalah godaan iblis yang sebenarnya, dilema dan masalah mendasar dari keberadaan manusia.

Shadow atau bayangan adalah salah satu faktor psikis bawah sadar yang tidak dapat dikendalikan oleh ego, yang merupakan unsur negatif yang terkandung dalam ketidaksadaran kolektif. Faktanya, ego biasanya tidak terlalu menyadari bahwa ia memiliki bayangan. Bayangan adalah sisi gelap manusia yang berasal dari arketipe yang bersifat alamiah, naluriah, dan naluri binatang yang bersemayam dalam diri manusia melalui proses transformasi yang sangat panjang. Karena berkaitan dengan sisi gelap, Carter & Seifert dalam bukunya yang berjudul *Learn Psychology* menegaskan bahwa bayangan dalam pandangan Jung sebagai arketipe adalah sisi terburuk manusia karena berkaitan dengan naluri kuno yang dalam konteks gagasan masih sangat jauh dari konsep tertinggi. Dalam arti, citra adalah sesuatu yang negatif yang terdapat pada diri manusia.

Jung menggunakan istilah bayangan untuk merujuk pada realitas psikologis yang relatif mudah dipahami pada tahap imajiner, tetapi sulit dipahami pada tataran praktis dan teoretis. Dia ingin menyoroti ketidaksadaran mencolok yang hampir semua orang tunjukkan. Alih-alih menggambarkan

bayangan sebagai objek, Jung berpendapat bahwa lebih baik melihat bayangan sebagai atribut atau aspek yang “dalam bayangan” yaitu, tersembunyi dalam sesuatu, dalam kegelapan atau “redup.” Rouse. (2010). Setiap ego memiliki bayangan. Ini tidak bisa dihindari. Dalam beradaptasi dan menghadapi dunia, tanpa disadari ego memerintahkan bayangan untuk melakukan pekerjaan kotor yang tidak dapat dilakukannya tanpa terjerumus ke dalam konflik moral. Bayangan sebagai bagian dari arketipe yang terdapat di berbagai daerah dapat muncul dalam bentuk kecemburuan (*envy*), agresi (*aggression*), keserakahan (*greed*), kemalasan (*laziness*), dan kecemburuan (*jealousy*) (Conger, 2005). Tanpa sepengetahuan ego, aktivitas protektif dan memanjakan diri ini dilakukan dalam kegelapan—seperti sistem spionase suatu negara, yang dilakukan tanpa sepengetahuan kepala negara, sehingga menghindari perbuatan salah. Meskipun aktivitas yang dilakukan dalam kegelapan sampai batas tertentu dapat dibawa ke alam kesadaran, biasanya mekanisme pertahanan ego dalam menekan kesadaran bayangan sangat efektif sehingga sangat sedikit yang dapat menembusnya. Jika fungsi ego untuk memilih, bermaksud, dan menyetujui dieksplorasi cukup dalam, kita akan sampai pada alam yang dingin dan gelap di mana kita menyadari bahwa ego, sebagai bayangan, memiliki kapasitas untuk menjadi sangat egois, keras kepala, tidak berperasaan, dan haus untuk kontrol. Dalam konteks kehidupan sosial, bayangan dianggap sebagai sesuatu yang melanggar etika. Hal ini didasarkan pada kenyataan bahwa jika citra mengarah pada energi negatif, dalam hal ini citra yang mengarahkan energi ke luar dan mengarahkan energi ke dalam akan berdampak merugikan bagi individu atau kolektif.

Remaja putri yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi atau sederajat dihadapkan pada berbagai tuntutan yang nantinya akan membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya. Dalam menjalankan studinya, mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pendidikan, metode belajar, dan keterampilan sosial yang sangat berbeda dengan tingkat pendidikan sebelumnya (Khoo, Abu-rasain, & Hornby dalam Chai, 2012). Mereka juga diharapkan mampu memenuhi berbagai tuntutan seperti pemenuhan tugas-tugas perkuliahan, menghadapi kompleksitas materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya, dan pemenuhan harapan untuk meraih pencapaian akademik (Heiman & Kariv, 2005). Remaja putri yang tidak mampu menangani masalah perkuliahan secara efisien akan membuat mereka rentan terhadap kehidupan sehari-hari. Selain dalam kegiatan akademik juga termasuk dalam hubungan dengan teman sebaya, khususnya dengan remaja muslim, hijab menjadi identitas utama, tetapi bukan hanya sebagai identitas tetapi sebagai keteguhan hati seorang Muslimah untuk taat kepada tuhan yang maha Esa. Keadaan yang demikian sering menjadikan remaja sebagai suatu kelompok yang eksklusif. Fenomena ini muncul sebagai akibat dari berkembangnya karakteristik personal fable yang didorong oleh perkembangan kognitif dalam masa formal operations. Keeratan, keterbukaan dan perasaan senasib di antara sesama remaja dapat menjadi peluang bagi upaya memfasilitasi perkembangan remaja. Pada sisi lain, beberapa karakteristik psikologis remaja (emosional, labil).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan yang sudah diperoleh dapat disimpulkan harga diri Remaja putri yang tidak mampu menangani masalah perkuliahan secara efisien akan membuat mereka rentan terhadap kehidupan sehari-hari. Selain dalam kegiatan akademik juga termasuk dalam hubungan dengan teman sebaya, khususnya dengan remaja muslim, hijab menjadi identitas utama, tetapi bukan hanya

sebagai identitas tetapi sebagai keteguhan hati seorang Muslimah untuk taat kepada tuhan yang maha Esa. Remaja putri yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi atau sederajat dihadapkan pada berbagai tuntutan yang nantinya akan membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bakker, A., A., C., Z., (2011). *Metodologi Penelitian Filsafat. cetakan 15*. Yogyakarta: Kanius [Google Scholar](#)
- Bakri, S. (2018). Pemikiran Filsafat Manusia Ibnu Miskawaih: Telaah Kritis Atas Kitab Tahdzib Alakhlaq. *Al-A'raf: Jurnal Pemikiran Islam dan Filsafat*, 15(1), 147-166. <https://doi.org/10.22515/ajpif.v15i1.1102>
- Chai, P. P. M., Krägeloh, C. U., Shepherd, D., & Billington, R. (2012). Stress and quality of life in international and domestic university students: Cultural differences in the use of religious coping. *Mental Health, Religion & Culture*, 15(3), 265-277. <https://doi.org/10.1080/13674676.2011.571665>
- Conger, J. P. (2005). *Jung and Reich: The body as shadow*. North Atlantic Books. [Google Scholar](#)
- Dewi, D. M., Supriyo, S., & Suharso, S. (2013). Kepercayaan Diri Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua pada Siswa Kelas VII (Studi Kasus). *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(4). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v2i4.3179>
- Eriyanto. (2011). *Analisis isi: Pengantar metodologi untuk penelitian ilmu komunikasi dan ilmu-ilmu sosial lainnya*. Kencana Prenada Media Group. [Google Scholar](#)
- Fatwikiningsih, N., & Psi, S. (2020). *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Penerbit Andi. [Google Scholar](#)
- Gladding, S. T. (2012). *Konseling profesi yang menyeluruh. Jakarta: Indeks*. [Google Scholar](#)
- Harbunangin, B. (2016). *Art & Jung: seni dalam sorotan psikologi analitis Jung*. Antara Publishing. [Google Scholar](#)
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri. Jakarta: Puspa Swara*. [Google Scholar](#)
- Kariv, D., & Heiman, T. (2005). Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: The case of college students. *College Student Journal*, 39(1). [Google Scholar](#)
- Lim, J. (2001). *Just duit!* Gramedia Pustaka Utama. [Google Scholar](#)
- Manuntung, N. A., & Kep, M. (2019). *Terapi perilaku kognitif pada pasien hipertensi*. Wineka Media. [Google Scholar](#)
- Mutmainah.M. (2017). Penerapan Cognitive Behavior Therapy Terhadap Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas Netra di Panti Sosial Bina Netra Wyata Guna Bandung. *Peksos: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial*, 15(2). <https://doi.org/10.31595/peksos.v15i2.81>.
- Rouse, M. L. (2010). Building self-esteem of female youth in group counseling: A review of literature and practice. *Graduate Journal of Counseling Psychology*, 2(1), 4. [Google Scholar](#)