

Kualitas Kepribadian Ditinjau dari Konsep Rasa Suryomentaram Dalam Perspektif Psikologi

Nanik Prihartanti

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Sumadi Suryabrata, Johana Endang Prawitasari

Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

Koenta Wibisana

Fakultas Filsafat, Universitas Gadjah Mada

Abstract. This study is intended to examine empirically the four personality qualities based on psychological perspective of Suryomentaram's concept of *rasa* which in a previous study (Prihartanti, 1999) shows that the implication of the expanding awareness can be identified from the quality forming of the tough, optimistic, competent, and empathic personality. This study aims at finding the predictive quality values of tough, optimistic, competent, and empathic personality in determining the psychological well-being, and understanding the coping behavior that supports the growth of the personality traits. Subjects are college students ($N = 204$, aged > 22 years), belonging to the medium and high categories of *rasa* scale scores, and who have experienced a stressful life that much influences their subsequent life. Results reveal that (a) the toughness, optimism, mastery, and empathy play an important role in determining the psychological well-being, (b) the personality quality improvement can be achieved through an introspective coping behavior, (c) the introspective coping behavior is the same as the *wawas diri* (mindfulness) method, which in Suryomentaram's approach is identified as a method that could help human being towards the growth of the fourth dimension, i.e., *manusia tanpa ciri*, who has a high degree of health and well-being.

Key words: personality quality, Suryomentaram's concept of *rasa*, perfect human being, mindfulness

Abstrak. Studi ini bertujuan meneliti secara empiris 4 kualitas kepribadian berdasarkan perspektif psikologi dari konsep *rasa* Suryomentaram. Dalam penelitian terdahulu (Prihartanti, 1999) menunjukkan bahwa implikasi perluasan kesadaran dapat diidentifikasi dari pembentukan kualitas kepribadian yang tegar, optimistik, berkemampuan, dan empatik. Tujuan studi ini adalah menemukan nilai kualitas prediktif dari kepribadian yang tegar, optimistik, berkemampuan, dan empatik dalam menentukan kenyamanan psikologis, dan mengerti perilaku coping yang mendukung pertumbuhan dan sifat-sifat kepribadian tersebut. Subjek adalah mahasiswa ($N = 204$; usia > 22 tahun) yang tergolong kategori medium dan tinggi dalam skor skala kualitas kepribadian, dan telah mengalami kehidupan yang penuh tekanan yang banyak mempengaruhi kehidupan selanjutnya. Hasil-hasil mengungkap (a) ketegaran, optimisme, kemampuan, dan empati memegang peran penting dalam menentukan kenyamanan psikologis, (b) perbaikan kualitas kepribadian dapat dicapai melalui perilaku coping yang introspektif, (c) coping introspektif sama dengan metode *wawas diri*, yang dalam pendekatan Suryomentaram diidentifikasi sebagai metode yang dapat membantu manusia menumbuhkan dimensi keempat, yaitu *manusia tanpa ciri*, yang memiliki derajat tinggi kesehatan dan kenyamanan.

Kata kunci: kualitas kepribadian, konsep *rasa* Suryomentaram, *manusia tanpa ciri*, *wawas diri*