

ABSTRAK

MEMBANGUN CITRA DIRI YANG POSITIF BERDASARKAN KONSEP PSIKO-SIBERNETIKA DARI MAXWELL MALTZ

Anggiat Pangihutan Siregar
Universitas Sanata Dharma
2006

Penelitian ini bertujuan untuk membantu orang dalam memaknai kehidupan melalui tujuan-tujuan hidupnya. Tujuan-tujuan hidup manusia dapat ditemukan ketika manusia menyadari dengan sungguh siapa dirinya. Psiko-Sibernetika merupakan salah satu konsep yang menjelaskan bagaimana citra diri manusia memiliki peranan yang sangat penting bagi hidup manusia. Manusia memiliki sistem otomatis diri, yang akan mengarahkan manusia pada pilihan keberhasilan atau kegagalan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan dengan sumber-sumber data yang diperoleh dari buku-buku, surat kabar, dan internet. Data dikumpulkan dengan menggunakan teknik simak dan catat. Dengan teknik ini peneliti membaca bahan-bahan tertulis yang sesuai untuk selanjutnya dicatat, dianalisis dengan teknik analisis kritis dan penafsiran.

Penelitian ini menjelaskan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk mengubah hidupnya. Kelebihan, kelemahan, bakat, kemampuan-kemampuan lainnya merupakan sesuatu yang dimiliki manusia untuk diolah dalam hidup manusia dimana pun dirinya berada.

Usaha manusia dalam mengubah citra dirinya dimulai saat dirinya menyadari dengan sungguh siapa dirinya. Selanjutnya manusia membayangkan dirinya sebagai sosok yang ideal. Keyakinan diri sangat penting dimiliki manusia dalam menjalani latihan-latihan, baik yang dilakukan secara pribadi maupun dalam kelompok-kelompok pelatihan pengembangan kepribadian. Sikap pantang menyerah dan disiplin diri akan menjadi hal yang penting pula di saat tantangan datang untuk menggoyahkan usaha manusia tersebut mengubah hidupnya.

Dengan demikian manusia dapat semakin yakin bahwa dirinya telah berubah. Tujuan-tujuan hidupnya semakin jelas untuk dijalani. Pada akhirnya keberhasilan hidup yang menjadi harapan dan impian akan menjadi kenyataan.

ABSTRACT

DEVELOPING POSITIVE SELF-IMAGE BASED ON PSYCHO-CYBERNETICS ACCORDING TO MAXWELL MALTZ

Anggiat Pangihutan Siregar
Sanata Dharma University
2006

This research was aimed to help people in making their life significant through their goals of life. The goals of life exist when people truly understand themselves. Psycho-Cybernetics is one of the concepts that explains how someone's self-image significantly influences his/her life. People have self-automatic system that will direct them on choices of success or failure.

This study was a library research; its data was taken from books, newspaper, and internet. The data was gathered by reading and taking notes. The writer read the appropriate sources and took notes. Then, the writer analyzed the data by critical analysis and interpretation.

This study explained that people had the ability to change their life. Their strengths, weaknesses, talents, and other skills were those that people should work on, wherever they were.

The attempts in changing the self-image were begun when people truly understand themselves. Then, they assumed themselves as ideal individuals. This self confidence was very important to possess in practices, individually or in groups, to develop their personality. Resistance and discipline were also important when challenges existed their attempts.

Therefore, people could be convinced that they have changed. Their goals of life became more obvious. Finally, the success which was their expectation and dream became true.