

Self Theorist : Pengaruh Teori Diri terhadap Motivasi, Kepribadian, dan Pengembangan Diri

Silvia Wardani^{1*}, Masduki Asbari², Miftahul Jannah Misri³

^{1,2}Universitas Insan Pembangunan Indonesia, Indonesia

³Universitas La Tansa Mashiro, Indonesia

*Corresponding author: silviawardani0141@gmail.com

Abstrak - Artikel ini adalah sebuah review yang merupakan pembacaan secara kritis pada buku panduan yang menginspirasi dan memberikan motivasi, kepribadian dan pengembangan diri bagi pembacanya, dalam buku yang berjudul "*Self-Theorist*" karya Carol S. Dweck, membahas tentang teori diri, mindset, dan pengaruhnya terhadap berbagai aspek kehidupan manusia. Carol S. Dweck mengemukakan bahwa teori diri adalah keyakinan yang kita miliki tentang diri kita sendiri, termasuk kemampuan, potensi, dan nilai kita. Metode studi ini adalah kualitatif deskriptif dengan teknik analisis isi pada objek buku "*Self Theorist*". Dari buku ini kita dapat mengetahui bahwa pentingnya memahami diri sendiri dan meningkatkan potensi diri. Buku ini menawarkan pemahaman yang mendalam tentang teori diri dan mindset, serta strategi untuk membantu orang mengembangkan mindset tumbuh. Carol S. Dweck mengemukakan bahwa mindset memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi, kepribadian, dan pengembangan diri. Apa arti dari Motivasi?, Bagaimana cara agar diri sendiri termotivasi?, Apa saja teori Kepribadian dan motivasi? Pertanyaan-pertanyaan tersebut akan terjawab dalam buku ini. Dengan mengintegrasikan teori-teori psikologi terbaru, "*Self Theories*" menawarkan kontribusi yang berharga bagi para pembaca yang tertarik untuk memahami lebih dalam tentang bagaimana pandangan terhadap diri sendiri dapat membentuk perjalanan hidup seseorang. Buku ini tidak hanya relevan bagi para profesional di bidang psikologi dan pendidikan, tetapi juga bagi siapa saja yang ingin menggali potensi penuh dalam pengembangan pribadi dan pencapaian tujuan hidup.
Kata Kunci: Kepribadian, Mindset, Motivasi, Pengembangan Diri, Teori Diri.

Abstract - This article is a review which is a critical reading of a guidebook that inspires and provides motivation, personality and self-development for its readers, in a book entitled "*Self-Theorist*" by Carol S. Dweck, discussing self-theory, mindset, and its influence on various aspects of human life. Carol S. Dweck suggests that self theory is the beliefs we have about ourselves, including our abilities, potential and worth. This study method is descriptive qualitative with content analysis techniques on the book object "*Self Theorist*". From this book we can learn that it is important to understand yourself and increase your potential. This book offers a deep understanding of self and mindset theory, as well as strategies to help people develop a growth mindset. Carol S. Dweck suggests that mindset has a significant influence on motivation, personality and self-development. What is the meaning of Motivation?, How to get yourself motivated?, What are the theories of personality and motivation? These questions will be answered in this book. By integrating the latest psychological theories, "*Self Theories*" offers a valuable contribution for readers who are interested in understanding more deeply how self-views can shape a person's life journey. This book is not only relevant for professionals in the fields of psychology and education, but also for anyone who wants to explore their full potential in personal development and achieving life goals.

Keywords: Mindset, Motivation, Personality, Self Development, Self Theory.

PENDAHULUAN

Gunawan, H., & Hidayatullah, A. (2020). Mata kuliah bahasa Indonesia bertujuan untuk mengembangkan kemampuan mahasiswa dalam mengungkapkan pemahaman, rasa kebangsaan, dan cinta tanah air, serta untuk keperluan lainnya dalam berbagai bidang ilmu yang difokuskan pada kemampuan berbicara dan menulis akademik. Dengan demikian, mahasiswa yang telah menempuh mata kuliah bahasa Indonesia diharapkan memiliki kemampuan berbahasa lisan dan tulis dengan baik dan benar. Selain itu, melalui mata kuliah ini, diharapkan mahasiswa memiliki pengetahuan dan sikap positif terhadap bahasa Indonesia sebagai bahasa nasional dan bahasa negara. Untuk mencapai kompetensi yang diharapkan secara optimal, mahasiswa harus mendapatkan pengalaman belajar yang baik selama proses perkuliahan berlangsung. Salah satu cara agar perkuliahan dapat terlaksana dengan baik adalah dengan menyediakan bahan ajar yang relevan. Bahan ajar dapat dibuat dalam berbagai bentuk sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik materi ajar atau materi perkuliahan yang akan disajikan.

Referensi dalam pengembangan bahan ajar dapat diperoleh dari berbagai sumber salah satunya dari hasil analisis atau penelitian. Keterampilan berbahasa Indonesia mencakup keterampilan menyimak, keterampilan berbicara, keterampilan menulis, dan keterampilan membaca. Keempat keterampilan tersebut saling berkaitan antara satu dengan yang lain. Kata menyimak dalam bahasa Indonesia memiliki kemiripan makna dengan mendengar dan mendengarkan. Sesungguhnya keterampilan bahasa tidak mungkin meninggalkan kemampuan membaca dan menulis. namun jika dipelajari lebih jauh, dari kata itu memiliki perbedaan yang terdapat pada pengertiannya.

Membaca adalah pengucapan kata - kata dan perolehan kata dari bahan cetakan. Kegiatan ini melibatkan analisis dan pengorganisasian berbagai keterampilan yang kompleks, termasuk di dalamnya pelajaran, pemikiran, pertimbangan, perpaduan, dan pemecahan masalah yang berarti menimbulkan penjelasan informasi bagi pembaca. Harianto, E. (2020) membaca adalah suatu proses yang dilakukan serta dipergunakan oleh pembaca untuk memperoleh pesan yang hendak disampaikan oleh penulis melalui kata -kata atau bahan tulis atau memetik serta memahami arti yang terkandung di dalam bahan yang tertulis. Soedarsono (1993: 4) mengemukakan bahwa membaca adalah aktivitas yang kompleks dengan mengarahkan sejumlah besar tindakan yang terpisah - pisah, meliputi orang harus menggunakan pengertian, khayalan, dan mengamati dan mengingat - ingat. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa membaca adalah proses berpikir yang termasuk di dalamnya memahami, menceritakan menafsirkan arti dari lambang - lambang tertulis dengan melibatkan penglihatan, gerak mata, pembicaraan batin, dan ingatan. Menurut Sitepu (2012) Buku adalah kumpulan kertas berisi informasi, tercetak, disusun secara sistematis, dijilid serta bagian luarnya diberi pelindung terbuat dari kertas tebal, karton atau bahan lain. Menurut Kurniasih (2014) Buku merupakan buah pikiran yang berisi ilmu pengetahuan hasil analisis terhadap kurikulum secara tertulis.

Buku disusun dengan menggunakan bahasa yang sederhana, menarik, dan juga dilengkapi dengan gambar serta daftar pustaka. Buku ini adalah karya dari Carol S. Dweck yang berjudul "*Self Theorist*", diterbitkan oleh Penerbit BACA (PT Bentara Aksara Cahaya), pada tahun 2020 berisikan 346 halaman. Dan merupakan Buku hasil riset selama 30 tahun yang menyoroti cara orang berpikir dan bertindak memiliki pesan yang bermakna dan inspiratif di setiap lembarannya yang sengaja ditulis oleh Carol S. Dweck untuk membuka mata setiap pembaca akan pola berpikir dan bertindak, dimana banyak aktivitas maupun kegiatan sehari-hari yang mengalami perbedaan setiap waktunya. Carol S. Dweck, adalah seorang Profesor Psikologi Lewis dan *Virginia Eaton* di Universitas *Stanford*. Dweck dikenal karena karyanya tentang sifat psikologis pola pikir pertumbuhan. Lulus dari *Barnard College* pada tahun 1967 dan meraih gelar PhD dari Universitas Yale pada tahun 1972.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan oleh peneliti dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Menjelaskan bahwa Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif, yaitu melakukan observasi terhadap ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan uraian yang mendalam tentang ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat, dan organisasi tertentu dalam suatu konteks tertentu, yang dikaji dari sudut pandang yang utuh. Selanjutnya sesuai konteks yang teramati, data yang diperoleh kemudian dicatat dan dianalisis. Metode penelitian adalah suatu cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan kegunaan tertentu. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan yaitu rasional, empiris, dan sistematis. Penelitian kualitatif juga termasuk metodologi yang dimanfaatkan untuk prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif. Data deskriptif adalah data yang ditulis menggunakan kata-kata secara mendetail. Sumber data yang dibaca adalah Buku yang berjudul “*Self Theorist*” karya dari seorang Profesor yang bernama Carol S. Dweck, diterbitkan pada tahun 2020 oleh Penerbit BACA atau PT. Bentara Aksara Cahaya. Buku ini merupakan hasil riset selama 30 tahun untuk menyoroati cara orang berpikir dan bertindak, bekerja, berjalan dengan baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Judul	: <i>Self Theorist</i>
Penulis	: Carol S. Dweck
Penerbit	: Penerbit BACA (PT. Bentara Aksara Cahaya)2020
Penyunting	: Dian Pranasari
Bahasa	: Indonesia
Jumlah Halaman	: 246 halaman
Ukuran Buku	: 15 × 23 cm
ISBN	: 978-602-6486-36-3
Email	: penerbitbaca@gmail.com

Gambar. Informasi Buku
Sumber: Gramedia.com
(2020)

Self Theorist salah satu karya dari seorang penulis dan seorang Profesor Psikologi Lewis dan Virginia Eaton di Universitas Stanford. Carol Dweck mempelajari motivasi manusia. Dia menghabiskan hari-harinya menyelami alasan orang berhasil (atau tidak) dan apa yang berada dalam kendali kita untuk mendorong kesuksesan. Teorinya tentang dua pola pikir dan perbedaan hasil yang dihasilkannya sangatlah kuat. Buku “*Self-Theories: Their Role in Motivation, Personality, and Development*” karya Carol S. Dweck adalah sebuah karya yang membahas tentang teori-teori diri dan peran mereka dalam motivasi, kepribadian, dan perkembangan manusia. Dalam buku ini, Dweck menggambarkan dua jenis teori diri yang berbeda: teori diri tetap (*fixed mindset*) dan teori diri berkembang (*growth mindset*). Teori diri tetap adalah pandangan bahwa kemampuan dan kecerdasan

seseorang adalah tetap dan tidak dapat berubah. Di sisi lain, teori diri berkembang berpendapat bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat berkembang melalui upaya, latihan, belajar.

Dweck menjelaskan bagaimana pandangan kita tentang teori diri dapat mempengaruhi motivasi, pencapaian, dan perkembangan kita. Orang dengan teori diri tetap cenderung menghindari tantangan dan menganggap kegagalan sebagai tanda ketidakmampuan. Di sisi lain, orang dengan teori diri berkembang melihat tantangan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, dan mereka melihat kegagalan sebagai langkah menuju kesuksesan. Buku ini juga membahas bagaimana teori diri dapat mempengaruhi hubungan interpersonal, pendidikan, dan karir. Dweck memberikan contoh-contoh nyata dan penelitian ilmiah yang mendukung teorinya, serta memberikan saran praktis tentang bagaimana mengadopsi teori diri berkembang. Secara keseluruhan,

“Self-Theories” adalah buku yang menggugah pemikiran dan memberikan wawasan tentang pentingnya memiliki pandangan yang positif dan fleksibel tentang diri sendiri. Buku ini sangat relevan bagi siapa saja yang ingin meningkatkan motivasi, pencapaian, dan perkembangan pribadi mereka. Buku ini merupakan karya non fiksi karena cerita yang diambil berdasarkan pengalaman dan kisah nyata si penulis itu sendiri dan juga orang terdekatnya. Buku ini sangat menarik perhatian bagi pembacanya, karena penulis membuat pembaca seolah-olah merasakan apa yang telah tertuang di dalam buku ini yang menyajikan pengalaman, nilai-nilai positif dalam kehidupan dan memberikan para pembaca sebuah pesan dalam bentuk yang menarik karena setiap lembaran memiliki ceritanya masing-masing dan memiliki kutipan yang menarik untuk dibaca.

KELEBIHAN ISI BUKU

Kelebihan utama dari buku ini adalah memberikan banyak contoh nyata dan studi kasus yang memperkuat teori Dweck. Dengan menggunakan contoh-contoh dari dunia nyata, Dweck membantu pembaca untuk memahami konsep mindset dengan lebih baik dan mengaitkannya dengan pengalaman mereka sendiri. Ini membuat buku ini lebih mudah dipahami dan relevan bagi pembaca dari berbagai latar belakang. Selain itu, buku ini juga memberikan panduan praktis tentang bagaimana mengubah mindset kita sendiri. Dweck menawarkan strategi dan saran yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu pembaca mengembangkan pola pikir pertumbuhan. Misalnya, ia menekankan pentingnya memperhatikan bahasa yang kita gunakan terhadap diri sendiri dan orang lain, serta bagaimana memberikan umpan balik yang konstruktif. Dengan memberikan panduan yang konkret, buku ini memberikan langkah-langkah yang dapat diikuti oleh pembaca untuk mengubah pola pikir mereka dan mencapai potensi penuh mereka.

Selain itu, buku ini juga menyoroti pentingnya proses belajar dan perkembangan yang berkelanjutan. Dweck menekankan bahwa kesuksesan bukanlah hasil akhir, tetapi merupakan perjalanan yang melibatkan upaya, ketekunan, dan ketekunan yang berkelanjutan. Ini memberikan inspirasi dan motivasi bagi pembaca untuk terus belajar dan tumbuh, bahkan dalam menghadapi tantangan dan kegagalan. Terakhir, buku ini juga memberikan dasar penelitian yang kuat untuk mendukung teori Dweck. Dengan mengutip penelitian yang dilakukan oleh dirinya sendiri dan peneliti lain, Dweck memperkuat argumennya dengan data empiris yang dapat dipercaya. Hal ini memberikan kepercayaan kepada pembaca bahwa teori mindset yang diajukan oleh Dweck didasarkan pada bukti ilmiah yang solid.

Secara keseluruhan, buku *“Self-Theorist”* memiliki banyak kelebihan yang membuatnya menjadi sumber yang berharga dalam memahami pola pikir dan pengaruhnya terhadap kehidupan kita. Dengan memberikan wawasan mendalam, contoh nyata, panduan praktis, dan dasar penelitian yang kuat, buku ini membantu pembaca untuk mengembangkan pola pikir pertumbuhan yang dapat membawa mereka menuju kesuksesan dan perkembangan pribadi yang lebih besar.

KEKURANGAN ISI BUKU

Kekurangan utama dari buku ini adalah kurangnya penekanan pada faktor-faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pola pikir seseorang. Dweck cenderung memfokuskan pada peran pola pikir individu dalam mencapai kesuksesan dan perkembangan pribadi, tanpa memberikan perhatian yang cukup pada faktor-faktor lingkungan atau sosial yang dapat mempengaruhi pola pikir tersebut. Ini dapat mengabaikan pentingnya konteks sosial dan struktural dalam membentuk pola pikir seseorang. Selain itu, buku ini juga cenderung memberikan kesan bahwa pola pikir yang fleksibel dan adaptif adalah satu-satunya pola pikir yang diinginkan. Dweck menekankan pentingnya memiliki pola pikir “pertumbuhan” yang terbuka terhadap perubahan dan belajar dari kegagalan. Namun, buku ini mungkin mengabaikan kenyataan bahwa ada situasi tertentu di mana pola pikir yang lebih tetap dan terfokus dapat menjadi lebih efektif. Misalnya, dalam situasi yang membutuhkan keputusan cepat dan tindakan yang tegas, pola pikir yang fleksibel mungkin tidak selalu menjadi pilihan terbaik. Selain itu, buku ini juga mungkin terlalu teoritis dan kurang memberikan contoh konkret atau strategi praktis bagi pembaca untuk mengubah pola pikir mereka. Dweck memberikan banyak penjelasan tentang konsep mindset dan bagaimana hal itu mempengaruhi kehidupan kita, tetapi tidak selalu memberikan panduan yang jelas tentang bagaimana mengubah mindset kita sendiri. Hal ini dapat membuat pembaca merasa terbebani dengan informasi teoritis tanpa tindakan yang jelas untuk diambil.

Terakhir, buku ini mungkin juga memiliki kekurangan dalam hal keterbatasan penelitian yang digunakan sebagai dasar teori Dweck. Meskipun teori mindset telah mendapatkan banyak pengakuan dan dukungan, beberapa penelitian telah mengkritik metode penelitian yang digunakan oleh Dweck dan kekurangan generalisasi dari temuan-temuannya. Ini dapat menimbulkan keraguan tentang validitas dan relevansi teori dalam konteks yang lebih luas. Meskipun buku “Self-Theorist” memiliki kekurangan-kekurangan ini, tidak dapat disangkal bahwa kontribusi Dweck dalam bidang psikologi dan pemahaman kita tentang pola pikir sangat berharga. Buku ini masih menjadi sumber yang berharga untuk mempelajari dan merangsang pemikiran tentang bagaimana pola pikir kita dapat mempengaruhi kehidupan kita.

KESIMPULAN

Buku "Self Theories" membahas pentingnya teori diri dalam memahami motivasi, kepribadian, dan perkembangan manusia. Dweck mengidentifikasi dua jenis teori diri, yaitu teori diri tetap dan teori diri berkembang, serta menjelaskan bagaimana pandangan terhadap teori diri dapat memengaruhi perilaku dan pencapaian seseorang. Buku ini kemungkinan membahas peran mindset (pola pikir) seseorang dalam membentuk teori diri. Mindset tetap dan mindset berkembang merupakan konsep sentral dalam karya-karya Carol S. Dweck, dan buku ini mungkin menjelaskan dampak mindset ini pada cara individu menilai diri mereka sendiri dan menghadapi tantangan. Dweck mungkin membahas bagaimana teori diri seseorang dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan sehari-hari, termasuk prestasi, hubungan sosial, dan keseimbangan emosional. Kemungkinan, buku ini memberikan wawasan tentang cara mengatasi hambatan dan mengembangkan pola pikir yang mendukung pertumbuhan dan pengembangan pribadi. Buku ini mungkin didukung oleh bahan penelitian dan studi kasus yang menunjukkan aplikasi konsep-konsep yang dibahas oleh Dweck. Referensi-referensi ilmiah dan bukti empiris mungkin digunakan untuk mendukung argumennya. Kesimpulan dari buku ini mungkin menekankan relevansi teori diri dalam konteks kehidupan pribadi dan profesional pembaca. Buku ini mungkin memberikan saran praktis dan wawasan yang dapat membantu individu mengoptimalkan potensi dan mencapai tujuan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Buku “*Self Theories*” (2020). *Self Theories* by Carol S. Dweck. Diakses pada 1 Desember 2023.
- Dweck, C. S. (2013). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology press.
- Febriani, R., Asbari, M., & Yani, A. (2023). Resensi Buku: Berani Berubah untuk Hidup Lebih Baik. Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan, 1(01), 1–6. Retrieved from <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/1>
- Gunawan, H., & Hidayatullah, A. (2020). Pengembangan buku ajar mata kuliah Bahasa Indonesia berbasis pendidikan karakter dan berorientasi kearifan lokal. Literasi: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pembelajarannya, 4(2), 76-81.
- Hariato, E. (2020). Keterampilan membaca dalam pembelajaran bahasa. Didaktika: Jurnal Kependidikan, 9(1), 1-8. Bogdan & Taylor. (1975). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Remadja Karya
- Kompasiana.com (2022, 21 Desember). Pentingnya Keterampilan Berbahasa Bagi Para Mahasiswa Masa Sekarang.
- Kurniasih, S. (2014). Strategi-Strategi Pembelajaran. Jakarta: Kata Pena.
- Sudarsono, B. (1993). *International librarianship: an alternative perspective of Indonesian library schoolcourses*. Berkala Ilmu Perpustakaan dan Informasi, 1(2).
- Sitepu (2012). Penulisan Buku Teks Pelajaran, (Bandung, : PT Remaja Rosdakarya, 2012), 13.