

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Narsistik ditelaah dari berbagai perspektif kebanyakan disimpulkan sebagai perilaku yang merusak diri dan orang lain. Kecenderungan manusia sebagai makhluk yang membutuhkan perhatian dan kasih sayang menjadi alasan narsistik meluas di media sosial secara sadar maupun tidak. Memajang foto, video dan status berbagai aktivitas keseharian yang mengundang orang lain yang melihat untuk melakukan hal yang sama. Berlomba-lomba memperlihatkan sisi-sisi kehidupannya yang kadang tidak sesuai dengan kehidupan nyata. Mirisnya, kehidupan privasi pun menjadi konsumsi publik di media sosial.

Kehidupan digital saat ini, menjadikan mudah untuk kita saling melihat, menyapa antara satu dan yang lainnya tanpa terhalang jarak dan waktu. Kita akan banyak menemukan akun-akun yang selalu update yang terlihat terindikasi mengalami narsistik. Membagikan foto pasangan, anak dan keluarganya; pekerjaan dan instansi yang dimilikinya, foto-foto liburan dan lain sebagainya. Namun begitu, bukanlah hal yang bijaksana jika kita langsung menghakimi mereka dengan foto, video dan status yang mereka bagikan di media sosial.

Narsistik merupakan penyimpangan perilaku yang kompleks yang membutuhkan penanganan dari pada ahli. Ada banyak hal yang harus dianalisa sebelum seseorang dikatakan memiliki gangguan narsistik seperti menjalani pengukuran alat tes narsistik, analisa riwayat hidup oleh ahli, dan lain sebagainya. Seyogyanya, kita harus berhati-hati dalam menilai seseorang apalagi hanya dinilai dari foto, video dan status yang diunggah di media sosial. Untuk itu, bijaklah dalam berselancar di media sosial, jangan ada prasangka terhadap orang lain atas narsistik, sebaliknya, kitalah yang harus selalu memeriksa diri dan hati kita sendiri agar terhindar dari narsistik dan gejalanya.

Sebagai seorang psikolog Sigmund Freud mencoba menelisik kepribadian manusia terlebih khusus kesehatan mental yang terjadi pada pribadi itu sendiri. Dalam pribadi sendiri

ada tiga agen yang diberi nama baru oleh Freud. Bagian yang sangat primitif dari jiwa adalah *id*, bagian kedua adalah ego, serta bagian ketiga superego. Bagian-bagian ini tidak memiliki wilayah tertentu, tetapi hanya merupakan gagasan-gagasan hipotesis. Mereka berinteraksi dengan tiga tingkat kehidupan mental sehingga ego melintasi semua tingkat topografis dan memiliki komponen sadar, prasadar, dan tak sadar, sedangkan superego adalah prasadar dan tak sadar.

Dari ketiga agen yang digagas di atas bila tidak berjalan berkesinambungan antara satu dengan yang lain. Maka akan mempengaruhi pertumbuhan pribadi, dalam hal ini berkaitan dengan pertumbuhan psikis. Jadi tidak heran jika pribadi tersebut akan terjatuh dalam narsis terlebih khusus. Narsisme seperti yang sudah digagas merupakan hal yang primitif bagi semua manusia, bahkan manusia sejak lahir sudah memiliki narsis itu sendiri. Hal itulah yang dinamakan narsisme primer. Narsisme sekunder merupakan ego yang sudah berlebihan atau *egosentrik*, semuanya hanya berpusat pada diri sendiri. Itulah yang memunculkan narsisme yang ekstrim atau narsistik. Harapan dengan mengetahui serta mempelajari narsistik menjadikan kita bisa menghindari gejala dan kerusakan yang ada pada narsistik dengan terus meningkatkan keimanan, kerendahan hati dan keikhlasan hati dalam melakukan segala aktivitas hanya karena Allah semata.

## **5.2 Kesimpulan**

Pada gangguan kepribadian narsistik dalam medsos, sungguh menggambarkan kepribadian manusia yang mengalami “sakit” dalam kesehatan mental. Hal ini mungkin tidak disadari oleh pribadi tersebut, tapi efeknya dapat mempengaruhi orang-orang disekitarnya atau kehidupan sosialnya menjadi tidak baik. Maka dari itu, kehidupan seorang pribadi harus dibentuk dengan baik sejak masa kecil atau embreu. Dengan demikian, masa pertumbuhannya tidak menimbulkan masalah dalam mentalnya.

Hal lain adalah bimbingan yang memadai dalam masa pertumbuhan seseorang itu sendiri. Demikian akan membantu pribadi dalam mengelola kesehatan mentalnya. Kesehatan mental juga sangat ditentukan oleh kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah dan konflik batin dalam dirinya, mampu menjalin hubungan yang harmonis terhadap fungsi-fungsi kejiwaan seperti akal, pikiran, perasaan dan keinginan serta mampu memanfaatkan segala potensi untuk mendapatkan kebahagiaan hidup.

### **5.3 Saran**

Pertama, dalam kepribadian narsistik yang lahir dari mental yang tidak sehat membutuhkan pendampingan dari para ahli. Hal ini adalah salah satu metode pemutusan rantai narsistik itu sendiri. Bila dibiarkan maka akan memunculkan berbagai masalah dalam kehidupan sosial itu sendiri.

Kedua, selain pendampingan pribadi dari para ahli, dalam hal ini adalah ahli psikolog yang mampu menangani masalah-masalah yang berkaitan dengan kesehatan itu sendiri. Ada pun metode dalam meminimalisir narsistik yakni, dengan melakukan tindakan kontrol diri terhadap setiap hal yang membuat kita masuk dalam jurang narsistik. Sebab banyak orang yang terjerumus dalam jurang narsistik, terlebih para remaja itu sendiri. Dengan demikian, penelitian yang tidak sempurna ini hendak membuka wawasan serta memberi kesadaran bagi semua.

Ketiga, kehidupan keberimanan pun mempunyai peran yang besar dalam membatasi diri kita untuk masuk dalam narsistik. Sebab, dalamnya memuat nilai-nilai moral yang dapat menghantar kita pada jalan yang benar. Tentunya cinta kasih pada sesama dijunjung tinggi dan keharmonisan kehidupan bersosial pun diutamakan.

Harapan yang penuh bahwa, semoga tulisan yang belum sempurna ini menjadi dan menggerakkan hati orang untuk lebih mengontrol diri dan membatasi diri dalam jurang

narsistik itu sendiri. Sebab, hal ini mengganggu kehidupan pribadi dalam berelasi dan berinteraksi dengan sesama.

## DAFTAR PUSTAKA

### SUMBER PRIMER DAN SEKUNDER:

K. Bertens (Penerj.), *Psikoanalisis Sigmund Freud*, Jakarta: Gramedia, 2005

Richard Osborne, *Freud untuk Pemula*, Yogyakarta: Kanisius, 2005

K. Bertens (Penerj.), *Sekelumit Sejarah Psikologi Analisa*, Sigmund Freud, Jakarta: Gramedia, 1993

### SUMBER PENDUKUNG

Afthonul Afif. *Mengendalikan Masa Depan*. Yogyakarta: IRCiSoD, 2015.

Andi Mappiare. A. T. *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: Rajawali Press, 2000.

Andreas, Rino. "Skizofrenia Dalam Film Joker (2019): Skizoanalisis Perspektif Deleuze Dan Guattari." *Paradigma: Jurnal Kajian Budaya* 11, no. 2 (2021): 225.

Arif Budiman dan Abu Bakar Baradja. *Mental Sehat Hidup Nikmat, Mental Sakit Hidup Pahit*. Jakarta: Studia Press, 1999.

Atkinson, Rita I. *Pengantar Psikologi Jilid 2*. Batam: Interaksa, 1991.

Barlow, D. H & Durand, V. M. *Psikologi Abnormal, Ahli Bahasa: Linggawati Haryanto*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006.

Buffardi, Laura E., and W. Keith Campbell. "Narcissism and Social Networking Web Sites." *Personality and Social Psychology Bulletin* 34, no. 10 (2008): 1303–14.

Burhan, Bungin. *Sosiologi Komunikasi: Teori, Paradigma, Dan Diskursus Teknologi Komunikasi Di Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2006.

Calvin S. Hall. *Libido Kekuasaan Sigmund Freud*. Yogyakarta: Tarawang Press, 2020.

———. *Psikologi Freud: Sebuah Bacaan Awal*. Yogyakarta: IRCiSoD, 2019.

Chrisania Sharon Vircilia. *REVENANT*. Jakarta: Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, 2019.

Dadang Hawari. *Manajemen Stress, Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FKUI Press, 2001.

Daimah, Daimah, and Setyo Pambudi. "Pendekatan Sosiologi Dalam Kajian Pendidikan Islam." *Jurnal Pendidikan Islam* 9, no. 2 (2018): 115–26.

Davidson, Gerald C. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2010.

Departemen Pendidikan & Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1995.

Dhifa Nabila Dkk. *Peradaban Media Sosial Di Era Industri 4.0*. Malang: PT. Cita Intrans Selaras, 2019.

Djamaludin Ancok. *Psikologi Islami Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.

Dr. Agus Abdul Rahman, M.Psi. *Sejarah Psikologi, Dari Klasik Hingga Modern*. Depok: RajaGrafindo Persada, 2019.

E. Keswara. *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: Eresco, 1997.

Fausiah & Widury, J. *Psikologi Abnormal: Klinis Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia, 2005.

Gerald C. Davison, John M. Neale, Ann M. Kring. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2006.

Hamalik, Oemar. "KAJIAN PUSTAKA A . Kajian Teori." *Repository Iain Kudus* 02, no. 20 (2015): 21–22.

- Hamid, Abdul. "Editorial Healthy Tadulako Journal (Abdul Hamid : 1-14) 1." *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3, no. 1 (2017): 1–14. file:///C:/Users/lenovo/Downloads/34-Article Text-129-1-10-20201115 (1).pdf.
- Hasan Langgung. *Teori-Teori Kesehatan Mental*. Jakarta: al Husna, 2000.
- Hikmat dan Engkus. "Perilaku Narsisme Di Kalangan Remaja Pelajar Pada Media Sosial Dan Upaya Penanggulangannya," 2016, 1–33.
- Iffah, Fadhillah, and Yuni Fitri Yasni. "Manusia Sebagai Makhluk Sosial Pertemuan." *Lathaif: Literasi Tafsir, Hadis Dan Filologi* 1, no. 1 (2022): 38–47.
- Irwanto, Ph.D. *Sejarah Psikologi, Perkembangan Perspektif Teoretis*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2018.
- Istiani, Nurul, and Athaillah Islamy. "Fikih Media Sosial Di Indonesia." *Asy Syar'yyah: Jurnal Ilmu Syari'Ah Dan Perbankan Islam* 5, no. 2 (2020): 202–25.
- K. Bertens (Penerj.). *Psikoanalisis Sigmund Freud*. Jakarta: Gramedia, 2005.
- . *Sekelumit Sejarah Psikologi Analisa, Sigmund Freud*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1993.
- Kartini Kartono. *Mental Hygiene (Kesehatan Mental)*. Bandung: Alumni, Cet. Ke 5, 1998.
- Komarudin Hidayat. *Agama Masa Depan: Perspektif Filsafat Perennial*. Jakarta: Paramadina, 1998.
- Kurniawati, Esti Mahardika. "Peningkatan Perilaku Sosial Anak Melalui Permainan Tradisional Jawa." *Universitas Negeri Jakarta* 8, no. 2 (2014): 6.
- Ladislaus Naisaban. *Para Psikolog Terkemuka Dunia*. Jakarta: Grasindo, 2004.

- Ma, Pesantren Al-, R U F Bandar, and L O R Kediri. "IDEA : Jurnal Psikologi IDEA : Jurnal Psikologi" 6, no. 1 (2022): 61–74.
- Meisel, Matthew K., He Ning, W. Keith Campbell, and Adam S. Goodie. "Narcissism, Overconfidence, and Risk Taking in U.S. and Chinese Student Samples." *Journal of Cross-Cultural Psychology* 47, no. 3 (2016): 385–400.
- Najah, Dita Hidayatul, Ardian Adi Putra, and Nurul Aiyuda. "Kecenderungan Narsistik Dengan Intensitas Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Mahasiswa." *Psycho Polytan : Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2021): 1–7.
- Narsisisme, Kecenderungan, and Pengguna Facebook. "NOVI NITYA SANTI Universitas Nusantara PGRI Kediri Email : Nophee.1984@yahoo.Com" 5, no. 1 (2017): 25–30.
- Nico Syukur Dister, OFM. *Psikologi Agama*. Yogyakarta: Kanisius, 2022.
- Nugroho, B. "Aplikasi Sistem Pakar." *Kilat* 8, no. 2 (2014): 127–40.
- Nurhafizah, Nurhafizah, and Wilma Rahmah Hidayati. "An Overview on Case Internet Addiction in Early Childhood's Perspective." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 5 (2022): 5289–96.
- Pebriana, Putri Hana. "Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Usia Dini." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 1 (2017): 1.
- Prawira, Purwa Atmaja. *Psikologi Umum Dengan Perspektif Baru*. Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2012.
- Rachmatullah A. (penerj.). *Mitologi Yunani*. Depok: Onkor, 2011.
- Rahmawati. "K andaI." *Konflik Kejiwaan Tokoh Utama Dalam* 9, no. 1 (2013): 82–95.



Raskin, Robert, and Howard Terry. "A Principal-Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence of Its Construct Validity." *Journal of Personality and Social Psychology* 54, no. 5 (1988): 890–902.

Richard Osborne. *Freud Untuk Pemula*. Yogyakarta: Kanisius, 2005.

Riyadi, Agung, and Elverda Gelasia. "Analisis Visual Dalam Iklan Sprite 'Nyatanya Pas' Pada Media Televisi." *Visual Heritage: Jurnal Kreasi Seni Dan Budaya* 3, no. 2 (2021): 96–102.

Robert. W. Crapps. *Psikologi Dan Agama Sejak William James Hingga Gordon. W. Allpot*. Yogyakarta: Kanisius, 1997.

Sakinah, Ummul, M Fahli Zatra Hadi, and Darmawati Darmawati. "Fenomena Narsistik Di Media Sosial Sebagai Bentuk Pengakuan Diri." *Al-Ittihaad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 1 (2020): 34.

Santoso, Meilanny Budiarti. "Unraveling the Basic Concepts of Humans as Individuals Through the Social Relations They Build." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 1 (2017): 104.

Saputri, Iga Ayu, and Artika Nurrahima. "Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Depresi Anak Usia Sekolah: Kajian Literatur." *Holistic Nursing and Health Science* 3, no. 2 (2020): 50–58.

Sari, Dewi Purnama. "Gangguan Kepribadian Narsistik Dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental." *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5, no. 1 (2021): 93.

Schaefer, Richard T. *Sosiologi Sociology*. Jakarta: Salemba Humanika, 2012.

- Semiun, Yustinus. "Teori Kepribadian Dan Teori Psikoanalitik." *Yogyakarta: Penerbit Kanisius*, 2010.
- Sheppard Ruth. *Sigmund Freud, The Man, The Scientist, And The Birth of Psychoanalysis*. New York: Rosen Publishing Group, 2022.
- Soerjono Soekanto. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Subakti, Bilal Maulana Ibnu. *Redesain Social Media Promotion*. Malang: PhD diss., Universitas Negeri Malang, 2023.
- Suhartini, Laela. "Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Narcissistic Personality Disorder Pada Pengguna Instagram Di SMA N 1 Seyegan." *E-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2015, 184–95.
- Sumadi Suryabrata. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Rajawali Press, 2008.
- Sunardi, Sunardi, Rusydi Umar, and Dewi Sahara Nasution. "Analisis Penilaian Kinerja Karyawan Menggunakan Metode WASPAS." *JURIKOM (Jurnal Riset Komputer)* 9, no. 3 (2022): 697.
- Sutikna, Nana. "Ideologi Manusia Menurut Erich Fromm (Perpaduan Psikoanalisis Sigmund Freud Dan Kritik Sosial Karl Marx)." *Jurnal Filsafat* 18, no. 2 (2016): 205–22.
- Syahputra, Ramadoni. "Fuzzy Multi-Objective Approach for the Improvement of Distribution Network Efficiency by Considering DG." *International Journal of Computer Science and Information Technology* 4, no. 2 (2012): 57–68.
- Syahrial dan Rusdiyanta Syarbaini. *Dasar-Dasar Sosiolog*. Jakarta: Graha Ilmu, 2009.
- Syahribulan, Syahribulan, Sitti Fatima Tolla, and Muh Rizal. "Fenomena Calo Liar." *Equilibrium: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2019): 53–63.

Syamsu Yusuf. *Mental Hygiene Pengembangan Kesehatan Mental Dalam Kajian Psikologi Dan Agama*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004.

Tas'au, Marselina; Yuni Ernawati, Arti; Maemunah, Neni. "Hubungan Frekuensi Bermain Game Online Dengan Perilaku Sosial Anak Usia Sekolah (10-12 Tahun) Di Sd Bandulan 4 Malang." *Nursing News* 2 (2017): 687-96.

Thiro, Frisbie T., Jehosua S. V. Sinolungan, and Cicilia Pali. "Hubungan Harga Diri Dan Narsisme Pada Siswa Dan Mahasiswa Pengguna Media Sosial Di Indonesia." *Jurnal Biomedik: JBM* 13, no. 3 (2021): 303.

Triwahyuni, Airin, Urip Purwono, Sawitri Supardi Sadarjoen, and Eppy Rivai Sapri. "Pengembangan Millon Personality Type Inventory (Mpti) Sebagai Instrumen Pengukuran Kepribadian Di Indonesia." *Journal of Psychological Science and Profession* 3, no. 2 (2019): 65.

Twenge, Jean M., Stacy M. Campbell, Brian J. Hoffman, and Charles E. Lance. "Generational Differences in Work Values: Leisure and Extrinsic Values Increasing, Social and Intrinsic Values Decreasing." *Journal of Management* 36, no. 5 (2010): 1117-42.

W. Koswara (penerj.). *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, Gerald Corey. Bandung: Eresco, 1999.

W.S. Wingkel. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998.

Wahyudi, Hendro Setyo, and Mita Puspita Sukmasari. "Artikel Teknologi Dan Kehidupan Masyarakat." *Artikel Teknologi Dan Kehidupan Masyarakat* 3, no. (1) (2014): 1-12.

Widiyanti, Wida, M. Solehuddin, and Aas Saomah. "PROFIL PERILAKU NARSISME REMAJA SERTA IMPLIKASINYA BAGI BIMBINGAN DAN KONSELING WIDA WIDIYANTI 1, M. SOLEHUDDIN 2, AAS SAOMAH 3." *Indonesia Journal of Educational Counseling* 1, no. 1 (2017): 15–26.

Yahya Jaya. *Peranan Taubat Dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: Ruhama, 1999.

Zakia Daradjat. *Islam Dan Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Gunung Agung, 2012.

#### **INTERNET:**

<https://www.kompas.com/sains/read/2022/03/25/180300223/apa-perbedaan-pandemi-endemi-dan-epidemi-?page=all>, diakses pada tanggal 8 November 2022

(Online). (<http://mountain-pirates.blogspot.co.id/2022/010/instagram-sebagai-ajang-eksistensi-anak.html>, diakses 03 Oktober 2022)

Pratiwi Sekar Ageng, Perilaku Sosial, (Online),

<https://sekaragenpratiwi.wordpress.com/2012/02/02/perilaku-sosial/>, diakses 16 Oktober 2022.

Wikipedia. (2013). *Narsisme*, (Online), (<https://id.wikipedia.org/wiki/Narsisme>, diakses 10 oktober 2022)

## CURRICULUM VITAE

Nama : Armandino Atiyos Da Costa

Tempat/Tanggal Lahir : Ermera (Timor Leste), 24 Juli 1998

Riwayat Pendidikan :

- SD : SD Fatuquero (2002-2008).
- SMP : SMP 10 Abril Gleno (2008-2011)
- SMA : Nino Konis Santana Gleno (2012-2015).
- PT : Universitas Katolik Widya Mandira-Kupang (2019-2023)

Riwayat Pendidikan Calon Imam

- Tahun Aspiran di Rumah Formasi Pra-Novisiat Claret, Kupang (2016-2017)
- Tahun Postulan di Rumah Formasi Pra-Novisiat Claret, Kupang (2017-2018)
- Masa Novisiat di Novisiat Claretian, Benlutu, Soe, TTS (2018-2019)
- Tahun Profes di Seminari Hati Maria, Kupang (2019-2023)