

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Perkembangan kepribadian merupakan satu kesatuan sikap yang meliputi segala unsur dalam diri manusia berupa perubahan, sifat, karakter, perilaku yang bersifat progresif dan menyeluruh dari waktu ke waktu yang melibatkan seseorang dalam masyarakat. Perkembangan kepribadian manusia mengalami perubahan baik secara biologis maupun jasmaniahnya, maka akan memunculkan sifat yang berbeda dalam pencarian jati diri yang bermula dari masa remaja.

Remaja adalah individu yang mengalami masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang perkembangannya berproses pada tahap perkembangan tertentu yang lebih baik sedangkan Remaja *Inferior* merupakan pribadi remaja yang memiliki sifat rendah diri akibat tidak bisa menerima kondisi yang ada sebagaimana adanya. Dampak negatif dapat dilihat antara lain terjadi perubahan sikap mental yang menjurus kepada sifat lebih mengutamakan diri sendiri tertutup, *pesimistis*, dan *introvert*.

Hidup dalam era yang serba canggih dan modern jika tidak memiliki mental dan bekal rasa percaya diri, disertai keyakinan agama yang kuat akan membawa dampak kerusakan moral. Merosotnya moral adalah teracuninya pikiran oleh hal-hal negatif yang tidak membawa pada kemajuan batin dan gejala jiwa terganggu kemudian tercipta pola pikir *Inferior*.

Pengaruh teman sebaya menjadi salah satu penyebab remaja *Inferior* tidak dapat mengembangkan diri dalam lingkungan. *Inferior* akan mengganggu tumbuhnya kepribadian sehat yang mencerminkan ciri khas seseorang di lingkungan masyarakat.

Perubahan perilaku dipengaruhi oleh faktor pergaulan. Salah satu sebab kemerosotan batin adalah bergaul dengan orang bodoh, bergaul dengan orang bodoh hanya akan membawa kemunduran batin dan bukan kemajuan batin. Sikap, tingkah laku, tingkat pemahaman terhadap *Dhamma* akan sulit untuk direalisasikan.

Usaha untuk memiliki perilaku yang baik adalah dengan melaksanakan *sila*. Pelaksanaan *sila* untuk *gharavasa* membawa kebahagiaan duniawi: usia panjang (*ayu*), keindahan (*vanno*), kebahagiaan (*sukkha*), dan kekuatan (*bala*). Perilaku *inferior* cenderung gelisah dan tidak tenang untuk itu pentingnya meditasi (*samadhi*) dengan objek *metta bhavana* untuk permulaan, dengan begitu batinnya tenang dan dipenuhi cinta kasih.

Perilaku remaja *Inferior* dalam agama Buddha dapat ditanggulangi dengan melaksanakan pengendalian diri dengan melaksanakan *sila* dalam kehidupan sehari-hari, yang merupakan praktik untuk memperkuat keyakinan pada pengembangan moral dan selanjutnya menuju pada kemajuan spiritual.

*Sila* yang merupakan cerminan perilaku dalam agama Buddha merupakan dasar utama dalam melaksanakan ajaran Buddha. Semuanya mencakup perilaku dan sifat-sifat baik yang termasuk ke dalam ajaran moral dan etika agama Buddha. *Sila* dapat mengarahkan diri secara benar sebagai

langkah awal yang harus dikerjakan setiap orang dalam upaya menuntun diri menuju kemajuan, peningkatan dan perkembangan batin yang pesat.

Melakukan perenungan terhadap *Brahmavihara* (sifat keTuhanan) yang terdiri dari *Metta* (Cinta kasih), *Karuna* (belas kasih), *Mudita* (simpati) serta *Upekkha* (keseimbangan bathin) akan memberikan suatu motivasi dan menambah keyakinan diri terhadap *Buddha*, *Dhamma* dan *Sangha* (*Tri Ratna*).

Melaksanakan dan mempraktekkan jalan tengah (*Ariya Atthangika Magga*) dalam kehidupan sehari-hari yang dikelompokkan menjadi *sila*, *samadhi*, dan *panna*.

Pelaksanaan *sila* dan *samadhi* dalam kehidupan manusia ditengah kesibukan sehari-hari akan memunculkan konsep diri yang baik bagi para remaja yang merasa dirinya tidak memiliki kemampuan dan menyerah pada keadaan.

Perilaku remaja *Inferior* menurut kajian agama Buddha juga dapat dilenyapkan dengan menjalankan ajaran keyakinan terhadap *Triratna* maka manusia akan terbebas dari segala macam bentuk keragu-raguan. Selain itu juga manusia diharapkan mengerti dan memahami ajaran kesunyataan mulia agar mampu mengimbangi hidup dengan sewajarnya yaitu mengerti ajaran *Cattari Ariya Saccani*.

Pelaksanaan *samadhi* lebih mengarah pada pada objek *anapanasati* (memperhatikan keluar masuknya nafas). Meditasi ini sangat cocok untuk seseorang yang mempunyai kepribadian *inferior*, dengan melaksanakan

meditasi dengan objek ini maka kebodohan dan rasa tidak percaya diri dapat dihilangkan. Semangat pelaksanaan meditasi ini akan membangkitkan rasa percaya diri (*confident*) dan mengembangkan sifat terbuka terhadap orang lain dan masyarakat sekitar dalam pergaulan sehari-hari.

#### B. Saran

Perilaku remaja *Inferior* termasuk dalam kelompok watak (*caritta*) yaitu *Moha caritta* sebab orang yang rendah diri memiliki pengetahuan sedikit dan bersifat ragu-ragu. *Moha* merupakan sebab timbulnya *avijja* dan *tanha*. Keinginan rendah yang tidak terpenuhi sehingga menyebabkan seseorang putus asa dan *inferior* merupakan sebab timbulnya penderitaan.

Penulis menyarankan agar umat *Buddha* lebih bersikap percaya diri dengan penuh pengendalian melaksanakan *sila* dan *samadhi* maka pikiran, ucapan, dan perbuatan dapat dikontrol. Menjalani hidup penuh percaya diri dan optimis merupakan salah satu bentuk kepribadian yang baik dan mandiri, serta menjalankan meditasi dengan objek *Anapanasati* (pernapasan) secara teratur dan kontinu akan mengikis *vitakka caritta* yang ada dalam diri seseorang.

Penelitian Kajian perkembangan kepribadian remaja *Inferior* Dalam Pandangan Agama Buddha terbatas pada penelitian kepustakaan, dan pengalaman penulis sehingga disarankan kepada peneliti lainnya untuk dapat melanjutkan penelitian ini dengan penelitian eksperimen di lapangan tentang Kajian Perkembangan Kepribadian Remaja *Inferior* dalam Pandangan Agama Buddha.

Menjadi pribadi yang baik dan berguna merupakan harapan setiap manusia. Memerangi kepribadian remaja *Inferior* dalam proses perkembangannya dibutuhkan pemahaman bahwa remaja dapat mengembangkan bakat serta potensi yang terpendam melalui sikap percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki dengan jalan berpandangan benar.

Dengan memiliki keyakinan (*Saddha*) dan semangat (*Virya*) yang kuat kepada Buddha, Dhamma dan Sangha maka akan memunculkan motivasi untuk kembali bangkit serta siap berubah untuk menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya. Remaja inferior akan menjadi remaja yang terbuka, mempunyai wawasan luas, bersemangat serta dapat bersosialisasi dengan masyarakat sekitar. Hidup sesuai dengan dhamma dan melakukan kebajikan demi kebajikan serta menghormati yang patut dihormati akan membawa berkah kesehatan, kecantikan serta umur panjang. Tentu hal ini merupakan impian dari umat Buddha.