

Kenapa Ada Orang yang Hobi Mengkritik, tapi Giliran Dikritik Langsung Baper? Yuk, Kenali Alasannya!

## **Prolite - Kenapa Ada Orang yang Suka Mengkritik Tapi Gak Mau Dikritik?**

Kita semua pasti pernah ketemu sama orang yang hobinya mengomentari atau mengkritik orang lain, tapi giliran dia yang dikritik, langsung defensif atau bahkan marah.

Rasanya kayak 'boleh mengkritik tapi gak boleh dikritik balik'. Kok bisa ya ada orang seperti ini? Apa sih yang sebenarnya terjadi di balik perilaku mereka? Yuk, kita kupas lebih dalam!

### **Faktor Psikologis di Balik Perilaku Ini**



Baca Juga: [7 Aplikasi Kesehatan Paling Populer di Indonesia 2026](#)

Ada beberapa alasan psikologis yang membuat seseorang jadi rajin mengkritik tapi anti-kritik. Beberapa di antaranya adalah:

## Kenapa Ada Orang yang Hobi Mengkritik, tapi Giliran Dikritik Langsung Baper? Yuk, Kenali Alasannya!

- Ego Defensif: Orang dengan ego defensif cenderung merasa perlu membuktikan bahwa dirinya lebih baik dari orang lain. Mereka mengkritik untuk meningkatkan kepercayaan diri, tapi begitu dikritik, egonya langsung merasa terancam.
- Superiority Complex: Orang dengan superiority complex merasa dirinya lebih unggul dari orang lain. Kritik bagi mereka adalah cara untuk menunjukkan bahwa mereka lebih tahu, lebih pintar, atau lebih baik. Tapi kalau mereka dikritik balik, rasanya seperti direndahkan, makanya mereka gak bisa terima.

### **Kritik sebagai Mekanisme Pertahanan Diri**

Buat sebagian orang, mengkritik itu bukan sekadar kebiasaan, tapi juga bentuk mekanisme pertahanan diri.

Mereka mungkin pernah mengalami kegagalan atau trauma yang membuat mereka merasa rendah diri, jadi cara mereka melindungi diri adalah dengan mencari kesalahan orang lain.

Baca Juga: Istilah “Cowok Bingung” Lagi Viral di TikTok, Tapi Apa Kata Psikologi Sebenarnya tentang Perilaku Ini?

Misalnya, seseorang yang merasa tidak cukup sukses dalam pekerjaannya mungkin akan sering mengkritik kinerja orang lain. Ini adalah cara bawah sadar untuk mengalihkan perhatian dari ketidakpuasannya terhadap diri sendiri.

### **Hubungan Antara Harga Diri Rendah dan Ketidakmampuan Menerima Kritik**

## Kenapa Ada Orang yang Hobi Mengkritik, tapi Giliran Dikritik Langsung Baper? Yuk, Kenali Alasannya!



Orang yang sulit menerima kritik biasanya memiliki harga diri yang rapuh. Mereka butuh validasi dari orang lain, dan kritik dianggap sebagai ancaman terhadap citra diri mereka. Bahkan kritik yang sifatnya membangun bisa dianggap sebagai serangan pribadi.

Ketika seseorang dengan harga diri rendah dikritik, mereka merasa gagal dan tidak berharga. Makanya, mereka lebih memilih untuk menghindari kritik atau bahkan menyerang balik dengan defensif.

### **Ciri-Ciri Orang yang Suka Mengkritik Tapi Defensif Saat Dikritik**

Kalau kamu penasaran, berikut beberapa tanda orang yang punya sifat ini:

- Sering memberikan kritik tanpa diminta.
- Menganggap pendapatnya selalu benar dan sulit menerima pandangan berbeda.

## Kenapa Ada Orang yang Hobi Mengkritik, tapi Giliran Dikritik Langsung Baper? Yuk, Kenali Alasannya!

- Saat dikritik, langsung mencari alasan atau menyalahkan orang lain.
- Bisa tiba-tiba marah atau tersinggung kalau dikritik, meskipun dengan cara yang sopan.
- Cenderung menggunakan kritik untuk merasa lebih superior dibanding orang lain.

Kalau ketemu orang dengan sifat seperti ini, perlu cara khusus buat menghadapinya tanpa bikin konflik.

### **Cara Menghadapi Orang Seperti Ini Tanpa Menimbulkan Konflik**

- Tetap Tenang Jangan langsung terpancing emosi kalau mereka mengkritik kamu atau tersinggung saat kamu beri masukan. Bersikap tenang akan membuat situasi lebih terkendali.
- Gunakan Pendekatan Empati Coba pahami bahwa mereka mungkin memiliki masalah dengan harga diri atau trauma yang belum terselesaikan. Menggunakan kata-kata yang lebih halus bisa membantu mereka menerima kritik lebih baik.
- Gunakan Teknik “Mirror” Misalnya, kalau mereka marah saat dikritik, tanyakan dengan lembut, “Kamu sering kasih kritik ke orang lain, tapi kenapa kalau dikasih kritik balik malah gak bisa terima?” Dengan cara ini, mereka bisa mulai menyadari sikap mereka sendiri.
- Fokus pada Solusi, Bukan Serangan Balik Daripada berdebat atau menyerang balik, lebih baik arahkan percakapan ke solusi atau diskusi yang lebih konstruktif.

Jangan Takut Kritik, tapi Belajarlah Menerima!

## Kenapa Ada Orang yang Hobi Mengkritik, tapi Giliran Dikritik Langsung Baper? Yuk, Kenali Alasannya!



Mengkritik dan menerima kritik adalah dua sisi mata uang yang harus seimbang. Kritik bisa jadi hal yang membangun kalau disampaikan dengan cara yang tepat dan diterima dengan pikiran terbuka.

Kalau kamu merasa sering mengkritik orang lain, coba tanyakan ke diri sendiri: “Apakah aku juga siap menerima kritik?”

Dan kalau kamu sering berhadapan dengan orang yang suka mengkritik tapi anti-kritik, ingatlah bahwa cara terbaik untuk menghadapinya adalah dengan tetap tenang dan tidak ikut terbawa emosi.

Yuk, mulai sekarang, kita belajar untuk lebih terbuka dan menjadikan kritik sebagai bahan

## Kenapa Ada Orang yang Hobi Mengkritik, tapi Giliran Dikritik Langsung Baper? Yuk, Kenali Alasannya!

pembelajaran, bukan sebagai serangan! ☐☐



Baca Selanjutnya  
Usulan Raperda Pajak dan Retribusi Daerah, Pj Wali Kota Bandung Sampaikan Jawaban Atas Pandangan Fraksi