

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Self love merupakan salah satu kondisi ketika manusia mampu mengapresiasi serta mendukung perkembangan fisik, psikologis, serta spiritual pada diri. *Self love* mampu menerima segala hal-hal yang berkaitan dan ada pada diri kita baik dari segi positif maupun negatif. Para psikologis menegaskan bahwasannya kunci dari kesehatan mental ialah mencintai diri dan berkasih sayang hal tersebut dapat memberikan kesejahteraan, menjaga depresi, serta kecemasan yang dapat terjadi. Menyayangi diri sendiri sangat penting dan diperlukan bagi seseorang guna memahami apa itu bentuk kesempurnaan yang berubah-ubah.¹

Penerapan *self love* memiliki batasan yang sudah ada yaitu tidak merugikan diri sendiri ataupun orang lain, tetap mengikuti hak kewajiban yang ada pada diri sendiri dan lingkungan serta tidak semena-mena mengedepankan diri sendiri yang mengatasnamakan *self love*. Dasar dari *self love* sendiri ialah mencintai Allah dan Rasulullah yang mana cinta yang utama hanya kepada sang Maha pencipta dan Nabi Muhammad dengan menerapkan kecintaan ini maka seseorang akan merasakan ketenangan, rasa syukur, dan mampu menjaga amanah terhadap diri sendiri atas karunia yang telah Allah berikan kepadanya.

¹ Admin, dikutip dari <https://communication.binus.ac.id/2019/01/22/kekuatan-dari-selflove/> pada hari Kamis tanggal 21 Maret 2024 Jam 22:22 WIB.

Dijelaskan dalam psikologi tentang salah satu istilah dalam al-Qur'an tentang syukur. Syukur dalam psikologi merupakan emosi moral. Syukur bermakna sebagai hubungan pada kedudukan yang sama yakni sesama manusia. Syukur merupakan bentuk motivasi sikap prososial individu yaitu ungkapan rasa terima kasih kepada seseorang (dermawan) yang telah melakukan perbuatan baik kepadanya. Istilah syukur digunakan karena *self love* menerapkan rasa syukur dalam kepribadian atas segala apa yang ada dalam kehidupannya. Keteguhan rasa syukur dapat mempengaruhi perbuatan tindakan, perilaku dan komitmen dalam berterima kasih. Rasa terima kasih tersebut berada dalam berbagai situasi seperti keadaan lapang, susah, dan lain sebagainya.

Keadaan tersebut dapat memberikan ketentraman, keteguhan jiwa dalam individu serta dapat memperkokoh hatinya untuk mampu menumbuhkan kepribadian dan menumbuhkembangkan kesehatan mental. Kesehatan mental ini sangat berpengaruh dengan terlaksanakannya penerapan-penerapan *self love* dalam psikologi. Merasa cukup terhadap apa yang dimiliki memiliki kesamaan makna dengan qanaah. Menerima kekurangan terhadap diri sendiri dapat diartikan haunan dalam al-Qur'an yaitu rendah hati atau tawadhu'. Kewajiban dalam menjaga diri sendiri seperti halnya *self love* juga terdapat dalam al-Qur'an berupa makna taqwa. Berdasarkan penjelasan di atas jelaslah bahwa segala bentuk *self love* juga terdapat dalam al-Qur'an dan kecintaan hanya karena Allah. Hendaklah seseorang mengarahkan kehidupannya dengan

mencintai diri sendiri (*self love*) sesuai dengan syariat yang ada agar tidak terjerumus kedalam azab Allah.

Cinta merupakan bentuk emosi yang mana mencakup ketertarikan, hasrat seksual, dan juga perhatian terhadap seseorang. Hal ini dapat mendorong seseorang untuk menjalin hubungan khususnya dengan orang lain dengan berbagai cara. Pertama, terdapat keterikatan fisik, di mana rasa cinta mendorong keinginan untuk dekat secara fisik dengan orang yang dicintai. Kedua, terdapat keterikatan pengalaman dan keterlibatan emosional orang yang mencintai ingin berbagi pengalaman dengan orang yang dicintai, dan merasakan keterlibatan emosional. Misalnya, jika ada pembicaraan negatif tentang orang yang dicintai, kemungkinan besar seseorang tidak akan menyukai pembicaraan tersebut.² Cinta merupakan ekspresi emosional manusia yang melibatkan respon atau reaksi emosional terhadap stimulus khusus. Dalam konteks ini, cinta dapat dipengaruhi oleh interaksi antara individu yang mencintai, lingkungan, keterampilan individu dan jenis serta kekuatan faktor-faktor pendorong.³

Menurut Eric Fromm, cinta yang sesungguhnya ialah cinta yang matang. Cinta merupakan penyatuan dalam kondisi yang memelihara integritas dan individualitasnya. Pada pandangannya tentang cinta, Fromm menyajikan empat unsur esensial dalam perilaku cinta. Pertama adalah *care* (perhatian), yang mengacu pada perhatian serius terhadap kehidupan, perkembangan, baik-buruknya, dan kesejahteraan objek cinta. Kedua adalah *responsibility*

² Achmanto Mendatu, *Cinta Manusia: Arti, ragam jenis dan sebab akibatnya*, (Jakarta: Psikoeduka, 2015), 4.

³ Fahrudin Faiz, *Dunia Cinta Filosofis Kahlil Gibran* (Yogyakarta: MJS Press, 2019), 13.

(tanggung jawab), yang mencakup tanggung jawab terhadap kemajuan, kebahagiaan, dan kesejahteraan objek cinta. Ini menandakan kesiapan untuk merespons kebutuhan objek cinta dan menangani masalah terkait dengan objek tersebut, bukan mengendalikan atau mendikte objek sesuai keinginan sendiri. Ketiga adalah *respect* (hormat), yang mencakup penghargaan terhadap objek cinta tanpa mengubahnya, menerima keadaannya, dan tidak bersikap sewenang-wenang terhadapnya. Keempat adalah *knowledge* (pengetahuan), yang melibatkan pemahaman mendalam tentang diri sendiri dan karakteristiknya, sesuai dengan pepatah “tak kenal maka tak sayang”. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui dan memahami latar belakang, kepribadian, dan aspek-aspek lainnya dari objek cinta.⁴

Perasaan cinta pada dasarnya tidak dapat di paksa melalui cara apa pun. Ketika dua individu saling menyayangi dan mencintai, mereka cenderung mengembangkan suatu istilah yang disebut komitmen. Secara umum, komitmen dapat dikelompokkan ke dalam dua kategori menurut motivasinya yaitu komitmen mendekat dan komitmen menjauh. Komitmen mendekat mencakup dorongan untuk melanjutkan hubungan karena potensi mendapatkan pengalaman positif atau manfaat, seperti keyakinan bahwa komitmen akan membawa kebahagiaan dalam hidup. Sementara itu, komitmen menjauh atau menghindar melibatkan keinginan untuk melanjutkan hubungan karena kekhawatiran akan dampak negatif jika hubungan berakhir atau terputus.⁵ Namun, jika sudah adanya suatu hubungan atau komitmen hal tersebut tidak

⁴ Faiz, 18.

⁵ Mendatu, *Cinta Manusia: Arti, ragam jenis dan sebab akibatnya*, 11.

akan menjamin bahwa kedua insan yang saling menyayangi dan mencintai tersebut akan baik-baik saja dan tidak mendapatkan suatu masalah dalam hubungan yang sedang mereka jalani pasti terdapat suatu rintangan atau masalah yang bisa hancurkan perasaan cinta yang telah lama dijalani. Tanggapan emosional terhadap putus cinta cenderung serupa di antara setiap individu, mencakup kesedihan, ketidakrelaan, kemarahan, kekecewaan, penyesalan, perasaan putus asa, dan bahkan trauma. Aspek-aspek asmara, cinta, dan pengalaman putus cinta tidak dapat dipisahkan dari kehidupan orang dewasa.

Pada fase dewasa awal ditandai adanya transisi dari masa remaja ke dewasa, di mana kemandirian ekonomi, kebebasan, pencarian identitas, dan pandangan realistis terhadap masa depan semuanya berperan penting. Pada tahap ini, terjadi perubahan fisik yang alami seiring bertambahnya usia. Motivasi guna adaptasi dengan pola kehidupan baru serta menyesuaikan dirinya dengan harapan sosial yang muncul menjadi fokus pada masa dewasa awal ini.⁶ Pada fase dewasa awal ini individu memasuki tahapan *intimasi versus isolasi*⁷ yang mana dimulai dengan rentan usia 19-40 tahun pada tahapan ini para individu yang memiliki intimasi versus isolasi memiliki tugas perkembangan, salah satunya yakni persoalan menjalani hubungan intim dalam berpacaran. Individu dalam berpacaran pastinya mengharapkan hubungan yang serius dan dapat berujung pada jenjang pernikahan, tetapi realitanya tidak semua individu tersebut memiliki kemampuan untuk mempertahankan suatu

⁶ Andi Thahir, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Andi Publisher, 2018), 156.

⁷ Hubungan yang erat (*intimasi*) atau merasa terasing (*isolasi*)

hubungan sehingga berujung pada pemutusan hubungan selama berpacaran. Dalam hal ini individu memiliki dua strategi mengenai pemutusan hubungan seperti secara langsung dan tidak langsung baik itu secara sepihak ataupun diantara kedua belah pihak tersebut disaat memutuskan hubungan.⁸ Namun, dasarnya ketika seseorang mengalami putus cinta maka akan menunjukkan berbagai macam respon yang sangat bervariasi. Dalam hal ini mayoritas respon atau reaksi yang ditimbulkan cenderung perilaku yang negatif namun tidak menutup kemungkinan ada juga yang bahkan tidak menunjukkan respon atau reaksi yang positif atau bahkan tidak menunjukkan respon atau reaksi sama sekali.⁹ Andi Thahir menyatakan bahwa berbagai faktor dapat menjadi pemicu terjadinya putus cinta. Hal ini melibatkan penyimpanan terlalu banyak rahasia atau kurangnya keterbukaan antara pasangan, adanya rasa cemburu, kehilangan kepercayaan, tidak adanya restu dari keluarga, jatuh cinta pada orang baru, perselingkuhan, cinta yang bersifat sesaat, serta hubungan jarak jauh atau *long distance relationship*.¹⁰

Fenomena *ghosting* yang sedang marak di Indonesia tidaklah asing, terutama di kalangan milenial seperti remaja dan dewasa. Menurut penjelasan Leah E. LeFebvre dalam *Phantom Lovers*, *ghosting* mulai populer sejak tahun 2015. Kata "*ghost*" dalam bahasa Inggris dari istilah "*ghosting*" berasal. Tindakan sepihak yang memutus komunikasi melalui berbagai media disebut sebagai "*ghosting*". Contohnya, ketika seseorang secara aktif berkomunikasi

⁸ Sahrullah dkk., "Strategi Koping Perempuan Korban Ghosting Pada Fase Dewasa Awal," *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 1 (2022): 80.

⁹ Mendatu, *Cinta Manusia: Arti, ragam jenis dan sebab akibatnya*, 21.

¹⁰ Thahir, *Psikologi Perkembangan*.

melalui obrolan atau pesan, namun tiba-tiba tidak mendapatkan balasan atau tanggapan, bahkan hingga memutuskan kontak atau menolak menerima panggilan telepon.¹¹ *Ghosting* didefinisikan sebagai usaha untuk memutus hubungan pasangan yang mana dengan cara membatasi kontak dan upaya untuk menjangkau kehidupan pasangan yang lain. Mulanya komunikasi terjalin dengan lancar dan mulus sesuai dengan apa yang sudah di *planning* atau di rencanakan namun mendadak tidak mendapatkan respon dari suatu pesan.¹²

Oleh karena itu, tindakan *ghosting* dianggap sebagai cara cepat bagi pelaku untuk mengakhiri perasaan bosan dan ketidaknyamanan. Ini disebabkan oleh ketidakberanian para pelaku *ghosting* untuk memberikan penjelasan kepada korban-korban mereka. Mereka beranggapan bahwa memberikan penjelasan hanya akan membuat segalanya menjadi rumit dan penuh drama. Berita *ghosting* di Indonesia juga pernah terdengar di beberapa public figur, salah satunya ialah Fellicia Tissue. Fellicia sendiri ialah seorang wanita yang dikenal sebagai seorang *YouTuber* dikabarkan pernah menjadi korban *ghosting* oleh pacarnya Kaesang Pangarep. Menurut pengakuan Fellicia pacarnya bukan lain adalah anak presiden Joko Widodo tersebut tiba-tiba hilang tanpa ada kabar dan alasan yang jelas, kemudian Fellicia mengaku bahwa tindakan yang dilakukan oleh Kaesang ini sangat keterlaluan dan sangat bertentangan dengan etika karena perilaku pengabaian yang dilakukan olehnya sudah lewati batas.

Perkara Fellicia-Kaesang ini jadi viral di sosial media dan banyak mendapat

¹¹ Leah E. LeFebvre, *Ghosting as a Relationship Dissolution Strategy in the Technological Age* (Los Angeles: Anchor, 2017), 222.

¹² Sahrullah dkk., “Strategi Koping Perempuan Korban Ghosting Pada Fase Dewasa Awal,” 85.

sorotan publik dan berita ini diperkeruh lagi jika Kaesang melakukan ghosting terhadap Fellicia dikarenakan sedang dekat dengan Nadya Arifta, akibat perkara tersebut Fellicia dikabarkan mengalami trauma karena adanya suatu tekanan.

Kabar lain datang dari aktris cantik yaitu Anya Geraldine yang juga mengaku pernah mendapat pengalaman di *ghosting* oleh seseorang pria setelah malam pertama berkencan. Dari pengakuannya pada saat diwawancarai oleh Gading Martin dalam sebuah acara yang diadakan oleh KUY Entertainment Anya mengaku dirinya mengalami kebingungan pada saat dirinya tengah dighosting selain itu Anya berusaha mencoba untuk menghubungi kembali pria yang mengghosting Anya tersebut guna meminta kejelasan mengapa ia meninggalkan Anya tanpa alasan yang jelas, dalam hal ini Anya tidak terima dengan perlakuan seperti ini terjadi pada dirinya.¹³

Pengalaman kurang nyaman ini juga pernah dirasakan oleh SD (22) seorang mahasiswi Universitas Negeri di Surabaya, SD mengaku bahwa dirinya pernah di *ghosting* oleh pasangannya sendiri, akan tetapi hubungan yang ia jalani sebelumnya itu berjalan dengan baik, saling berkomunikasi diantara satu sama lain secara intens, selalu memberikan kabar dalam segala aktivitasnya, saling mensupport satu dengan lainnya. Namun, tanpa suatu alasan yang jelas sikap pasangannya tersebut menjadi berubah dan aneh dari yang awalnya *sweet, care*, sabar, dan begitu sayang dengan SD namun di akhir waktu sebelum SD di *ghosting* kekasihnya berubah drastis cenderung bersikap

¹³ Sahrullah dkk., “Strategi Koping Perempuan Korban Ghosting Pada Fase Dewasa Awal.” 88-89.

dingin, tidak peduli sama sekali, cuek, dan sering menghilang tanpa kabar sampai pada akhirnya nomor kekasihnya SD mendadak tidak aktif dan SD mencoba untuk menghubungi dan mencarinya dengan berbagai macam cara dan pada akhirnya SD tidak mendapatkan apa-apa dan ia mengaku telah di *ghosting* oleh kekasihnya tanpa adanya suatu kejelasan. Dalam hal ini SD awalnya tidak bisa menerima, dia kaget, sedih yang berkepanjangan, dan tidak menyangka sama sekali bahwa sang kekasih akan melakukan hal tersebut namun lama kelamaan SD mulai bangkit, dan memperbaiki diri serta mulai bisa menerima kejadian tersebut yang mana tindakan *ghosting* seperti ini bukanlah kesalahan yang mutlak dari dirinya sendiri kemudian SD beranggapan bahwa setelah adanya tindakan seperti ini ia lebih bisa merenungkan bahwa dirinya itu sangat penting dan berharga serta pantas mendapatkan perlakuan yang baik.¹⁴

Pengalaman kurang menyenangkan tersebut divalidasi oleh Ketua Karang Taruna HNS di Perumahan Pondok Indah Tunggorono Jombang. HNS mengungkapkan bahwa desa Tunggorono memiliki arti “tunggo nono” dalam Bahasa Indonesia berarti temanilah namun hal tersebut tidak bisa menjadi patokan agar orang-orang sekitar memiliki sifat yang setia. Tetap saja masih banyak para remaja maupun dewasa yang mengalami peristiwa *ghosting* dalam sebuah hubungan, dan dapat dilihat dari berbagai informasi tentang *ghosting* oleh setiap individu memiliki kisah yang berbeda-beda.¹⁵

¹⁴ SD, informan korban *ghosting*, wawancara oleh peneliti, 15 Oktober 2023.

¹⁵ HNS, ketua karang taruna, wawancara oleh peneliti, 16 Oktober 2023.

Berdasarkan uraian kasus-kasus yang telah dijelaskan sebelumnya oleh peneliti di atas, maka penelitian mengenai perilaku *ghosting* menarik perhatian penulis. *Ghosting* merujuk pada tindakan mengakhiri hubungan dan memutus semua bentuk komunikasi tanpa memberikan penjelasan yang jelas atau alasan yang meyakinkan. Hal tersebut tentunya membuat seorang individu harus melewati masa sulit untuk sampai pada titik penerimaannya. Jadi, berdasarkan dari permasalahan tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran dan peran *self love* pada diri individu masing-masing serta mengatasi berbagai macam resiko atau reaksi yang pernah dialami, dirasakan dalam dirinya pasca menjadi salah satu dari beribu banyaknya korban *ghosting*.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah disampaikan, beberapa perumusan masalah dapat diajukan, yakni:

1. Bagaimana gambaran *self love* pada dewasa awal pasca menjadi korban *ghosting* di Perumahan Pondok Indah Tunggorono Jombang?
2. Bagaimana peran *self love* pada dewasa awal pasca menjadi korban *ghosting* di Perumahan Pondok Indah Tunggorono Jombang?

C. Tujuan Penelitian

Selanjutnya, tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam konteks dan fokus penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan gambaran *self love* pada dewasa awal pasca menjadi korban *ghosting* di Perumahan Pondok Indah Tunggorono Jombang

2. Mendeskripsikan peran *self love* pada dewasa awal pasca menjadi korban *ghosting* di Perumahan Pondok Indah Tunggorono Jombang

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini bisa dirinci jadi dua aspek: kegunaan teoritis dan kegunaan praktis.

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini harapannya bisa membagikan berbagai kontribusi tambahan terhadap perkembangan dan keilmuan psikologi, khususnya dalam konteks kesehatan mental. Hasil penelitian dapat memperkaya literatur ilmiah dan teoritis di bidang ini. Lalu bisa jadi referensi penting bagi penelitian masa depan yang berkaitan dengan *self love*. Hal ini akan membantu memperluas pemahaman terhadap konsep ini dan memotivasi penelitian lebih lanjut.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Individu

Bagi yang alami kendalanya dalam bagi sebuah studi kesehatan mental, hasil penelitian ini harapannya bisa membagikan masukan baru dan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana konsep *self love*.

- b. Bagi Pembaca

Hasil penelitiannya bisa berfungsi sebagai sumber informasi yang berguna bagi pembaca, menambah pengetahuan, memperluas wawasan, dan memahami pentingnya *self love* dalam menjaga kesehatan mental.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini bisa membantu peneliti dalam pengembangan pengetahuan dan keahlian dalam bidang kesehatan mental. Lalu bisa jadi sarana untuk latihan dan pengembangan keterampilan penyusunan karya ilmiah.

E. Definisi Konsep

1. *Self Love*

Menurut Erich Fromm, asal mula segala jenis cinta terhadap benda lain adalah cinta diri. Menurut Fromm, mencintai diri sendiri merupakan kebajikan selain mencintai orang lain, yang bermanfaat sesuai dengan pepatah “cintailah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri”.

2. *Ghosting*

Menurut Elle, *ghosting* adalah ketika seseorang berhenti berkomunikasi dengan orang lain. Ini adalah kebiasaan di mana orang tersebut secara bertahap menjauhkan diri dari orang lain sampai semua komunikasi terhenti.

3. Cinta

Cinta sejati, menurut Erich Fromm, adalah cinta yang matang, yang memungkinkan persatuan dalam kondisi yang menjaga keunikan dan integritas.

4. Dewasa Awal

Masa dewasa awal dalam pengertian Santrock adalah tahap perkembangan manusia yang berlangsung antara usia 20 tahun hingga usia

30 tahun. Tahap kehidupan yang paling lama dalam tahap perkembangan adalah masa dewasa awal.

F. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan literatur yang telah ditemukan oleh peneliti, terdapat beberapa pandangan dari penelitian sebelumnya yang mendukung dan memperkuat informasi sebagai sumber referensi tambahannya peneliti.

Beberapa penelitian terdahulu tersebut yakni:

1. Penelitian oleh Annisa Srimaryanti dkk. Dengan judul penelitian, “Analisis *Self-Love* dalam Kumpulan Cerita Anak Majalah Bobo”. Metode penelitian yang digunakan yakni mengadopsi analisis konten dengan pendekatan kualitatif serta menyertakan hasil penelitiannya melalui analisis deskriptif. Terdapat 7 subjek penelitian dengan fokus pada berbagai tema cerita dari majalah anak “Bobo”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa disetiap cerita mengandung aspek *self love* yang signifikan terhadap analisis yang dilakukan.¹⁶ Persamaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada penggunaan teori *self love*. Perbedaan muncul dalam penelitian ini, di mana penelitian ini memakai pendekatan kualitatif deskriptif studi kasus, sedangkan penelitian sebelumnya mengadopsi pendekatan kualitatif dengan penjabaran hasil penelitian analisis deskriptif, kemudian untuk lokasi penelitian juga menjadi perbedaan yang krusial antara kedua penelitian ini.
2. Penelitian oleh Alvary Exan Rerung, dll dengan judul “Membangun *Self-Love* Pada Anak Usia Remaja”. Penelitian ini mengadopsi teori filsafat

¹⁶ Annisa Srimaryanti, Seni Apriliya, dan Resa Respati, “Analisis *self-love* dalam kumpulan cerita anak majalah bobo,” *Attadib: Journal of Elementary Education* 6, no. 1 (2022): 1–13.

Stoikisme, khususnya dari Marcus Aurelius. Metode penelitian yang digunakan yakni kualitatif deskriptif yang subjeknya difokuskan pada anak usia remaja yang masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan pikirannya. Hasil penelitian ini signifikan pada konteks *self love* terkait pendidikan baik dilingkungan keluarga maupun sekolah.¹⁷ Persamaan pada penelitian ini terletak pada penggunaan teori *self love* dengan penelitian sebelumnya. Perbedaan muncul pada subjek dan lokasi penelitiannya. Penelitian ini berfokus pada remaja yang masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan pikiran mereka, sedangkan penelitian sebelumnya berfokus pada bagaimana gambaran serta peran *self love* pada diri mereka masing-masing pasca menjadi korban *ghosting*. Selain itu, lokasi penelitian juga menjadi faktor perbedaan yang krusial antara kedua penelitian ini.

3. Penelitian oleh Nila Zaimatus, Septiana, dan Jesi Darina dengan judul “Membangun *Self Love* Pada Remaja Pengguna Instagram ditinjau dari Perspektif Dramaturgi” (Studi Fenomenologi Remaja Pengguna Instagram di Desa Ngebrak). Metode penelitian yang digunakan yakni studi fenomenologi kualitatif deskriptif. Subjek penelitian ini ialah remaja wanita usia 18-22 tahun yang aktif sebagai *user* atau pengguna Instagram. Hasil penelitian ini signifikan yang mana remaja mampu membangun proses *self love* melalui Instagram dengan bijak.¹⁸ Persamaan pada penelitian ini ialah

¹⁷ Alvary Exan Rerung, Rosinta Sekke Sewanglangi, dan Sandi Alang Patanduk, “Membangun Self-Love Pada Anak Usia Remaja Menggunakan Teori Filsafat Stoikisme Marcus Aurelius,” *Masokan Ilmu Sosial dan Pendidikan* 2, no. 2 (2022): 105–15.

¹⁸ Jesi Darina, “Membangun Self Love Pada Remaja Pengguna Instagram Ditinjau Dari Perspektif Dramaturgi (Studi Fenomenologi Remaja Pengguna Instagram Di Desa Ngebrak),” *Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 2, no. 1 (2021): 1–17.

pada teori yang digunakan yakni *self love* untuk perbedaannya terletak pada subjek serta lokasi penelitian.

4. Penelitian oleh A. Annisa Nurul Qalbi dengan judul “*Self Love* Sebagai Upaya Mengurangi Rasa Insecure Pada Siswa/I Kelas X IPA SMA Muhammadiyah I Unismuh Makassar”. Metode penelitian yang digunakan ialah ceramah dan diskusi. Subjek pada penelitian ini sebanyak 22 siswa kelas X IPA. Hasil penelitian signifikan karena setelah adanya evaluasi menunjukkan partisipan merasa pameri menumbuhkan rasa sayang pada dirinya sendiri maka dengan hal ini dapat menjadikan metode yang baik guna mengurangi rasa *insecure* pada diri mereka.¹⁹ Persamaan pada penelitian ini ialah pada penggunaan teori *self love* kemudian untuk perbedaannya yakni terletak pada subjek dan lokasi penelitiannya.

¹⁹ Annisa Nurul Qalbi dkk., “*Self Love* Sebagai Upaya Mengurangi Rasa Insecure Pada Siswa/I Kelas X IPA SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1 (2022).