

Potensi Diri Peserta Didik Berdasarkan Perspektif *Self-Concept* Carl Rogers: *Systematic Literature Review*

Aldila Fitri Radite Nur Maynawati¹, Najma Tria Oktaviani², Yuraida Ita Kurniawati³

^{1,2} Universitas Veteran Bangun Nusantara, Indonesia

³SMAN 3 Sukoharjo, Indonesia

aldila.fitri.rnm@gmail.com

ABSTRAK

Potensi diri merupakan aspek penting dalam pendidikan karena setiap peserta didik memiliki kemampuan, minat, karakteristik, dan sumber daya yang mampu dikembangkan secara optimal. Namun, tidak semua peserta didik memiliki kemampuan dalam mengenali dan mengaktualisasi potensi yang dimiliki. Faktor yang berperan dalam proses tersebut adalah *self-concept* atau konsep diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengembangan potensi diri peserta didik berdasarkan perspektif *self-concept* Carl Rogers mengidentifikasi implikasi dalam layanan Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) mengacu *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Literatur yang dikaji dibatasi pada publikasi tahun 2021-2026 dengan fokus penelitian tersedia dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Hasil kajian menunjukkan adanya konsep *self-concept* memiliki peran penting dalam membantu peserta didik mengenali, menerima, mengeksplorasi, serta mengembangkan potensi dirinya. Konsep diri yang positif mendukung kepercayaan diri, keterbukaan terhadap pengalaman, keberanian menghadapi tantangan, dan aktualisasi diri. Sebaliknya, konsep diri negatif serta incongruence dapat menghambat pengembangan potensi. Dalam Bimbingan dan Konseling, perspektif Carl Rogers dapat menjadi landasan untuk membantu peserta didik memahami, menerima, dan mengembangkan dirinya melalui lingkungan yang suportif.

Kata Kunci: *self-concept*, potensi diri, Carl Rogers, Bimbingan dan Konseling

ABSTRACT

Self-potential is an important aspect of education because every student possesses abilities, interests, characteristics, and resources that can be optimally developed. However, not every student is capable of recognizing and actualize their potential. A key factor contributing significantly to this process is an individual's self concept. This study aims to examine the development of students' self-potential from the perspective of Carl Rogers' self-concept theory and to identify its implications for guidance and counseling services. This study employed a Systematic Literature Review (SLR) method based on the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. The literature reviewed was limited to publications from 2021 to 2026 and focused on studies available in either Indonesian or English. The findings show that self-concept helps students recognize, accept, and develop their potential. A positive self-concept supports self-confidence, openness to experience, willingness to face challenges, and self-actualization. In contrast, a negative self-concept and a lack of congruence between the perceived self and the ideal self may hinder students potential development. In the context of guidance and counseling, Carl Rogers' perspective can serve as a foundation for helping students understand, accept, and develop themselves through a supportive environment.

Keywords: *self-concept, self-potential, Carl Rogers, guidance and counseling*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha yang dilakukan secara sadar untuk mempersiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang. Menurut UU. No. 20 tahun 2003, pendidikan adalah proses yang dilakukan secara sadar dan terencana dalam menciptakan suasana serta proses

pembelajaran yang memungkinkan peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya secara optimal baik dalam aspek, seperti spiritual, kepribadian, kecerdasan, pengendalian diri, akhlak, maupun keterampilan yang dibutuhkan bagi kehidupan pribadi, bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara (Nasution et al., 2024).

Potensi diri dapat berkembang secara optimal bagi individu ketika kepribadian yang muncul dapat tersalurkan dengan baik. Kepribadian dari segi kualitas agar individu mampu mengidentifikasi diri, mengenal lingkungan, dan mampu berkomunikasi secara interpersonal (Belkin dalam Sutisna, 2021). Teori belajar humanistik yang dikemukakan oleh Rogers menekankan jika adanya proses belajar mencakup perkembangan peserta didik secara menyeluruh, baik dari sisi intelektual maupun melibatkan perkembangan emosional peserta didik (Zamzami & Putri, 2024). Pengembangan potensi diri dapat berlangsung secara optimal melalui pembelajaran yang bermakna, yaitu ketika peserta didik terlibat secara utuh dalam proses belajar dengan melibatkan pikiran dan perasaannya. Sebaliknya, pembelajaran yang hanya berfokus pada aspek kognitif tanpa memperhatikan keterlibatan emosional cenderung kurang memberikan pengalaman yang bermakna.

Data empiris menunjukkan 45% responden melaporkan mengalami krisis identitas. Adanya Krisis ini dilihat dengan peserta didik yang masih memiliki tekanan secara psikologis akan identitas di dunia nyata dan dunia maya. Fenomena tersebut masih banyak ditemukan pada remaja. Hasil survei *Programme for International Student Assessment* (PISA) 2022 menampilkan bahwa sebagian peserta didik memiliki tingkat self-efficacy, motivasi belajar, dan rasa memiliki terhadap sekolah yang relatif rendah, yang berdampak pada kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik maupun pengembangan diri. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengembangan potensi peserta didik tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh aspek psikologis, khususnya konsep diri yang positif (García-martínez et al., 2022).

Menurut Carl Rogers, setiap individu memiliki kecenderungan bawaan untuk tumbuh dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya (*actualizing tendency*). Namun, proses tersebut sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang dirinya (*self-concept*) serta kualitas lingkungan yang diterimanya. Peserta didik dengan *self-concept* positif cenderung lebih mampu mengenali kelebihan dan keterbatasannya, memiliki kepercayaan diri, berani mengambil keputusan, serta mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal. Sebaliknya, ketidaksesuaian antara pengalaman yang dialami dengan konsep diri (*incongruence*) mampu menghambat perkembangan pribadi, menurunkan kepercayaan diri, dan menyebabkan peserta didik kesulitan mengaktualisasikan potensinya.

Pengembangan potensi merupakan aspek penting dalam perkembangan peserta didik karena setiap individu memiliki kemampuan, minat, karakteristik, dan sumber daya yang dikembangkan. Potensi ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan akademik, tetapi juga dalam kemampuan sosial emosional, keterampilan, kreativitas, serta kemampuan dalam pengambilan Keputusan dalam menghadapi tantangan melalui pendidikan. Meskipun setiap peserta didik memiliki kemampuan untuk berkembang, tetapi pada kenyataannya tidak semua mampu mengenali dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Sebagian peserta didik masih memiliki keraguan dalam potensi yang dimiliki. Keraguan yang muncul menyebabkan murid memiliki kesenjangan antara potensi

sebenarnya dimiliki dengan kemampuan peserta didik dalam mengaktualisasikan.

Self-concept di berbagai penelitian dibahas erat kaitannya dengan pencapaian akademik, resiliensi, motivasi belajar, maupun perkembangan psikologis peserta didik. Penelitian mengenai teori humanistik Carl Rogers juga telah banyak digunakan dalam konteks pembelajaran dan konseling. Namun, kajian yang secara khusus mengintegrasikan konsep *self-concept* Carl Rogers dengan pengembangan potensi diri peserta didik dalam konteks pendidikan dan Bimbingan dan Konseling masih terbatas. Sebagian kajian cenderung membahas *self-concept* sebagai variabel yang berkaitan dengan hasil belajar atau perkembangan psikologis, sementara pembahasan mengenai bagaimana konsep diri menjadi dasar bagi peserta didik dalam mengenali, menerima, mengeksplorasi, dan mengaktualisasikan potensi dirinya belum banyak disintesis secara khusus. Kajian cenderung membahas *self-concept* sebagai variabel yang berkaitan dengan hasil belajar atau perkembangan psikologis, sementara pembahasan mengenai bagaimana konsep diri menjadi dasar bagi peserta didik dalam mengenali, menerima, mengeksplorasi, dan mengaktualisasikan potensi dirinya belum banyak disintesis secara khusus.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kajian yang mengintegrasikan konsep pengembangan potensi diri dengan perspektif *self-concept* Carl Rogers. Hingga saat ini, sebagian besar penelitian yang ada masih berfokus pada penerapan teori Rogers dalam konteks proses pembelajaran yang berpusat pada peserta didik maupun konseling humanistik, sedangkan kajian yang secara khusus menganalisis pengembangan potensi diri peserta didik berdasarkan perspektif *self-concept* Carl Rogers masih relatif terbatas. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan mengkaji berbagai hasil penelitian dan literatur mengenai hubungan antara *self-concept* menurut Carl Rogers dengan pengembangan potensi diri peserta didik sebagai landasan konseptual bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan panduan *Preferred Reporting Items for Systemic Review Meta-Analyses* (PRISMA) yang dilakukan sebagai acuan dalam pelaksanaan *systemic literature review*. Pemilihan metode ini karena tujuan utama penelitian adalah mengidentifikasi, menelaah, mengevaluasi, dan mengintegrasikan temuan dari berbagai sumber ilmiah yang relevan secara metodis, terstruktur, dan dapat direplikasi (Snyder, 2019 ; Ningsih, 2026). Penelitian ini dilakukan selama empat bulan pada periode Maret hingga Juli 2026.

Sumber data yang diperoleh melalui penelusuran dari tiga basis data utama, yaitu (1) Google Scholar (2) SCOPUS (3) Frontiers. Kata kunci yang digunakan adalah potensi diri, carl rogers, pengembangan potensi diri, *self concept perspective carl rogers*. Pencarian yang dilakukan menggunakan operator (AND, OR) untuk memaksimalkan relevansi hasil. Kriteria inklusi literatur meliputi (1) publikasi dalam rentang tahun 2021-2026 (2) diterbitkan dalam jurnal ilmiah atau buku referensi akademik yang diverifikasi (3) Potensi diri berdasarkan perspektif teori carl rogers (4) Tersedia dalam penggunaan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 1. Hasil Kajian

No.	Sumber	Fokus Kajian	Hasil Kajian	Keterkaitan dengan Potensi Diri
1.	Carl Rogers	<i>Self-concept</i> dan perkembangan individu	Individu memiliki kecenderungan untuk tumbuh dan berkembang (<i>actualizing tendency</i>). Perkembangan optimal terjadi ketika terdapat kesesuaian antara <i>self-concept</i> dan pengalaman (<i>congruence</i>) serta memberikan penerimaan positif (<i>unconditional positive regard</i>).	<i>Self-concept</i> yang positif menjadi dasar peserta didik dalam mengenali, menerima, dan mengembangkan potensi dirinya.
2.	García-Martínez <i>et al</i> , (2022)	<i>Self-concept</i> , resiliensi, dan pencapaian akademik	<i>Self-concept</i> sebagai mediator dalam hubungan antara resiliensi dan pencapaian akademik mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa cara individu memandang dirinya berkaitan dengan kemampuan menghadapi tantangan dan pencapaian akademiknya.	<i>Self-concept</i> dapat mendukung peserta didik dalam menghadapi tantangan, mempertahankan usaha, dan mengembangkan kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan.
3.	Asroriyah <i>et al</i> , (2026)	Penerapan teori humanistik dalam pendidikan	Suasana pembelajaran yang positif dan kondusif berperan dalam meningkatkan motivasi serta mendukung proses perkembangan peserta didik. Konsep <i>freedom to learn</i> memberikan	Lingkungan yang aman dan memberikan kebebasan dapat membantu peserta didik mengeksplorasi kemampuan serta mengaktualisasikan potensi dirinya.

			ruang bagi peserta didik untuk berpikir, bertindak, menemukan jati diri, dan memperoleh pengalaman belajar yang bermakna.	
4.	Douma <i>et al</i> , (2022)	<i>Self-concept</i> peserta didik dalam lingkungan pendidikan	Kajian menunjukkan bahwa konsep diri peserta didik berkaitan dengan lingkungan pendidikan serta aspek kesejahteraan dan perkembangan peserta didik.	Pembentukan konsep diri peserta didik tidak terlepas dari lingkungan dan dapat menjadi landasan untuk memahami perkembangan diri secara lebih luas.
5.	Munawiroh <i>et al</i> , (2026)	Pandangan Carl Rogers tentang Teori Humanistik dan Aktualiasi Diri	Penerimaan, empati, dan hubungan yang mendukung membantu peserta didik membangun konsep diri positif serta mengarahkan perkembangan menuju aktualisasi diri.	Lingkungan yang menerima dan tidak menghakimi dapat membantu peserta didik mengembangkan kepercayaan diri dan mengoptimalkan potensinya.
6.	Rati <i>et al</i> . (2025)	<i>Self-concept</i> dan prestasi belajar	<i>Self-concept</i> berkaitan dengan bagaimana peserta didik memandang kemampuan dirinya dalam proses belajar dan pencapaian akademik.	Pemahaman positif terhadap kemampuan diri dapat menjadi modal psikologis dalam mengembangkan kemampuan dan mencapai potensi akademik.
7.	Zamzami & Putri, (2024)	Teori belajar humanistik Carl Rogers	Pembelajaran humanistik menekankan keterlibatan intelektual dan emosional peserta didik. Proses pembelajaran yang bermakna tidak hanya melibatkan aspek kognitif, tetapi juga melibatkan perasaan peserta didik.	Keterlibatan kognitif dan afektif memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memahami pengalaman belajar, mengenali dirinya, dan mengembangkan potensi secara lebih optimal.
8.	Nuryono <i>et al</i> ,	Persepsi individu	Individu memberikan	Cara peserta didik

(2026)	dan konsep diri	makna terhadap pengalaman berdasarkan medan fenomena. Perilaku lebih dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang dan menafsirkan pengalaman daripada sekadar keadaan eksternal.	memaknai pengalaman dapat memengaruhi cara mereka melihat kemampuan diri dan menentukan respons terhadap kesempatan untuk mengembangkan potensinya.
--------	-----------------	---	---

A. Konsep Diri dalam Teori Kepribadian Carl R. Rogers

Carl Rogers mulai mengembangkan konsep *self* (diri) karena pada saat itu belum terdapat definisi jelas dan memadai untuk menjelaskan makna 'diri' dalam kajian psikologi. Melalui pengalaman panjangnya sebagai psikoterapis, Rogers menemukan adanya konsep diri yang memiliki peranan penting dalam proses konseling. Berdasarkan interaksi dengan klien, ia mengamati bahwa kebutuhan mendasar adalah keinginan individu untuk menjadi 'diri yang sebenarnya' (*the real self*). Pengalaman tersebut membawa Rogers pada pemahaman bahwa kemampuan seseorang dalam mengenali dan memahami dirinya adalah faktor terpenting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Oleh karena itu, konsep diri kemudian menjadi inti teori kepribadian yang dikembangkan Rogers yang didefinisikan sebagai berikut:

"Rogers mendefinisikan konsep diri (*self*) sebagai kesatuan yang terorganisasi, konsisten, dan menyeluruh yang terbentuk dari adanya persepsi individu mengenai karakteristik dirinya, baik secara subyektif maupun sebagai obyektif. Konsep diri juga mencakup persepsi individu terhadap hubungan dirinya dengan orang lain serta dengan berbagai aspek kehidupan, termasuk nilai-nilai yang melekat pada pengalaman dan persepsi tersebut. Keseluruhan persepsi ini berada dalam ranah kesadaran, meskipun tidak selalu disadari secara penuh oleh individu. Selain itu, konsep diri bersifat dinamis dan fleksibel karena dapat mengalami perubahan seiring dengan pengalaman yang diperoleh, tetapi pada setiap waktu tetap membentuk suatu struktur yang utuh dan khas sebagai representasi diri individu" (Suwandi, 2021).

Menurut Rogers, individu memahami berbagai objek atau peristiwa di lingkungan berdasarkan pengalaman yang dimiliki, kemudian memberi makna terhadap pengalaman tersebut. Kumpulan persepsi dan makna yang terbentuk menjadi suatu medan fenomenal yang bersifat subjektif dan tidak dapat diketahui secara langsung oleh orang lain, kecuali melalui pemahaman secara empatik. Bagaimana individu bertindak laku juga tergantung pada medan fenomenal (kenyataan subyektif) bukan pada keadaan kenyataan luar (Nuryono et al., 2026). Individu yang memiliki konsep diri yang kuat dan positif cenderung memiliki cara pandang yang berbeda dalam memahami dirinya, orang lain, maupun lingkungannya. Seseorang yang memiliki konsep diri yang lemah akan berpengaruh pada perilakunya. Konsep ini berbeda dengan konsepsi behavioristik yang melihat manusia sebagai pion kekuatan eksternal. Pemikiran Rogers berbeda dengan

pemikiran behavioristik lainnya. Rogers memiliki pandangan bahwa sifat dasar manusia adalah positif, optimistik. Rogers melihat perilaku seseorang tidak secara langsung ditentukan oleh peristiwa atau rangsangan dari luar (stimuli eksternal). Yang lebih menentukan adalah bagaimana individu memandang, menafsirkan, dan memberi makna terhadap peristiwa tersebut.

B. Peran *Self Concept* dalam Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik

Menurut Rogers, konsep diri merupakan faktor yang menentukan bagaimana individu memandang kemampuan, potensi, dan peluang yang dimilikinya. Peserta didik dengan konsep diri positif cenderung lebih yakin terhadap kemampuannya, berani mencoba pengalaman baru, mampu menerima kegagalan sebagai bagian dari proses belajar, serta memiliki motivasi untuk terus berkembang. Sebaliknya, peserta didik yang cenderung memiliki citra diri negatif cenderung meragukan kemampuan dirinya, menghindari tantangan, dan kurang mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki. Oleh karena itu, konsep diri menjadi fondasi penting dalam pengembangan potensi diri peserta didik karena menentukan bagaimana individu mengenali, menerima, dan mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Kondisi ini sejalan dengan konsep *fully functioning person* yang dikemukakan Rogers. Individu yang memiliki konsep diri yang sehat akan lebih terbuka terhadap pengalaman, mempercayai kemampuan dirinya, serta mampu mengaktualisasikan potensi yang dimiliki secara optimal. Potensi diri dalam perspektif humanistik bukan sekadar prestasi akademik, melainkan adanya realisasi diri secara menyeluruh. Rogers, (1961) meyakini bahwa setiap peserta didik memiliki *fully function person* yang bertujuan untuk memiliki perkembangan secara psikologis, kondisi di mana seseorang hidup secara penuh, terbuka terhadap pengalaman, mampu untuk percaya akan proses dirinya, dan memiliki tanggung jawab atas pilihannya. Dalam konteks remaja, orientasi muncul untuk pembentukan pola adaptif yang dibawa sepanjang hayat. Rogers memiliki kontribusi pada pengembangan potensi diri remaja dengan berbagai mekanisme psikologis. Pertama, hubungan terapeutik menciptakan rasa aman secara psikologis. Peserta didik mampu mengeksplorasi dirinya tanpa rasa takut gagal atau merasa dihakimi.

Self concept merupakan cara individu dalam memahami dan memandang dirinya dalam berbagai aspek seperti kemampuan, keterbatasan, karakteristik, nilai, serta hubungan dengan orang lain. Konsep diri ini sifatnya multidimensional, meliputi konsep diri akademik, sosial, emosional, dan fisik. Dalam konteks pendidikan, pembentukan *self concept* terkait dengan bagaimana peserta didik memiliki pemahaman akan dirinya dalam belajar, keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, serta Gambaran mengenai diri yang ingin dicapai (*ideal self*). Dengan demikian, *self concept* memiliki peran dalam membantu peserta didik mengenali diri secara menyeluruh. Pemahaman terhadap kemampuan dan keterbatasan diri dapat menjadi dasar bagi peserta didik untuk menentukan tujuan, membangun motivasi, dan mengembangkan kemampuan yang dimilikinya. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri tidak hanya menggambarkan bagaimana individu melihat dirinya saat ini, tetapi juga dapat berkaitan dengan arah perkembangan dan pencapaian yang ingin diraih (García-martí'nez et al., 2022).

C. Congruence dan Incongruence dalam Perkembangan Peserta Didik

Dalam menghadapi beragam tantangan di bidang pendidikan, teori belajar humanistik yang dikembangkan oleh *Carl Rogers* dapat menjadi salah satu pendekatan yang relevan untuk mendukung proses perkembangan dan pengembangan peserta didik. Pemikiran Rogers menekankan pada konsep *self truth*, yaitu proses pemahaman individu secara mendalam, termasuk mengenali nilai, kebutuhan, emosi, tujuan hidup yang dimiliki. Konsep pendekatan konseling humanistik *Carl Rogers* ini memiliki keterkaitan dengan upaya membangun kepercayaan diri pada remaja yang membantu mereka dalam menerima dan memahami diri secara utuh. *Self truth* dipahami sebagai proses seseorang yang paham dan kenal akan dirinya secara mendalam, seperti paham akan nilai yang diyakini, kebutuhan, perasaan, serta tujuan hidup. Dalam konteks konseling, proses dalam mencapai pemahaman diri (*self truth*) berkaitan dengan kondisi psikologis, yaitu kesadaran terhadap ketidaksesuaian (*incongruence*) antara citra diri ideal dan realitas diri. Pada masa remaja, Gambaran tentang diri yang ideal seringkali dipengaruhi oleh harapan, tuntutan, dan standar sosial. Ketika kenyataan yang dialami tidak sesuai dengan Gambaran diri yang diharapkan biasanya muncul perasaan gagal, cemas, dan rendah diri. Dalam kondisi ini, konselor membantu remaja melihat dan memahami ketidaksesuaian melalui proses refleksi tanpa menyalahkan diri sendiri. Dengan begitu, remaja dapat memahami sumber konflik dari dalam dirinya dan mulai melihat secara realistis (Sarumaha, 2026).

Teori belajar humanistik yang dikembangkan oleh *Carl Rogers* merupakan salah satu pendekatan yang relevan dalam mendukung perkembangan peserta didik secara utuh. Teori ini menyebutkan pentingnya penerimaan positif tanpa syarat (*unconditional positive regard*), empati, serta keselarasan atau keaslian diri (*congruence*). Melalui penerimaan tanpa syarat serta empati yang kuat membantu dalam menyadarkan bahwa mereka diterima secara utuh yang mendorong pembentukan konsep diri secara positif dan terintegrasi. Konsep diri yang sehat dapat menjadi dasar yang kuat sekaligus fondasi yang kokoh dan berfungsi sebagai mekanisme resiliensi (daya tahan) internal yang memungkinkan murid dalam menghadapi tekanan akademik, stigma, tantangan hidup, Kondisi ini diharapkan individu memiliki pengelolaan secara adaptif dan mengarahkan energi psikologis kembali pada dorongan alami dalam berkembang dan mencapai aktualisasi diri secara maksimal. (Munawiroh, 2026)

Teori humanistik *Carl Rogers* menawarkan landasan pendidikan yang luas, tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada perkembangan individu secara menyeluruh. Menempatkan guru sebagai fasilitator dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, pendekatan ini membantu peserta didik mengembangkan potensi akademik sekaligus membangun kesehatan mental yang positif. Penerapan prinsip tersebut memberikan ruang bagi peserta didik untuk terus mengembangkan potensi dirinya hingga menuju aktualisasi diri dan mampu menjalani kehidupan sebagai individu yang berfungsi secara penuh (*fully functioning person*). Individu yang demikian mampu memahami dan menerima emosinya, berpikir secara kreatif, serta membangun hubungan yang tulus dengan orang lain. Pada akhirnya, lingkungan pendidikan yang mendukung tidak hanya mempersiapkan peserta didik untuk mencapai keberhasilan di

dalam kelas, tetapi juga membantu mereka menjalani kehidupan yang lebih bermakna (Munawiroh et al., 2026).

D. Pengaruh Lingkungan terhadap Self-Concept Peserta Didik

Lingkungan merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan *self-concept* peserta didik. *Self-concept* tidak terbentuk secara tetap sejak individu lahir, tetapi berkembang melalui berbagai pengalaman dan interaksi yang terjadi secara berulang dengan lingkungan sosial. Peserta didik memperoleh informasi mengenai dirinya melalui bagaimana orang lain memberikan respons, bagaimana dirinya diperlakukan, serta pengalaman yang diperoleh dalam berbagai situasi. Dalam konteks pendidikan, lingkungan sekolah dan lingkungan belajar menjadi ruang yang penting bagi peserta didik untuk mengenali kemampuan, memahami keterbatasan, serta membangun persepsi mengenai dirinya.

Lingkungan belajar yang positif dapat membantu peserta didik membentuk *self-concept* yang lebih positif. Lingkungan yang memberikan rasa aman, dukungan, kesempatan untuk berpartisipasi, serta penghargaan terhadap usaha peserta didik dapat membuat mereka merasa diterima dan dihargai. Perasaan tersebut kemudian dapat memengaruhi cara peserta didik memandang dirinya sendiri. Sebaliknya, lingkungan yang kurang mendukung, penuh tekanan, atau sering memberikan penilaian negatif dapat menyebabkan peserta didik mengembangkan persepsi negatif terhadap kemampuan dirinya. Oleh karena itu, lingkungan belajar yang berkualitas merupakan faktor penting yang tidak terpisahkan dari proses perkembangan *self-concept* peserta didik (Astuti, 2026).

Dalam lingkungan sekolah, dukungan guru menjadi aspek yang berperan dalam perkembangan *self-concept*. Guru yang memberikan perhatian, bantuan, dorongan, dan umpan balik yang membangun dapat membantu peserta didik memahami bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk berkembang. Dukungan tersebut juga memberikan pengalaman positif yang dapat meningkatkan keyakinan peserta didik terhadap kemampuan dirinya. Ketika peserta didik merasa bahwa guru mempercayai dan mendukungnya, mereka cenderung lebih berani mencoba, bertanya, menyampaikan pendapat, dan menghadapi tantangan dalam pembelajaran.

Selain peran guru dalam memberikan dukungan, keterlibatan aktif peserta didik selama proses pembelajaran turut berkontribusi terhadap pembentukan dan perkembangan *self-concept*. Proses pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi, melakukan investigasi, memecahkan masalah, berdiskusi, serta melaksanakan praktik secara langsung dapat memperkaya pengalaman belajar mereka. Melalui berbagai pengalaman tersebut, peserta didik memiliki kesempatan untuk mengenali potensi, kekuatan, serta kemampuan yang ada dalam dirinya. Pengalaman berhasil menyelesaikan suatu tugas atau menghadapi kesulitan juga dapat menjadi sumber informasi bagi peserta didik dalam membentuk penilaian terhadap dirinya (Rati et al., 2025).

Lingkungan teman sebaya juga menjadi bagian penting dalam pembentukan *self-concept* peserta didik. Interaksi dengan teman dapat memberikan pengalaman sosial berupa penerimaan, penghargaan, kerja sama, maupun perbandingan sosial. Hubungan pertemanan yang positif dapat membuat peserta didik merasa diterima dan memiliki tempat dalam kelompok, sehingga mendukung terbentuknya pandangan positif terhadap

dirinya. Sebaliknya, pengalaman seperti ejekan, penolakan, perundungan, atau perbandingan yang berlebihan dapat memberikan pengalaman negatif yang berpotensi memengaruhi penilaian peserta didik terhadap dirinya (Putri & Hamidah, 2024).

Dengan demikian, lingkungan memberikan berbagai pengalaman sosial yang menjadi dasar bagi peserta didik dalam membangun *self-concept*. Lingkungan yang suportif, memberikan kesempatan berkembang, menghargai proses, dan menciptakan hubungan yang positif dapat membantu peserta didik mengenali serta mengembangkan potensi dirinya. Oleh sebab itu, penciptaan lingkungan belajar yang positif tidak hanya penting untuk mendukung proses akademik sekaligus memberikan peranan pada murid untuk paham akan dirinya dan membangun pandangan baru yang lebih positif terhadap dirinya sendiri.

E. Implikasi Teori Carl Rogers terhadap Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik

1. Membangun penerimaan dan lingkungan yang aman

Lingkungan yang aman menunjang siswa untuk tumbuh kembang optimal. Perilaku manusia pada dasarnya didorong oleh kebutuhan untuk mengembangkan serta menghargai dirinya secara optimal. Dalam konteks pendidikan, setiap peserta didik memiliki potensi yang dapat dikembangkan sebagai bagian dari peningkatan kualitas sumber daya manusia. Lingkungan pembelajaran yang kondusif berperan penting dalam memberikan dukungan dan dorongan bagi peserta didik dalam mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki. Rogers juga menjelaskan bahwa pengalaman yang diperoleh individu dalam kehidupannya dapat mempengaruhi perkembangan motivasi, termasuk dalam meningkatkan motivasi belajar (Asroriyah et al., 2026).

Dalam perspektif Rogers dengan adanya konsep *freedom to learn*, pendidikan diarahkan untuk membantu murid mencapai kemandirian serta memiliki kebebasan dalam menentukan bagaimana cara berpikir dan bertindak. Menurut perspektif Rogers, pengalaman yang diperoleh seseorang dalam hidupnya mampu mempengaruhi individu dalam menerima, memahami, mengolah informasi yang masuk dari lingkungan. Pengalaman tersebut menentukan bagaimana seseorang memenuhi kebutuhan dan mengembangkan diri. Dalam konteks pembelajaran, pendekatan ini menekankan pentingnya menumbuhkan motivasi serta kemauan belajar dari dalam diri peserta didik sehingga mampu dalam mengenal dan mengaktualisasi dirinya baik dalam lingkungan sekolah maupun masyarakat. Oleh karena itu, perlu dorongan dalam mengoptimalkan kemampuan serta potensi yang dimiliki secara mendalam serta memperoleh pengalaman belajar yang bermakna (Alindra dalam Asroriyah, 2026).

2. Memberikan ruang untuk aktualisasi diri

Manusia memiliki sejumlah kebutuhan mendasar yang berperan dalam proses perkembangan dirinya, antara lain kebutuhan untuk mempertahankan diri, mengembangkan potensi diri, merasa diterima dan dihargai oleh orang lain (*positive regard*), serta mampu menghargai dan menerima dirinya sendiri (*positive self-regard*). Namun, ketika pengalaman yang dialami tidak sesuai dengan cara seseorang dalam memandang dirinya dapat memunculkan ketidaksesuaian antara pengalaman dengan konsep dirinya, Individu tersebut dapat mengalami hambatan dalam perkembangan psikologisnya. Sebaliknya, keselarasan antara pengalaman dan konsep diri dapat

mendorong individu untuk berkembang menuju pribadi yang utuh atau *fully functioning person*. Dalam pendekatan Rogers, individu yang mampu berfungsi secara penuh dan optimal dilihat dengan keterbukaan terhadap pengalaman, kemampuan menjalani kehidupan secara fleksibel, kepercayaan terhadap diri sendiri, kebebasan dalam menentukan arah serta tindakan, dan kemampuan untuk bersikap kreatif dalam menjalani kehidupannya (Dwi et al., 2025).

Dalam konteks pendidikan, pemikiran Rogers menekankan pentingnya mengintegrasikan aspek afektif dan aspek kognitif dalam proses pembelajaran. Melakukan pendekatan seperti *confluent education* sebagai upaya menghubungkan pengalaman emosional peserta didik dengan pengetahuan yang dipelajari, sehingga proses belajar tidak mengacu dengan pemahaman materi saja, tetapi proses ini juga memfasilitasi wadah bagi peserta didik sebagai sarana untuk merasakan dan memaknai pengalaman belajarnya. Sementara itu, penerapan *cooperative learning* memungkinkan peserta didik dalam memperoleh kesempatan untuk belajar melalui adanya interaksi serta kolaborasi melalui kelompok kecil guna menetapkan tujuan bersama. Melalui pembelajaran kooperatif, peserta didik tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, menghargai orang lain, dan bertanggung jawab terhadap tugasnya dalam kelompok (Rahmawati dalam Asroriyah, 2026).

Dengan demikian, penerapan teori humanistik Rogers dalam pendidikan menempatkan peserta didik sebagai pusat proses pembelajaran. Pembelajaran tidak hanya diarahkan pada pencapaian akademik, tetapi juga pada perkembangan peserta didik secara menyeluruh, termasuk kemampuan memahami diri, mengembangkan potensi, membangun interaksi yang positif dengan lingkungan serta menjadi individu yang mampu menjalani kehidupan secara bermakna, mandiri, dan bertanggung jawab. Potensi yang perlu dimiliki peserta didik perlu dikembangkan agar mereka mampu mengenali dan memahami dirinya, sekaligus memperoleh pengalaman belajar yang bermakna.

KESIMPULAN

Didasarkan dengan kajian literatur yang telah diteliti, dapat disimpulkan bahwa *self-concept* memiliki kedudukan penting dalam proses pengembangan potensi diri peserta didik. Dalam perspektif Carl Rogers, *self-concept* menggambarkan bagaimana individu memahami dan menilai dirinya, baik berkaitan dengan kemampuan, keterbatasan, karakteristik, maupun tujuan yang ingin dicapai. Setiap individu pada dasarnya memiliki dorongan alami untuk berkembang dan mencapai potensi terbaiknya (*actualizing tendency*). Namun, proses tersebut akan lebih optimal apabila peserta didik memiliki pemahaman diri yang positif serta mampu menerima pengalaman yang dialaminya secara terbuka. Kesesuaian antara pengalaman dengan pandangan terhadap diri (*congruence*) dapat membantu peserta didik berkembang secara lebih sehat, sedangkan ketidaksesuaian (*incongruence*) dapat menjadi hambatan dalam proses pengembangan dirinya.

Pengembangan potensi peserta didik juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan di sekitarnya. Lingkungan yang memberikan rasa aman, penerimaan, dukungan, dan kesempatan untuk bereksplorasi dapat membantu peserta didik membangun pandangan positif terhadap dirinya. Peran guru, teman sebaya, dan lingkungan sekolah menjadi

penting dalam memberikan pengalaman yang mendukung peserta didik untuk mengenali kemampuan, mencoba berbagai hal, menghadapi tantangan, serta belajar dari pengalaman. Sebaliknya, tekanan, penolakan, perlakuan negatif, dan lingkungan yang kurang mendukung dapat membuat peserta didik meragukan kemampuan dirinya sehingga kurang berani mengembangkan potensi yang dimiliki.

Dalam layanan Bimbingan dan Konseling, perspektif *self-concept* Carl Rogers dapat dijadikan langkah awal dalam proses membantu peserta didik mengenali, menerima, serta mengembangkan dirinya secara lebih optimal. Konselor tidak hanya berfokus pada permasalahan peserta didik yang muncul, tetapi juga memberikan ruang bagi mereka untuk mengeksplorasi kekuatan, minat, kemampuan, dan tujuan pribadi. Melalui hubungan yang empatik, autentik, dan penuh penerimaan, peserta didik dapat merasa aman untuk memahami dirinya tanpa takut dihakimi. Penguatan *self-concept* yang positif serta penciptaan lingkungan yang mendukung dapat membantu peserta didik berkembang secara optimal menjadi pribadi yang percaya diri, terbuka terhadap pengalaman, mandiri, serta mampu mengaktualisasikan potensi dirinya menuju individu yang berfungsi secara penuh (*fully functioning person*).

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S. (2026). Perkembangan Identitas Diri Anak Sekolah Dasar melalui Interaksi Teman Sebaya. *Jiwar: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 89-102.
- García-martínez, I., Augusto-landa, J. M., & Quijano-lópez, R. (2022). *Self-Concept as a Mediator of the Relation Between University Students ' Resilience and Academic Achievement*. 12(January), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.747168>
- Islam, U., Sunan, N., & Surabaya, A. (2026). *Paradigma Teori Humanistik Dalam Pendidikan : Teoritis dan Praktis Dalam Proses Pembelajaran*. 3(3), 672-687.
- Journal, P., & Volume, M. H. (2024). *Alfath, E.A., Ishmah, S. & Amalia, Z. M. Psychology Journal of Mental Health Volume 5, Nomor 2, Tahun 2024* <http://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/>. 5(2020), 73-85.
- Kurnia, D. (2024). *Hubungan krisis identitas dengan kedisiplinan siswa di SMK Negeri 4 Tanjung Jabung Timur* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS JAMBI).
- Munawiroh, L., Nadra, Q. A., Apriliani, V. T., & Masyhuri, A. (2026). *JIMULTI : Jurnal Ilmu Pendidikan Peran Teori Humanistik Carl Rogers dalam Aktualisasi Diri Peserta Didik Berkebutuhan Khusus di Tengah Krisis Mental*. 2, 12-22.
- Ningsih, E., Mufit, F., & Afrizon, R. (2026). Systematic Literature Review (SLR): Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Terbimbing Terhadap Hasil Belajar Siswa Fisika. *Jurnal QOSIM: Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 4(4), 3800-3811.
- Dwi, K., Arya, F., & Damayanthi, K. T. (2025). *Kontribusi Psikologi Humanistik terhadap Kesejahteraan dan Pendidikan*. 2(2), 9-15.
- Nuryono, W., Ratnasari, D., Fatimah, S., Sholihuddin, N. S., Dirasyia, D., & Surabaya, U. N. (2026). *No Title*. 12, 202-216.
- Putri, O. D., & Hamidah, A. (2024). *Pengaruh Lingkungan Belajar terhadap Konsep Diri Akademik Siswa : Model Rekonstruksi dalam Pembelajaran Fisika*. 9, 602-610.
- Rati, T. J., Hatifah, U., & Putri, H. (2025). *Pengaruh Self Concept terhadap Prestasi Belajar Matematika Ditinjau dari Perspektif Psikologi Pendidikan*. 03(03), 2104-2110.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person A Therapist's View of Psychoterapy*

- Sarumaha, B. (2026). *Peran Konselor Dalam Pemulihan Kepercayaan Diri Remaja berdasarkan Teori Carls Rogers tentang Self-Truth*. 1.
- Suwandi, L. A. (2021). *Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Perspektif Muhasabah Al-Ghazali* (Doctoral dissertation, UIN FAS Bengkulu).
- Zamzami, A. N., & Putri, D. T. (2024). Relevansi teori belajar humanistik Carl Rogers dalam pendidikan karakter perspektif Islam: The relevance of Carl Rogers' humanistic learning theory in Islamic perspective character education. *Thawalib: Jurnal Kependidikan Islam*, 5(2), 311–332.