

Crab Mentality: Penyakit Mental Interaksi Sosial

Indriyani^{1*}, Endah Safitri², Yulius Dani Nugraha³

¹Universitas Insan Pembangunan Indonesia, Indonesia

²Universitas Esa Unggul, Indonesia.

³STIE Nusa Megar Kencana, Indonesia.

Corresponding author: indriyani65620@gmail.com

Abstrak - Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perspektif dari channel youtube kenal berilmu yang berjudul “*Crab Mentality*, Penyakit mental : Susah lihat orang lain senang, Senang lihat orang lain susah”. Pada studi ini peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan melakukan simak catat karena sumber data yang diperoleh dengan menyimak narasi lisan. bahwa dalam istilah psikolog *Crab Mentality* ini merupakan analogi dari manusia yang iri pada kesuksesan orang lain dan berusaha menghalangi kebahagiaan orang lain.

Kata kunci: Mentalitas kepiting, penyakit hati.

Abstract - *The purpose of this study is to find out the perspective of the knowledgeable YouTube channel entitled "Mental Disease: Crab Mentality, It's hard to see other people happy, it's nice to see other people suffer". In this study, the researcher used a descriptive qualitative method by taking notes because the source of the data was obtained by listening to oral narratives. that in terms of psychologist crab mentality this is an analogy of humans who are jealous of other people's success and try to block other people's happiness.*

Keywords: *Crab Mentality, Mental illness.*

Pendahuluan

Iri hati bahkan jadi penyakit jiwa manusia yang dapat dialami siapa saja. Iri hati adalah rasa tidak nyaman dengan sebuah kelebihan yang Allah SWT berikan pada orang lain. Iri hati kerap terjadi ketika kelebihan orang lain itu dianggap ancaman atau saingan. Bahwa dalam istilah psikologi *Crab Mentality* adalah istilah yang menganalogikan ember penuh dengan kepiting. Saat salah satu kepiting berhasil naik dan nyaris keluar dari ember, sementara kepiting yang lainnya berusaha mencapit, menarik, dan menjatuhkannya kembali ke dalam ember agar tidak ada yang lolos.

Kata-kata “iri hati” dan “kecemburuan” sering digunakan dengan maksud yang sama dalam penggunaan sehari-hari, namun sebenarnya kedua kata tersebut merujuk pada dua emosi yang berbeda. Kecemburuan merupakan rasa takut, atau akibat, dari kehilangan sesuatu yang dimilikinya atau orang lain yang melekat padanya (suatu peralihan afeksi seseorang yang mencintai, atas orang yang dicintainya, dalam bentuk yang umum). Sedangkan iri hati adalah suatu kebencian yang disebabkan karena orang lain memiliki sesuatu yang tidak dimilikinya, dan ia menginginkannya bagi dirinya

sendiri. Jadi iri hati berkaitan dengan rasa ingin memiliki atas yang tidak dimilikinya, sementara kecemburuan berkaitan dengan rasa takut kehilangan atas miliknya.

Perasaan adalah istilah yang awalnya berasal dari Bahasa Inggris “*State*”. Dalam istilah ini seseorang anak merasakan keadaan yang cukup untuk mendorong melakukan tindakan sosialnya hingga berpengaruh besar pada proses kepribadian yang dimiliki. Pengertian perasaan adalah suatu keadaan dalam kesadaran manusia yang menghasilkan penilaian positif atau negatif terhadap sesuatu. Bentuk penilaiannya selalu bersifat subjektif karena lebih didasarkan pada pertimbangan manusiawi daripada rasional. Perasaan mengisi penuh kesadaran manusia tiap saat dalam hidupnya.

Metode Penelitian

Pendekatan yang peneliti gunakan dalam penelitian adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif, yakni ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan uraian yang mendalam tentang ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat, dan organisasi tertentu dalam suatu keadaan konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komprehensif, dan holistik. Dalam Metode Penelitian Bahasa, Mahsun (2017) mengemukakan bahwa di antara fenomena yang dapat menjadi objek penelitian kualitatif adalah fenomena komunikasi berbahasa, karena peristiwa tersebut melibatkan tuturan, makna semantik tutur, orang yang bertutur, maksud yang bertutur, situasi tutur, peristiwa tutur, tindak tutur dan latar tutur. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode simak karena sumber data yang peneliti diperoleh dengan menyimak penggunaan bahasa (Mahsun, 2017). Sumber data yang disimak adalah video yang ada di Youtube tentang “*Crab Mentality*”, Penyakit mental : Susah lihat orang lain senang, Senang lihat orang lain susah”. Subjek dalam penelitian adalah *Crab Mentality*. Sedangkan objek penelitiannya adalah kajian psikologi yang dilakukan oleh pengisi suara yaitu Ugonna Onyekewe dalam chanel youtube kenal berilmu. Instrumen penelitian yang dipakai oleh peneliti yaitu *human interest*, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama.

Hasil dan Pembahasan

Kalian pernah lihat tidak beberapa keping yang diletakkan di dalam sebuah ember? kalau di perhatikan ternyata keping - keping itu tidak pernah membiarkan keping lainnya keluar dari ember, setiap kali ada keping yang berusaha keluar keping yang lain akan menariknya kembali ke dalam, kaki dan tangan mereka saling menarik satu sama lain bahkan meskipun embernnya tidak terlalu dalam dan keping tidak perlu berjuang terlalu keras untuk keluar dari ember itu usahanya akan selalu digagalkan oleh keping yang lainnya, Sikap keping yang tidak membiarkan keping lainnya keluar dari ember ini merupakan analogi dari manusia yang iri pada kesuksesan orang lain dan berusaha menghalangi kebahagiaan orang lain karena itulah dalam istilah psikologi sikap seperti ini disebut dengan *Crab Mentality* atau mentalitas keping. Sering sekali menemui situasi dimana ada seseorang yang tidak menyukai keberhasilan orang lain, misalnya ketika ada seseorang berhasil meraih nilai sempurna dalam sebuah ujian pasti salah satunya akan ada seseorang yang berkata “Wah pasti dia curang” dia menuduh seseorang itu curang padahal tidak, *Crab Mentality* memiliki pemikiran kalau : **“Aku tidak bisa memiliki atau melakukan sesuatu maka orang lain juga tidak boleh sukses dan memilikinya”**. sebisa mungkin ia ingin orang lain berada di level yang sama dengan dirinya jangan sampai orang lain lebih maju atau lebih sukses dari pada dirinya.

Ciri - ciri seseorang yang memiliki Crab Mentality :

Pertama, Selalu merasa dialah yang terhebat. Memiliki rasa percaya diri merupakan hal yang sangat baik tetapi memiliki percaya diri yang berlebih justru membuat terlihat arogan, terlihat meremehkan orang lain. Seseorang yang akan selalu berpikir bahwa dirinya yang terhebat sehingga selalu meremehkan kemampuan orang lain.

Kedua, Senang menyalahkan dan mengungkit kesalahan orang lain. Berbuat salah adalah hal yang lumrah dilakukan oleh seseorang siapapun itu bahkan diri sendiri, pasti pernah melakukan sebuah kesalahan. Oleh karenanya seseorang harus punya keleluasaan hati dan sikap maklum atas kesalahan orang lain, orang yang punya Crab Mentality biasanya akan mudah menyalahkan orang lain, mengungkit kesalahan-kesalahannya, menghubung-hubungkan kesalahan itu dengan kejadian yang sekarang.

Ketiga, Gengsi mengakui kesalahan dan minta maaf. Seseorang yang memiliki *Crab Mentality* akan sulit mengakui jika mereka pernah melakukan sebuah kesalahan hal ini karena mereka memiliki ego yang sangat tinggi dan pada akhirnya mereka akan menimpakan kesalahan itu kepada orang lain dan sulit untuk meminta maaf.

Seseorang yang memiliki Crab Mentality kan kesusahan dalam berurusan kerja kelompok atau bekerjasama, mereka cenderung selalu ingin mengerjakan semuanya sendiri karena mungkin dia tidak percaya dengan kemampuan orang lain dengan kemampuan rekan sekelompoknya sikap kompetitifnya itu sudah mendarah daging hingga dalam urusan kelompok pun mereka memandang rekan atau koleganya sebagai seorang kompetitor. Lalu bagaimana jika ditemukan dengan orang-orang yang mempunyai sifat *Crab Mentality* apa yang harus dilakukan?

Beberapa hal yang bisa di lakukan adalah :

Yang pertama, Memiliki sikap tekun dan harus punya prinsip tidak boleh mudah terpengaruh ketika seseorang tekun dan gigih terhadap impian yang sedang di inginkan maka tidak perlu lagi mendengar pendapat orang lain yang mungkin tidak menyukainya, apa lagi terhadap mereka orang-orang yang membisikan hal - hal negatif agar seseorang menyerah dalam prosesnya. Mungkin akan gagal, gagal adalah sebuah kepastian. Mungkin orang akan tertawa dengan kegagalan itu, mereka mungkin merasa senang saat orang lain gagal namun dari pada membiarkan diri ini berlarut dalam kesedihan dan mendengar orang lain tertawa di atas kegagalan lebih baik berbuat sesuatu untuk bangkit jadikan kegagalan itu sebagai bahan evaluasi untuk perbaikan diri agar terhindar dari kesalahan yang sama.

Yang kedua adalah menjauh dari lingkungan, sikap kedua yang bisa dilakukan adalah menghindar keluar dari lingkungan yang toxic keluar menjauh dari orang-orang yang tidak pernah mensupport, tidak pernah menghargai usaha dan kerja keras dan menjauh sejauh-jauhnya dari orang-orang yang meremehkan dan menganggap orang lain tidak akan mampu mencapai impian yang di inginkan karena tidak pantas berada di lingkungan seperti itu cari teman yang se-frekuensi, teman-teman yang optimis, teman-teman yang saling dukung atas impian yang mereka ingin capai. Lalu bagaimana jika ternyata diri sendirilah yang seakan-akan punya Crab Mentality? Berikut ini beberapa cara yang bisa dilakukan :

Yang pertama adalah tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain sebisa mungkin fokuslah pada diri sendiri dan jangan menengok orang lain, Sebab saat melihat pencapaian orang lain yang lebih hebat maka kitapun akan merasa iri atau bahkan merasa malu. Perasaan ini adalah bibit dari Crab Mentality, Seseorang juga harus paham bahwa setiap orang punya bakat dan kesuksesannya masing-masing tidak bisa diperbandingkan ada saatnya seseorang akan mekar pada waktunya masing-

masing mungkin orang lain hari ini adalah hari saat dia sukses dan mungkin kesuksesan kita akan datang besok atau lusa atau entah kapan.

Yang kedua adalah open-minded dan menerima kritik. Orang dengan *Crab Mentality* biasanya tidak suka mendengarkan kritik dan saran dari orang lain padahal kritik dan saran itu bisa di masukan untuk menjadikan diri lebih dari sebelumnya saat kita mendapatkan kritik atau saran cobalah menerima dengan ikhlas, kita juga harus terbuka dengan hal yang baru dengan sesuatu yang datang dari orang lain menerima perbedaan menerima kekurangan orang lain dan mau mengakui kelebihan orang lain.

Yang ketiga adalah tidak menyalahkan hal yang lain saat berbuat kesalahan atau mengalami sebuah kegagalan orang dengan *Crab Mentality* akan cenderung menyalahkan orang lain dan keadaan Padahal mereka sama sekali tidak bersalah daripada kemudian saling menyalahkan cobalah untuk kemudian kita berbenah dan mengevaluasi diri yang keempat adalah bersyukur saat kita berhasil dan sukses melakukan sesuatu bukan berarti kita boleh sombong Setiap orang pasti punya kelebihan dan kekurangannya masing-masing kita mungkin dikaruniai sebuah bakat yang tidak dimiliki oleh orang Raya bersyukur atas anugerah yang telah diberikan kepandaian kita kesempatan kita bakat kita dan lain sebagainya dengan segala kelebihan itu harapannya kita bisa melengkapi apa-apa yang tidak dimiliki oleh orang lain begitu juga sebaliknya orang lain akan melengkapi kekurangan kita kita adalah makhluk sosial kita semua diciptakan untuk bekerja sama antara satu dengan yang lainnya saling melengkapi dan saling membantu.

Iri dan dengki adalah dua sifat tercela dan tidak baik yang ada pada diri seseorang, yang mana sifat ini akan membuat orang tersebut selalu merasa tidak senang dan tidak rela jika melihat orang lain mendapat kebahagiaan dan kebaikan dalam kehidupannya. Bersyukur dalam menjalani kehidupan merupakan salah satu cara menghindari perilaku tercela ini agar hati menjadi bersih dan selalu positif dalam berprasangka kepada orang lain.

Sifat iri hati dan dengki tidak akan membawa kebaikan untuk diri dan kehidupan kita. Hati akan menjadi kotor dan selalu berprasangka buruk kepada orang lain. Hidup kita juga akan jauh dari ketenangan karena selalu merasa sakit hati dan tidak senang setiap kali melihat orang di lingkungan kita mendapatkan keberuntungan. Apa sih akibat iri hati dan dengki ini jika dibiarkan terus tertanam di dalam diri kita? Yuk ketahui akibatnya.

Pertama, Sulit untuk bisa hidup dengan tenang. Orang yang memiliki sifat iri dan dengki akan sulit untuk bisa merasa tenang dan damai dalam menjalani hidupnya. Ia akan merasa resah dan gelisah ketika melihat orang lain bahagia dan batinnya pun juga tidak akan tenang melihat itu.

Kedua, Sulit untuk bisa mensyukuri kehidupan. Sifat iri melihat kehidupan orang lain akan membuat diri menjadi tidak bisa mensyukuri apa yang telah di dapat dalam hidup, karena sifat iri yang telah memenuhi hati akan selalu merasa kekurangan dan selalu iri dengan kelebihan orang lain yang akhirnya membuat diri menjadi kufur nikmat.

Ketiga, Tidak disenangi dalam pergaulan dan lingkungan. Selalu merasa iri dan dengki melihat kesenangan dan kebahagiaan orang lain akan membuat kamu berusaha untuk memperlihatkan sisi kekurangan dan kelemahan orang tersebut. Sikap inilah yang membuat orang lain dan juga teman-teman menjadi tidak suka dan tidak senang untuk bergaul dengan kamu.

Keempat, Menjadi 'gelap mata' untuk bisa mencapai tujuan. Merasa tidak rela dengan apa yang sedang dilakukan orang lain demi mencapai kesuksesan akan membuat orang yang iri hati mencoba untuk menggagalkan semua usaha orang lain dengan segala cara. Apalagi jika si iri hati ini merasa tersaingi dengan orang tersebut. Maka ada baiknya mengetahui ciri-ciri orang dengki kepada kita.

Kelima, Mendorong diri untuk menjadi sombong dan angkuh. Iri hati dan dengki akan membuat seseorang menjadi sombong dan angkuh, karena ia merasa hanya dirinya lah yang pantas berada di sisi atas dan menjadi yang lebih dari orang lain. Keangkuhan ini jugalah yang membuat ia merasa tidak rela ada orang lain yang lebih darinya dan selalu merasa lebih dari orang lain merupakan ciri-ciri orang angkuh yang mudah dikenali. Jika tidak ingin menjadi sombong ketahui cara menghilangkan sifat angkuh dan sombong dari dalam diri.

Keenam, Rentan terhadap stres. Kenapa orang yang suka iri ini mudah stres? Karena setiap kali ia melihat kesuksesan, kenerhasilan dan kebaikan yang menimpa orang lain ia selalu merasa tidak senang, tersaingi dan akan membuat ia menjadi uring-uringan.

Ketujuh, Sulit untuk bisa benar-benar merasa bahagia. Bagaimana bisa bahagia jika hati dipenuhi oleh rasa iri dan dengki terhadap orang lain? Yang ada ia akan merasa susah setiap kali ada orang yang mendapat kebaikan dalam hidup. Agar hidup bisa bahagia tinggalkan sifat ini dengan cara merubah diri menjadi lebih baik.

Kedelapan, Mudah termakan hasutan dan dimanfaatkan orang lain. Orang yang memiliki sifat iri hati akan dengan sangat mudah terpancing emosinya dengan hasutan-hasutan dari orang lain. Hal ini akan membuat ia mudah untuk dimanfaatkan orang lain untuk kepentingan orang tersebut.

Kesembilan, Akan menjadi mudah marah. Hati orang yang iri akan sering merasa resah dan mudah emosi yang membuat ia menjadi mudah marah dalam kesehariannya jika merasa mendapat saingan baru atau merasa terkalahkan oleh orang lain.

Kesepuluh, Menjadi tidak fokus dengan kehidupan sendiri. Terlalu sibuk dengan mengurus dan mengacaukan kehidupan orang lain akan membuat kehidupan kita yang selalu iri melihat orang lain menjadi tidak fokus dan mengambang, karena selama ini kita hanya sibuk menyebarkan kedengkian kepada orang lain.

Kesebelas, Hati menjadi tidak bersih dan tidak tulus kepada orang lain. Dalam hati orang yang tertanam sifat iri hati dan dengki tidak akan bisa tulus kepada orang lain dalam segala hal. Apa pun yang akan ia lakukan untuk orang lain akan diiringi rasa bangga dan ingin dipuji serta ingin terlihat lebih dari yang lain. Itulah akibat yang bisa di dapatkan jika terus membiarkan sifat iri hati dan dengki bersarang dalam hati kita. Ada baiknya juga untuk mengetahui cara menghadapi orang iri kepada kita, salah satunya dengan cara bersikap sabar.

Setiap orang memiliki takdir dan jalan hidup masing-masing. Ada orang yang kesulitan dalam menjalani hidup, tapi ada banyak pula yang diberikan kemudahan dalam menjalani kehidupan. Adanya perbedaan garis hidup tersebut, terkadang membuat seseorang menjadi sering membandingkan kehidupan yang dimiliki dengan milik orang lain. Perasaan iri dan dengki yang datang tersebut tak jarang menjadi penyakit hati. Setiap kita melihat orang yang lebih sukses akan selalu muncul perasaan iri dan dengki tersebut.

Lalu apakah perasaan iri dan dengki bisa dihilangkan? Berikut 5 tips menghilangkan sifat iri dan dengki. Pertama, Selalu Bersyukur Hal pertama yang bisa kamu lakukan untuk menghilangkan sifat iri dengki adalah dengan bersyukur. Bersyukur atas semua yang kamu miliki saat ini, baik itu pekerjaan, kesehatan dan yang lainnya. Kamu tak perlu menunggu sampai kaya dan sukses terlebih dulu baru bersyukur, mulai saat ini bersyukurlah atas hal yang kamu miliki sehingga kamu dapat terhindar dari rasa iri maupun dengki.

Kedua, Stop Bandingkan Hidupmu Cara selanjutnya untuk menghilangkan rasa iri dan dengki adalah dengan berhenti membandingkan hidupmu dengan orang lain. Sesungguhnya yang menjadi pemicu rasa iri dengki adalah sering membandingkan kehidupan yang dimiliki dengan kehidupan orang lain. Kamu kemudian merasa tak beruntung dibandingkan orang lain yang menurutmu memiliki hidup

yang lebih baik. Kemudian muncullah perasaan iri tersebut dan tak senang jika melihat orang lain senang. Mulai sekarang berhentilah membandingkan hidupmu dengan orang lain baik itu secara langsung ataupun yang kamu lihat di media sosial.

Ketiga, Berusaha Ikut Senang jika Orang Lain Senang Langkah selanjutnya adalah dengan ikut merasa senang dengan kebahagiaan yang dimiliki orang lain. Dengan cara tersebut maka kamu dapat menghilangkan rasa iri dan dengki. Jika kamu melihat orang lain meraih kesuksesan, maka kamu dapat memberikan ucapan selamat dengan tulus. Lalu mulailah menjalin hubungan baik dengan orang lain, agar kamu menjadi lebih dekat dan bisa ikut merasakan kebahagiaan yang mereka rasakan.

Keempat. Ubah Perasaan Iri Menjadi Motivasi Agar kamu bisa menghilangkan sifat iri dan dengki kamu bisa mengubahnya menjadi sebuah motivasi. Jika kamu melihat seseorang meraih kesuksesan, kamu bisa mengubah keirianmu menjadi sebuah motivasi untuk bisa sukses seperti orang tersebut. Dengan begitu kamu jadi lebih semangat dan tertantang agar bisa meraih kesuksesan seperti orang lain. Bersyukur : secara bahasa, syukur berasal dari kata "syakara-yasykuru-syukran" yang bermakna kata "pujian karena mendapatkan sesuatu". Rasa syukur adalah gambaran kenikmatan dan menampakkannya di permukaan, ada banyak cara mengucapkan rasa syukur dalam Islami, seperti berdoa, berdzikir, dan selalu berpikir positif pada Allah SWT. Allah SWT sangat menyukai hamba-Nya yang pandai bersyukur. Lawan dari syukur sendiri adalah kufur nikmat, yaitu sifat enggan untuk menyadari atau bahkan mengingkari bahwa nikmat yang telah didapatkan adalah dari Allah Ta'ala. Manusia yang tidak pandai bersyukur akan sulit merasakan sebuah kebahagiaan. Hal ini karena mereka selalu merasa kurang dengan apa yang mereka miliki ataupun dapatkan. Biasanya orang-orang seperti ini hanya mementingkan kebahagiaan duniawi saja, namun tidak memperdulikan hal-hal untuk akhirat. Padahal rasa syukur merupakan kunci manusia bisa hidup tenang dan bahagia.

Kelima, Rasa Syukur Dalam Hadist Bukan hanya jelaskan arti bersyukur saja, namun dalam hadist juga banyak jelaskan arti bersyukur. Ya, rasa syukur ini banyak ditemukan dalam berbagai hadist yang bisa kalian pahami. Dan berikut ini rasa syukur dalam hadist yang dapat kalian ketahui:

Hadist Ibnu Majah, Dari Aisyah, kebiasaan Rasulullah jika menyaksikan hal-hal yang beliau sukai adalah mengucapkan "Alhamdulillahilladzi bi ni'matihi tatimusshalihaat." Sedangkan ketika menyaksikan hal-hal yang tidak menyenangkan beliau mengucapkan "Alhamdulillah ala kulli haal."

Hadist Ibnu Abbas, Dari Ibnu Abbas, dia berkata: "Rasulullah SAW bersabda,"Dua kenikmatan yang kebanyakan manusia tertipu olehnya, yaitu kesehatan dan waktu luang."

Hadist Imam Al Ghazali, Rasulullah bersabda,"Barangsiapa yang mengatakan subhanallah, maka baginya 10 kebaikan. Barangsiapa yang mengucapkan laa ilaha illallah, maka baginya 20 kebaikan. Barangsiapa mengucapkan Alhamdulillah, maka baginya 30 kebaikan."

QS Alam Nasyrah, Firman Allah SWT: "Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan" - (QS Alam Nasyrah : 5-6).

QS Al Baqarah, Allah SWT berfirman: "Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku" (QS Al Baqarah : 152).

QS Ibrahim, Allah SWT berfirman: "Barang siapa yang bersyukur atas nikmatku kata Allah, niscaya aku akan menambahn nikmat itu. Akan tetapi barang siapa yang kufur atas nikmat Ku kata Allah, maka azab ku sangatlah pedih." - (QS Ibrahim: 7).

QS Al Baqarah, Allah SWT berfirman: "Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar hanya kepada-Nya kamu menyembah." (QS. Al Baqarah: 172).

Kesimpulan

Studi ini hanya mengambil atau menyimak dari perspektif yang ada pada chanel youtube “Kenal Berilmu” yang menyatakan bahwa Iri hati jadi penyakit jiwa manusia yang dapat dialami siapa saja. Iri hati adalah rasa tidak nyaman dengan sebuah kelebihan yang Allah SWT berikan pada orang lain. Iri hati kerap terjadi ketika kelebihan orang lain itu dianggap ancaman atau saingan. Sedangkan dalam istilah psikologi *crab mentality* adalah istilah yang menganalogikan ember penuh dengan kepiting. Saat salah satu kepiting berhasil naik dan nyaris keluar dari ember, sementara kepiting yang lainnya berusaha mencapit, menarik, dan menjatuhkannya kembali ke dalam ember agar tidak ada yang lolos. Sikap kepiting yang tidak membiarkan kepiting lainnya keluar dari ember ini merupakan analogi dari manusia yang iri pada kesuksesan orang lain dan berusaha menghalangi kebahagiaan orang lain karena itulah dalam istilah psikologi sikap seperti ini disebut dengan *Crab Mentality* atau mentalitas kepiting. Sering sekali menemui situasi dimana ada seseorang yang tidak menyukai keberhasilan orang lain, misalnya ketika ada seseorang berhasil meraih nilai sempurna dalam sebuah ujian pasti salah satunya akan ada seseorang yang berkata “Wah pasti dia curang” dia menuduh seseorang itu curang padahal tidak, *crab mentality* memiliki pemikiran kalau : **“Aku tidak bisa memiliki atau melakukan sesuatu maka orang lain juga tidak boleh sukses dan memilikinya”**. sebisa mungkin ia ingin orang lain berada di level yang sama dengan dirinya jangan sampai orang lain lebih maju atau lebih sukses dari pada dirinya.

Percaya diri (self confidence) adalah kepercayaan dan keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis untuk menyelesaikan serta menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik sehingga dapat memberikan sesuatu dan diterima oleh orang lain maupun lingkungannya.

Referensi

- Amaliya, F. P., Saidah, S., Sholikin, A., & Asbari, M. (2023). Pengaruh Pola Pikir dan Pola Hidup Pasca Covid- 19: Telaah Singkat Ledakan Home Sweet Home Perspektif Rhenald Kasali. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 59–62. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.21>
- Anindia, E. B., Asbari, M., & Akmal, R. (2023). Solusi e-Book terhadap Pembentukan Moralitas Generasi Z?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 152–156. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.142>
- Anwar, M. H., & Asbari, M. (2023). Flow State: Menaklukan Hal Mustahil?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 148–151. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.51>
- Aulia , T. N., & Asbari, M. (2023). Bahaya Digital Fatigue pada Kesehatan Mental: Analisis Singkat Perspektif Rhenald Kasali. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 30–33. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.16>
- Aulia , T. N., & Asbari, M. (2023). Bahaya Digital Fatigue pada Kesehatan Mental: Analisis Singkat Perspektif Rhenald Kasali. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 30–33. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.16>
- Azhari, D. W., & Putri, W. F. (2023). Urgensi Moralitas Generasi Bangsa: Sebuah Esai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 7–11.
- Casika, A., Agniya, A. N., Hermawan, M. B., & Asbari, M. (2023). Pygmalion Effect: Dampak Kepercayaan terhadap Kinerja. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 39–44. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.17>

- Casika, A., Agniya, A. N., Hermawan, M. B., & Asbari, M. (2023). Pygmalion Effect: Dampak Kepercayaan terhadap Kinerja. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 39–44. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.17>
- Febriani, R., Asbari, M., & Yani, A. (2023). Resensi Buku: Berani Berubah untuk Hidup Lebih Baik. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 1–6.
- Ghojaji, A. D., Eramansyah, M. G., Putri, R. E., Istianah, S., Kusmawati, W. E., Asbari, M., & Purwanto, A. (2022). Pancasila Based Character Education to Form Good and Smart Citizens. *Journal of Community Service and Engagement (JOCOSAE)*, 2(4), 11–18. <http://jocosae.org/index.php/jocosae/article/view/62/47>
- Ghojaji, A. D., Gulo, N. A. S., & Asbari, M. (2022). Pancasila Paradigm Sustainable Development Goal's (SDGs). *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(06), 13–17. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/104/31>
- Gulo, N. A. S., Ghojaji, A. D., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm Sustainable Development Goal's (SDGs). *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(5), 12–16. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/139/26>
- Gusman, R., Wati, A., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm in Inter-Religious Life in Indonesia. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(03), 12–15. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/127/13>
- Hastangka, H., Armawi, A., & Kaelan, K. (2017). Empat pilar mpr ri: politik bahasa dan delegitimasi makna Pancasila (Suatu Telaah Filsafat Bahasa). *CIVIS*, 6(2).
- Hidayati, D., Asbari, M., & Nursalim, M. H. (2023). Manajemen Kolaborasi: Mengembangkan Ide dan Gagasan Kreatif untuk Membangun Inovasi di Era Industri 4.0. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 91–95. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.35>
- Isnaini, P. N., & Dewi, D. A. (2021). Upaya Menerapkan Nilai-Nilai Pancasila di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kewarganegaraan*, 5(2), 322-328.
- Karima, R., Octavia, L. G. V., & Fahmi, K. (2023). Lunturnya Moralitas Pelajar Indonesia? *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 17–20.
- Kata, S. (2001). Cara-cara Penulisan Karya Ilmiah Populer dan Karya Ilmiah Akademik.
- Kurniawan, A., Daeli, S. I., Asbari, M., & Santoso, G. (2023). Krisis Moral Remaja di Era Digital. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 21–25. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/9/11>
- Kusmawati, W. E., Putri, R. E., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a National Development Paradigm in Community, Nation, and State. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(3), 33–37. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/117/17>
- Latif, Y. (2002). Kenapa Pancasila Perlu Ada. Telaah Terhadap Pemikiran Yudi Latif. <https://youtu.be/hB6Ivinaad0> (Diakses tanggal 25 oktober 2021).
- Mahsun, M. (2017). *Metode Penelitian Bahasa. Tahapan, Strategi, Metode, dan Tekniknya*. Rajawali Press.
- Maulana, M. J., & Asbari, M. (2023). Dunia Pasca Pandemi: Perspektif Gita Wirjawan. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 139–142. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.129>

- Melani, N., Hanifah, S., & Asbari, M. (2023). Solusi Interaksi di Era Informasi: Mengendalikan Obsesi dan Mengelola Emosi. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 77–80. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.58>
- Melani, N., Hanifah, S., & Asbari, M. (2023). Solusi Interaksi di Era Informasi: Mengendalikan Obsesi dan Mengelola Emosi. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 77–80. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.58>
- Muarifin, M. S., Anjani, R. D., Asbari, M., & Putratama, A. R. N. (2023). Bisnis Online: Saving The Future. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 86–90. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.52>
- Muslimin, H. (2016). Tantangan terhadap Pancasila sebagai ideologi dan dasar negara pasca reformasi. *Jurnal Cakrawala Hukum*, 7(1), 30-38.
- Mutiara, Mahrika, I. S., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm of Agricultural Development in Indonesia. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(06), 31–34. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/220/34>
- Noviyana, D. A., Panduwinata, V., & Asbari, M. (2023). Berpikir Mindfulness: Seni Mengelola Kesehatan Mental?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 63–66. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.24>
- Noviyana, D. A., Panduwinata, V., & Asbari, M. (2023). Berpikir Mindfulness: Seni Mengelola Kesehatan Mental? . *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 63–66. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.24>
- Noviyana, D. A., Panduwinata, V., & Asbari, M. (2023). Berpikir Mindfulness: Seni Mengelola Kesehatan Mental? . *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 63–66. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.24>
- Onyekewe, U. (2021 Juli 15). *Crab mentality penyakit hati : susah lihat orang lain senang, senang lihat orang lain susah* [Video]. Youtube, <https://youtu.be/B14FMHMu0z0>
- Permady, G. C., Zulfikar, G., Sulistiono, A., & Laim, B. F. N. (2021). Pembentukan Karakter Kepemimpinan Pancasila di Politeknik Pelayaran Sorong (Suatu Telaah Pada Mata Kuliah Pendidikan Pancasila). *JPB: Jurnal Patria Bahari*, 1(2), 35-45.
- Putri, F. E., Melani, J. A., Asbari, M., & Novitasari, D. (2023). Pendidikan Karakter Membentuk Moralitas Anak Bangsa: Sebuah Esai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 20–24. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/5/4>
- Rahmawati, W., & Asbari, M. (2023). Crab Mentality: Penyakit Mental Susah Lihat Orang Lain Senang dan Senang Lihat Orang lain Susah. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 72–76. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.27>
- Ramadhan, G. F., & Asbari, M. (2023). Pribadimu adalah Profesimu: Temukan Karier Impian Berdasarkan Kepribadian. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 25–29. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/2/2>
- Regiani, E., & Dewi, D. A. (2021). Pudarnya Nilai-Nilai Pancasila Dalam Kehidupan Masyarakat Di Era Globalisasi. *Jurnal Kewarganegaraan*, 5(1), 30-38.
- Rijali, A. (2019). Analisis data kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81-95.

- Riyadi, S. (2020). *Konsep Keadilan dalam Pancasila: Telaah Terhadap Pemikiran Yudi Latif* (Bachelor's thesis).
- Rosita, Rahmawati, W., Asbari, M., & Cahyono, Y. (2023). Nilai Moral dan Etika: Perspektif Emile Durkheim. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 13–16. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/10/9>
- Safitri, A. O., & Dewi, D. A. (2021). Pancasila Sebagai Dasar Negara dan Implementasinya dalam Berbagai Bidang. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 3(1).
- Saputra, & Asbari, M. (2023). Nunchi: Rahasia Orang Korea Memahami Perasaan Orang Lain. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 55–58. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.23>
- Sawitri, N. M., Naibaho, Y. P. C., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm of Development in Indonesia Government. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(04), 1–6. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/111/19>
- Sukma, H. A., Asbari, M., & Nurhayati, W. (2023). Dopamine Detox: Teknik Mengendalikan Kecanduan?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 115–119. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.125>
- Sumarni, N., Rahman, A., Wiratama, S. B., Sabilla, A. A., Waryani, Y., & Asbari, M. (2023). Nova Effect: Menarik Makna Baik dalam Realitas Fana. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 81–85. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.47>
- Susilawati, S., & Asbari, M. (2023). Personal Branding: Antara Uang dan Nama. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 50–54. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.20>
- Triyadi, M. Y., Anggelina, W., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Development Paradigm. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(06), 5–12. <https://doi.org/10.36079/lamintang.ijlapp-0101.84>
- Tsoraya, N. D., Asbari, M., & Pratiwi, A. (2023). Revolusi Digital: Meningkatkan Relasi, Mengurangi Intensi. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 34–38. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.15>
- Wahdi, A. K., Latifah, N. S., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm of Public Transportation Development. *Journal of Information Systems and Management*, 01(02), 7–11. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/7>
- Yanuar, H.F., Nurhakim, A. L., Rahmawati, I. A., & Asbari, M. (2023). Social Cultivator: Tantangan untuk Konsisten pada Toleransi dan Empati. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 45–49. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.18>
- Yanuar, H.F., Nurhakim, A. L., Rahmawati, I. A., & Asbari, M. (2023). Social Cultivator: Tantangan untuk Konsisten pada Toleransi dan Empati. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 45–49. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.18>
- Yati, Asbari, M., & Santoso, S. B. (2023). Berliterasi: Cara Cerdas untuk Healing?. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 120–124. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v1i01.134>
- Zeva, S., Rizqiana, I., Novitasari, D., & Radita, F. R. (2023). Moralitas Generasi Z di Media Sosial: Sebuah Esai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 1–6.