

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. *Hardiness* (Tahan Banting).

a. Pengertian

Sebagaimana dikatakan oleh Gentry dan Kobasa, bahwa kejadian dalam hidup yang menimbulkan stress mempunyai kontribusi terhadap berkembangnya penyakit fisik.¹ Kemampuan setiap individu dalam menghadapi kejadian hidup yang penuh stress tidaklah sama, tergantung pada banyak hal, salah satunya yang membedakan adalah tipe kepribadian, khususnya kepribadian *hardiness*.

Menurut Maddi dan Kobasa *hardiness* berkembang pada masa kanak-kanak secara tepat dan muncul sebagai perubahan dan merupakan akibat dari pengalaman-pengalaman hidup.² Kepribadian *hardiness* pertama kali dideskripsikan oleh Kobasa, sebagai proses penilaian kognitif yang tersusun atas tiga karakteristik; *control*, *commitment*, dan *challenge*.³ Kepribadian *hardiness* merupakan suatu konstalasi kepribadian yang membuat individu menjadi kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang dihadapi.⁴

Cotton, mengartikan lebih jelas lagi tentang *hardiness* sebagai komitmen yang kuat terhadap diri sendiri, sehingga dapat menciptakan tingkah yang laku aktif terhadap lingkungan dan perasaan bermakna yang menetralkan efek

¹ Alferd and Smith. T.W. "The Hardy Personality Cognitive and Social. Vol 56 no2, 257-266.

² Maddi, S.R., Kobasa, S.C., dan Khan,S."Hardiness and Health: A Prospective Study"(Journal of Personality and Social Psychology.Vol42, 168-177.1982)

³ Kobasa,S.C."Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness"(Journal of Personality and Social Psychology. Vol 37.1-11.1979)

⁴ Maddi, S.R., Kobasa, S.C., dan Khan,S."Hardiness and Health: A Prospective Study"(Journal of Personality and Social Psychology.Vol42, 168-177.1982)

negatif stres.⁵ Sementara Quick dkk, menyatakan *hardiness* sebagai konstruksi kepribadian yang merefleksikan sebuah orientasi yang lebih optimis terhadap hal-hal yang menyebabkan stres.⁶ Ini sesuai dengan pendapat Kobasa yang melihat *hardiness* sebagai kecenderungan untuk yang potensial memandang stres sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam, serta mampu untuk melindungi individu dari pengaruh stres yang negatif.⁷

Individu yang memiliki *hardiness* tinggi mempunyai serangkaian sikap yang tahan akan stres. Individu tersebut, senang bekerja kerja keras karena menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat sesuatu keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna. Individu yang memiliki *hardiness* sangat antusias dalam menyongsong masa depan karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai suatu tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya.⁸ Dampak-dampak kepribadian *hardiness* pada kesehatan mental adalah menengahi penilaian kognitif individu pada situasi yang penuh stres dengan strategi penanganannya.

Hardiness menjadikan individu memiliki strategi koping yang tepat untuk mencari problem-solving. Dua mekanisme tersebut, termaksud upaya-upaya untuk menguarangi jumlah pengalaman psikologis yang penuh stres dan untuk mendukung terciptanya kepribadian yang sehat pada individu dalam waktu

⁵ Cotton dalam Nilam Widyarini. Menjadi Orang Tabah.

<http://kesehatan.kompas.com/read/2010/15/07372139/> Menjadi.Orang.Tabah.

⁶ ibid

⁸ Bissonnette, M. "*Optimism, Hardiness, and Resiliency; A review of The Literature*". (1998).

yang lama.⁹ Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang mempunyai daya tahan dalam menghadapi kejadian-kejadian yang menekan atau menegangkan (*stressfull*) yang didalamnya terdapat aspek *control*, *commitment*, dan *challenge*.

b. Dimensi Hardiness.

Menurut Kobasa, Hardiness memiliki tiga dimensi, yaitu: *control*, *comintment*, dan *challenge*. Individu yang memiliki *control*, *comitment*, dan *challenge* yang kuat cenderung mereaksi peristiwa yang menimbulkan stress dengan cara yang positif.¹⁰

1) Control Versus Powerless.

Control merupakan ukuran pada ketiadaan kekuatan diri yang dirasakan individu,¹¹ dimana dipercaya bahwa seseorang bisa mengontrol atau mempengaruhi peristiwa-peristiwa dalam hidupnya. Sehingga individu dapat memodifikasi stressor agar dapat mengurangi status yang dapat dikendalikan atau ketidakpastian dalam peristiwa-peristiwa eksternal.¹²

Kobasa mengartikan *control*, sebagai kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian, dengan pengalaman ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak

⁹ Fisca Febriyani Eka Puspasari." Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung". (Skripsi (tidak diterbitkan)Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. 2006).36.

¹⁰ Kobasa,S.C."*Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness*" (*Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 37.1-11.1979)

¹¹ Bigbee. J.L. "Hardiness, A New Health Prespective in Health Promotion"(*Nursing Practitioner* 10, 51-56.1985)

¹² Huang, C. " Hard and Stress: A critical Rewiew" (*Maternal Child Nursing Journal* 23, 82-89. 1995)

terduga.¹³ Sedangkan menurut Raharjo *control* adalah sebuah keyakinan bahwa individu dapat mempengaruhi apa saja yang dapat terjadi dalam hidupnya.¹⁴

Aspek *control* muncul dalam bentuk kemampuan untuk mengendalikan proses pengambilan keputusan pribadi atau kemampuan untuk memilih dengan bebas diantara beragam tindakan yang tidak diambil. Individu yang memiliki aspek *control* tinggi memiliki kendali kognitif atau kemampuan untuk menginterpretasi, menilai, menyatukan berbagai peristiwa kedalam rencana selanjutnya.

Proses ini mengurangi efek destruktif yang menekan atau mengancam. Selain itu individu dengan *control* yang tinggi memiliki keterampilan untuk mengatasi masalah dengan respon-respon yang tepat.

Dengan demikian orang-orang yang memiliki *control* yang kuat akan lebih optimis dalam menghadapi hal-hal diluar dirinya. Individu ini akan cenderung lebih berhasil dalam menghadapi masalah-masalah dari pada orang yang kontrolnya rendah. Cooper dan Straw menambahkan, bahwa seorang individu yang “memegang kendali” berkeyakinan dan berbuat seakan-akan dapat mempengaruhi jalannya peristiwa.¹⁵ Mereka mungkin mencari jawaban dari pertanyaan mengapa sesuatu itu terjadi namun mereka cenderung untuk bertanggung jawab terhadap suatu peristiwa dari pada menjadikannya sebagai tanggung jawab orang lain atau diluar

¹³ Maddi, S.R., Kobasa, S.C., dan Khan,S.”Hardiness and Health: A Prospective Study”(Journal of Personality and Social Psychology. Vol42, 168-177.1982)

¹⁴ Wahyu Raharjo.” Kontribusi *Hardiness* dan *Self Efficacy* Terhadap Stress Kerja (Studi Pada Perawat RSUD DR. Soerajdi Tirtonegoro Klaten)”. (Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. 2005)

¹⁵ Cooper dan Straw dalam Fisca Febriyani Eka Puspasari.” Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung”. (Skripsi (tidak diterbitkan)Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. 2006).

kekuasaanya. DuDell menjabarkan komponen ini menjadi empat macam, yaitu :

- a) kerelaan dan keterampilan untuk membuat keputusan yang baik;
- b) perasaan otonomi diri dan perasaan adanya suatu pilihan yang diambil;
- c) kemampuan untuk melihat peristiwa yang menimbulkan stres sebagai bagian dari kehidupan;
- d) motivasi berprestasi sesuai dengan tujuan.¹⁶

Sedangkan *powerless* adalah perasaan masif dan akan selalu disakiti oleh hal-hal yang tidak dapat dikendalikan dan kurang memiliki inisiatif serta kurang dapat merasakan adanya sumber-sumber dalam dirinya, sehingga mereka merasa tidak berdaya jika menghadapi hal-hal yang dapat menimbulkan ketegangan. Ditambah oleh Cooper dan Straw, bahwa orang-orang yang tidak yakin bahwa mereka tidak dapat mengendalikan situasi dan memiliki sedikit pengaruh terhadap situasi tersebut mungkin menjadi pasrah untuk berperan sebagai partisipan pasif dalam suatu situasi.¹⁷

2) Comitment Versus Alienation.

¹⁶ Nilam Widyarini. Menjadi Orang Tabah. <http://kesehatan.kompas.com/read/2010/15/07372139/Menjadi.Orang.Tabah>.

¹⁷ Fisca Febriyani Eka Puspasari. " Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung". (Skripsi (tidak diterbitkan)Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. 2006).

Comitment adalah kecenderungan individu untuk melibatkan diri dalam apapun yang dilakukan.¹⁸ Keyakinan bahwa individu itu bermakna dan memiliki tujuan.¹⁹ Individu yang memiliki *comitment* tinggi merasa terikat dengan berbagai aspek kehidupan mereka yang mencakup hubungan interpersonal, keluarga dan diri sendiri.²⁰

Komitmen dicerminkan dalam satu kapasitas untuk menjadi cerminan pertandingan antara perasaan keterasingan. Dari sudut pandang eksistensi, *comitment* menghadirkan suatu perasaan pokok yang berharga, bertujuan dan bertanggung jawab, yang melindungi dari kelemahan dan kekurangan pada individu. DuDell menjabarkan komponen *comitmen* menjadi empat, yaitu:

- a) ketertarikan dan keingintahuan tentang hidup,
- b) keyakinan dan ketahanan diri,
- c) kerelaan untuk mencari bantuan dan dukungan social,
- d) kemampuan mengenai nilai-nilai pribadinya yang unik dan tujuannya sendiri.²¹

Individu yang memiliki *comitmen* yang kuat tidak akan mudah menyerah pada tekanan. Pada saat menghadapi stres individu ini akan melakukan strategi koping yang sesuai dengan nilai, tujuan dan kemampuan yang ada dalam dirinya. Sebaliknya, orang yang *alienated*

¹⁸ Maddi, S.R., Kobasa, S.C., dan Khan, S. "Hardiness and Health: A Prospective Study" (Journal of Personality and Social Psychology. Vol42, 168-177.1982)

¹⁹ Wahyu Rahrjo. "Kontribusi *Hardiness* dan *Self Efficacy* Terhadap Stress Kerja (Studi Pada Perawat RSUD DR. Soerajdi Tirtonegoro Klaten)". (Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. 2005)

²⁰ Low, J. "The Concept of Hardness; A brief but Critical Commentary". (Journal of Advanced Nursing, 2a 588-590.2000)

²¹ Nilam Widyarini. Menjadi Orang Tabah. <http://kesehatan.kompas.com/read/2010/15/07372139/> Menjadi.Orang.Tabah.

akan mudah merasa bosan atau merasa tidak berarti, karena mereka memandang hidup sebagai sesuatu yang membosankan dan tidak berarti, menarik diri dari tugas yang harus dikerjakan, pasif dan lebih suka menghindari dari berbagai aktivitas. Individu *alienated* akan menilai kejadian yang menimbulkan stres sebagai sesuatu yang hanya dapat ditahan dan tidak dapat diperbaiki.

3) Challenge Versus Threatement.

Menurut Kobasa *challenge* adalah kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar, serta mampu mengantisipasi perubahan tersebut sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan, dan memandang hidup sebagai sesuatu tantangan yang mengasikkan.²²

Sedangkan menurut Raharjo, bahwa tantangan yang sulit dilakukan atau diwujudkan adalah sesuatu yang umum terjadi dalam kehidupan. Namun, pada akhirnya akan datang kesempatan untuk melakukan dan mewujudkan hal tersebut.²³ Secara kognitif, individu dengan aspek tantangan tinggi memiliki keluwesan dalam bersikap sehingga dapat mengintegrasikan dan menilai ancaman dari situasi baru secara efektif. Keluwesan kognitif ini menjadikannya terlatih untuk merespon kejadian yang tidak terduga sebagai suatu masalah atau tantangan yang perlu diatasi.

Dengan demikian mereka memandang hidup sebagai suatu tantangan yang menyenangkan. Individu yang memiliki *challenge* adalah orang-

²² Kobasa, S.C. "Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness" (*Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 37.1-11.1979)

²³ Wahyu Raharjo. "Kontribusi *Hardiness* dan *Self Efficacy* Terhadap Stress Kerja (Studi Pada Perawat RSUD DR. Soerajdi Tirtonegoro Klaten)". (Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. 2005)

orang yang dinamis dan memiliki kemampuan serta keinginan untuk maju dan kuat. Individu yang memiliki kepribadian *challenge* yang kuat akan dengan mudah menemukan cara yang lebih mudah untuk menghilangkan keadaan yang menimbulkan stres bukan sebagai suatu ancaman tetapi dianggap suatu tantangan.²⁴

Cooper dan Straw menambahkan, individu *hardiness* adalah orang-orang yang mampu melihat ancaman-ancaman sebagai tantangan dan perubahan-perubahan sebagai peluang yang baik.²⁵ Mereka merubah peristiwa-peristiwa kehidupan yang penuh stres menjadi kemungkinan dan kesempatan untuk pertumbuhan pribadi, kemajuan atau keutungan. Orang-orang seperti itu mencari rangsangan, perubahan dan kesempatan untuk keterbukaan untuk melakukan percobaan. DuDell menjabarkan komponen ini menjadi empat, yaitu:

- a) pendekatan yang fleksibel terhadap orang lain dan kondisi-kondisi tertentu,
- b) memandang sesuatu secara positif dan optimis,
- c) kerelaan untuk mengambil resiko yang membangun,
- d) penghargaan serta penerimaan atas keunikan diri sendiri sebagai suatu berkah.²⁶

Sebaliknya orang-orang yang *Threatmed* menganggap bahwa sesuatu itu harus stabil karena kestabilan adalah kewajaran dan mereka merasa

²⁴ Ayu Febriasari." Hubungan antara dukungan sosial dan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan An-bisri" (Skripsi (tidak diterbitkan) Semarang: Fakultas ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.2007)

²⁵ Fisca Febriyani Eka Puspasari." Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung". (Skripsi (tidak diterbitkan)Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. 2006).

²⁶ Nilam Widyarini. Menjadi Orang Tabah. <http://kesehatan.kompas.com/read/2010/15/07372139/> Menjadi.Orang.Tabah.

khawatir dengan adanya perubahan karena dianggap merusak dan menimbulkan rasa tidak aman dan menganggap bahwa perubahan itu sebagai ancaman. Selain itu individu yang *threatmed* tidak bisa menyambut dengan baik perubahan atau memandang perubahan sebagai ancaman dari pada sebagai tantangan, dan selalu mengaitkan dengan penekanan dan penghindaran.²⁷ Oleh karena itu, individu semacam ini bersikukuh mempertahankan pola yang lama. Pola perilaku baru mungkin saja diperlukan demi efektivitas penanganan terhadap masalah, dipandang secara skeptis karena belum dialami sendiri efeknya. Smith, Jhonson dan Sorason menemukan, bahwa individu yang menemui *challenge* yang kuat menunjukkan sikap yang positif terhadap perubahan hidup.²⁸

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi *hardiness* terdiri dari aspek control yaitu kemampuan individu untuk terlibat dalam kegiatan di lingkungan sekitar, *commitment* yaitu kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya, dan *challenge* yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai suatu yang wajar dan menganggapnya sebagai sebuah tantangan yang menyenangkan.

c. Fungsi Hardiness.

²⁷ Fisca Febriyani Eka Puspasari." Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung". (Skripsi (tidak diterbitkan)Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. 2006)

²⁸ . Maddi, S.R., Kobasa, S.C., dan Khan,S."Hardiness and Health: A Prospective Study"(Journal of Personality and Social Psychology.Vol42, 168-177.1982)

Menurut Kobasa dan Maddi *hardiness* dalam diri seseorang individu sebagai ²⁹:

1) Membantu dalam proses adaptasi individu.

Hardiness yang tinggi akan sangat terbantu dalam melakukan proses adaptasi terhadap hal-hal yang baru, sehingga stres yang ditimbulkan tidak banyak. Sebuah penelitian membuktikan bahwa etnis Cina Kanada yang tinggal di Toronto memiliki ketabahan hati yang lebih tinggi, lebih mudah beradaptasi dan mengurangi efek kecemasan serta tetap memiliki harga diri yang tinggi ketika mengalami diskriminasi. Penelitian lain memiliki hasil yang senada, menunjukkan bahwa ketabahan hati dapat membantu penyesuaian diri remaja pria yang melakukan wajib militer.

2) Toleransi terhadap frustrasi.

Sebuah penelitian terhadap dua kelompok mahasiswa, yaitu kelompok yang memiliki ketabahan hati tinggi dan yang rendah, menunjukkan bahwa mereka yang memiliki ketabahan hati yang tinggi menunjukkan tingkat frustrasi yang lebih baik rendah dibanding mereka yang ketabahan hatinya rendah.

Senada dengan hasil penelitian itu, penelitian lain menyimpulkan bahwa ketabahan hati dapat membantu mahasiswa untuk tidak berfikir akan melakukan bunuh diri ketika sedang stres dan putus asa.

3) Mengurangi akibat buruk dari stres.

Kobasa yang banyak meneliti tentang *Hardiness* menyebutkan bahwa, ketabahan hati sangat efektif berperan ketika terjadi periode stres dalam

²⁹ Salvatore R Maddi." The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice" (Consulting Psychologist: Practice and Research, Vol. 54, No.3,175-185.2002)

kehidupan seseorang. Demikian pula pernyataan beberapa tokoh lain. Hal ini dapat terjadi karena mereka tidak terlalu menganggap stres sebagai suatu ancaman.

4) Mengurangi kemungkinan terjadinya *burnout*.

Burnout yaitu situasi kehilangan *control* pribadi karena terlalu besarnya tekanan pekerjaan terhadap diri, sangat rentan dialami oleh pekerja-pekerja *emergency* seperti perawat dsb, yang beban kerjanya tinggi. Individu yang memiliki beban kerja tinggi, ketabahan hati sangat dibutuhkan untuk mengurangi burnout yang sangat mungkin timbul. Sebuah penelitian memberikan hasil yang sesuai dengan pernyataan itu, yaitu perawat yang memiliki ketabahan hati yang tinggi, ternyata lebih sulit mengalami burnout dibanding dengan perawat yang memiliki ketabahan hati yang rendah.

5) Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil.

Coping adalah penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stres. Ketabahan hati membuat individu dapat melakukan *coping* yang cocok dengan masalah yang sedang dihadapi. Individu dengan ketabahan hati tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan stres sebagai hal positif, karena itu mereka dapat lebih jernih dalam menentukan coping yang sesuai.

Pernyataan dari Schultz & Schults tersebut didukung oleh sebuah penelitian terhadap perawat yang menunjukkan bahwa mereka yang

memiliki ketabahan hati tinggi lebih baik dalam memilih *coping* yang sesuai dengan masalah yang dihadapi.³⁰

6) Meningkatkan ketahanan diri terhadap stres.

Hardiness dapat menjaga individu untuk tetap sehat walaupun mengalami kejadian-kejadian yang penuh stres.³¹ Karena lebih tahan terhadap stres, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah jatuh sakit karena caranya menghadapi stres lebih baik dibanding individu yang ketabahan hatinya.³²

7) Membantu Individu untuk melatih kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

Kobasa & Pucetti menyatakan bahwa *Hardiness* dapat membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan, baik dalam keadaan stres ataupun tidak.³³

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *Hardiness* yang ada dalam diri seorang individu berfungsi membantu dalam proses adaptasi, individu lebih memiliki toleransi terhadap frustrasi, mengurangi akibat buruk dari stres, mengurangi adanya *burnout*, mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil, lebih sulit untuk jatuh sakit yang biasanya disebabkan oleh stres, membantu

³⁰ Schultz, D. Schultz E.S. "Theory of Personality" (California: Brooks/Cole Publishing Company.1995)

³¹ Smet, B. "Psikologi Kesehatan" (Jakarta: PT. Grasindo.1994)

³² Kristina M devene, Haris Cooper. "The Happy Personality: A Meta Analysis of 137 Personality traits and subjective Well-Being" (Psychological Bulletin , Vol 124, No 2 197-229.1998).

³³ Kobasa & Pucetti dalam Wahyu Rahrjo. "Kontribusi *Hardiness* dan *Self Efficacy* Terhadap Stress Kerja (Studi Pada Perawat RSUD DR. Soerrajdi Tirtonegoro Klaten)". (Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. 2005)

individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

d. Hardiness dalam Perspektif Islam.

Hardiness adalah suatu karakteristik kepribadian yang mempunyai daya tahan dalam menghadapi kejadian-kejadian yang menekan atau menegangkan (*stressful*) yang didalamnya terdapat aspek *control*, *commitment* dan *challenge*. Komponen pertama dari *hardiness* adalah kontrol, merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga. Islam selalu mengajarkan kepada kita untuk selalu mengendalikan diri atau mengendalikan hawa nafsu kita agar tetap dijalan yang benar dan tidak tersesat. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat An-Nisa Ayat 135:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا كُوْنُوْا قَوَّٰمِيْنَ بِالْقِسْطِ شُهَدَآءَ لِلّٰهِ وَلَوْ عَلٰى اَنْفُسِكُمْ اَوْ اَوْلَادِيْنَ وَالْاَقْرَبِيْنَ
اِنْ يَكُنْ غَنِيًّا اَوْ فَقِيْرًا فَاِنَّهٗ اَوْلٰى بِهٖمَا ۗ فَلَا تَتَّبِعُوْا اَهْوٰى اَنْ تَعْدِلُوْا ۗ وَاِنْ تَلُوْا اَوْ تُعْرَضُوْا
فَاِنَّ اللّٰهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرًا ﴿١٣٥﴾

“Wahai orang-orang yang beriman, jadilah kamu orang yang benar-benar penegak keadilan, menjadi saksi Karena Allah biarpun terhadap dirimu sendiri atau ibu bapak dan kaum kerabatmu. jika ia kaya ataupun miskin, Maka Allah lebih tahu kemaslahatannya. Maka janganlah kamu mengikuti hawa nafsu Karena ingin menyimpang dari kebenaran. dan jika kamu memutar balikkan (kata-kata) atau enggan menjadi saksi, Maka Sesungguhnya Allah adalah Maha mengetahui segala apa yang kamu kerjakan.”(Q.S An Nisa: 135)

Oleh karena itu kemampuan dalam mengendalikan diri atau hawa nafsu merupakan sesuatu yang mutlak harus dimiliki seseorang agar dapat menghindari diri dari perbuatan yang tercela dan mendapatkan kebahagiaan nantinya. Islam juga mengajarkan kepada orang-orang cara menghadapi

masalah yaitu dengan sabar dan shalat. Sebagaimana yang tercantum dalam surat Al Baqoroh ayat 153:

يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”
(Q.S Al Baqoroh)

Komponen kedua dari *hardiness* adalah komitmen, merupakan kecenderungan individu untuk melibatkan diri dalam berbagai aktivitas dalam kehidupannya. Manusia sebagai makhluk sosial sangat membutuhkan untuk berkumpul atau bersama dengan manusia yang lain dan saling membutuhkan antara manusia satu dengan manusia yang lainnya. Islam sebagai agama yang mengetahui kebutuhan yang dasar manusia, menganjurkan untuk saling berkumpul dan saling mengenal antara manusia satu dengan manusia yang lainnya.

Sebagaimana yang tertuang dalam surat Al-Mursalat ayat 25 dan surat Asy-Syuara' ayat 39:

أَلَمْ نَجْعَلِ الْأَرْضَ كِفَاتًا ﴿٢٥﴾

“Bukankah kami menjadikan bumi (tempat) berkumpul”.
(Q.S Al-Mursalat ayat 25)

وَقِيلَ لِلنَّاسِ هَلْ أَنْتُمْ مُجْتَمِعُونَ ﴿٣٩﴾

“dan dikatakan kepada orang banyak: "Berkumpullah kamu sekalian”.
(Q.S Asy-Syuara' ayat 39)

Komponen ketiga dari *hardiness* adalah tantangan, yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidup sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasinya sebagai stimulus yang sangat berguna bagi

perkembangan dan memandang hidup sebagai tantangan. Pribadi pantang menyerah (tangguh) adalah tidak lain sebutan bagi pribadi yang tidak merasa lemah terhadap sesuatu yang terjadi atau menimpanya. Pribadinya menganggap sesuatu yang terjadi itu dari segi positif. Ia yakin betul bahwa Allah tidak akan meninggalkannya dalam kondisi apa-pun.

Pribadi pantang menyerah dan tangguh ini, tidak lain adalah pribadi yang memiliki kemampuan untuk bersyukur apabila ia mendapat sesuatu yang berkaitan dengan kebahagiaan, kesuksesan, mendapat rezeki dll. Sebaliknya, jika ia mendapati sesuatu yang tidak diharapkannya, maka ia memiliki ketahanan untuk selalu bersikap sabar. Dan pribadi seperti ini memosisikan setiap kejadian yang menimpanya adalah atas ijin dan kehendak Tuhan Yang Maha Esa. Ia selalu berusaha untuk bangkit dengan cara mengambil pelajaran dari setiap kejadian tersebut dan mempasrahkan hasilnya kepada Allah.

Yang dimaksud pasrah adalah tawakal, dimana pengertiannya tidak dilihat secara fisik. Tetapi dipandang sebagai hal atau sifat positif dalam jiwanya yang tangguh dan kuat. Islam menyeru kepada manusia untuk tawakkal, sebagaimana termaktub dalam surat As-Syuara' ayat 217:

وَتَوَكَّلْ عَلَى الْعَزِيزِ الرَّحِيمِ ﴿٢١٧﴾

“Dan bertawakkallah kepada (Allah) yang Maha Perkasa lagi Maha Penyayang”. (Q.S As-Syuara' ayat 217)

Manusia diperintahkan untuk bertawakal kepada Allah SWT, karena tawakal akan membawakan kebahagiaan kepada orang tersebut. Yang tertulis dalam surat An-Naml 79:

فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّكَ عَلَى الْحَقِّ الْمُبِينِ ﴿٧٩﴾

“Sebab itu bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya kamu berada di atas kebenaran yang nyata”. (Q.S An-Naml 79)

2. Ketakutan akan Sukses (*Fear of Succes*)

a. Pengertian.

Istilah ketakutan meraih sukses (*Fear of Succes*) pertama kali dikenalkan oleh Horner pada tahun 1968. Studi Horner dilaksanakan untuk mencari penjelasan lebih lanjut mengenai hasil-hasil penelitian-penelitian teori motivasi berprestasi yang menunjukkan adanya perbedaan hasil kerja antara pria dan wanita, walaupun sesungguhnya tidak ada perbedaan kemampuan antara keduanya. Konsep ketakutan meraih sukses (*Fear of Succes*) ini kemudian diajukan untuk menjelaskan penyebab terjadinya tersebut.

Fear of Success adalah saat seseorang mendapat gangguan berupa rasa takut akan kemampuannya untuk menyelesaikan atau berusaha untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang menantang.

Horner mengatakan bahwa khususnya pada wanita terdapat motivasi untuk menghindari sukses, yang disebut *motif to avoid success*.³⁴ Motif ini menyebutkan wanita terlambat untuk menampilkan potensinya secara maksimal. Motif ini sendiri diterangkan oleh Horner sebagai ‘.A latent, stable personality disposition acquired early in life in conjunction with standarts of sex-role identity’.

Dari penjelasan tersebut terlihat bahwa motif ini merupakan bagian kepribadian yang sudah menetap, dan terbentuk sejak awal kehidupan individu, bersama dengan terbentuknya identitas peran jenis kelamin. Motif

³⁴ Horner, M. “ an Understanding of Acheivment-Related Conflict in Women” (Journal Of Social Issues. Vol 28, 157-175. 1972)

ini timbul akibat adanya ketakutan pada wanita akan konsekuensi negatif yang akan diterimanya dari masyarakat, akibat ia telah meraih suatu kesuksesan.

Ketakutan untuk meraih kesuksesan ini dikenal sebagai ketakutan meraih kesuksesan (*Fear of Succes*), yang oleh Frieze didefinisikan sebagai ‘*a set realistic expectancies about negative consequences of deviancy from a set norms*’.³⁵ Sedangkan menurut Kruger mendefinisikan ‘*fear of success is experienced by people who worry about antagonizing others as a result of succeding*’.³⁶

Dari definisi tersebut dapat dikatakan bahwa ketakutan meraih kesuksesan (*Fear of Succes*) adalah suatu kekhawatiran atau ketakutan individu, akan kemungkinan adanya kemungkinan konsekuensi negatif akibat kesuksesan yang diraihinya. Penyebab yang mendasar pada diri wanita sehingga muncul *fear of success* adalah karena adanya *Irrational beliefs*. Ada dua faktor yang menjadi penyebab munculnya *fear of success* yaitu; dalam diri wanita itu sendiri dan keadaan di luar dirinya (lingkungan).

Adapun konsekuensi negatif itu adalah hilangnya sifat kewanitaan (*loss of femininity*), kehilangan penghargaan (*loss of social self esteem*), dan penolakan social (*loss of social rejction*).³⁷

1) Ketakutan akan kehilangan sifat kewanitaan (*Loss of femininity*)

Ketika wanita berusaha untuk memenuhi standar perilaku prestasinya maka wanita tersebut akan berusaha dengan agresif dalam situasi

³⁵ Frieze, I.H, J.E. Pearsen, P.B, Johnson, D.N. Ruble & B.L Zelma. "Women and Sex Roles : a Social Psychological Prespektive" (Toronto : W.W. Norton & Company. Inc. 1978)

³⁶ Krueger, David W. "Success The Fear of Success in Woman A Devolpmental and Psychodynamic Perspectiv" (The Free Press.New York. 1984)

³⁷ Horner, M. " an Understanding of Acheivment-Related Conflict in Women" (Journal Of Social Issues. Vol 28, 157-175. 1972)

berkompetisi. Sedangkan Dowling. menyatakan bahwa masyarakat menganggap perempuan yang berhasil adalah wanita yang mampu membesarkan membimbing, dan mendidik anak-anaknya sehingga berhasil dalam pendidikan serta mendorong suami mencapai kesuksesan dalam pekerjaannya. Pada akhirnya semua hal itu akan menyebabkan timbulnya perasaan cemas akan hilangnya sifat kewanitaannya atau feminitas.³⁸ Dalam hal ini, kehilangan sifat kewanitaan diartikan dalam bentuk kurang dapatnya seorang wanita tampil sebagai seorang wanita yang menunjukkan sifat feminim, kekurangmampuan untuk menjadi istri dan ibu yang baik dan kurang mampu menjalankan peran sebagai wanita dalam rumah tangga.

2) Ketakutan akan kehilangan penghargaan sosial (*loss of social self esteem*)

Kehilangan harga diri sosial, dimana wanita merasa takut bahwa keberhasilan yang diraihny menyebabkan kurangnya penghargaan Hilangnya penghargaan sosial dimana wanita merasa takut bahwa keberhasilan yang diraihny menyebabkan hilangnya atau kurangnya penghargaan dari lingkungan terhadap dirinya sebagai perempuan. yang sukses, karena wanita kurang mampu menampilkan sifat yang feminim.

3) Ketakutan akan penolakan sosial (*loss of social rejection*)

Ketakutan akan penolakan sosial ketika wanita harus berkompetisi dengan pria dalam dunia kerja. Dikarenakan adanya pandangan negatif dari masyarakat bahwa wanita-wanita yang sukses sering dinilai bertingkah dan berpikir seperti laki-laki, menentang kodratnya sebagai

³⁸ Matlin, M. *Psychology of Women*. (Florida: Holt, Rinehart & Winston Inc. 1987)

seorang wanita dan pandangan negatif lainnya yang pada dasarnya menilai wanita tersebut telah kehilangan sifat kewanitaannya.

Hal ini membuat masyarakat menolak secara sosial wanita yang seperti itu. Bentuk penolakan sosial ini adalah kurang atau tidak diikutsertakannya wanita sukses dalam kegiatan kelompok, kurang disenangi oleh teman-temannya baik pria maupun wanita, yang berarti wanita tersebut ditolak oleh lingkungannya.³⁹ Penolakan ini akan semakin kuat jika wanita tersebut bertingkah kompetitif secara terbuka dan menolak peran tradisionalnya.⁴⁰

Middlebrok juga membahas tentang adanya perbedaan antara pria dan wanita.⁴¹ Ia mengatakan ada lima kondisi dasar yang menyebabkan terjadinya perbedaan tersebut. Kelima kondisi tersebut adalah ;

1. Wanita memiliki kebutuhan berprestasi rendah.
2. Wanita memiliki (*expectancy*) yang rendah terhadap hasil kerja yang akan dicapai.
3. Jika berhasil, ia akan segan menilai sebagai sebuah keberhasilan.
4. Wanita takut jika gagal (*fear of failure*)
5. Wanita takut jika berhasil (*fear of success*)

Sejak kecil seorang anak perempuan diharapkan dan dibentuk melalui pengasuhan sebagai individu yang tidak mengejar prestasi

³⁹ Shaw, M.E & P.K. Costanzo. "Theories of social psychology 2nd. Ed"(Auckland : Mc Graw – Hill International book Company.2001)

⁴⁰ Shaffer & Wagley dalam Unger. " Women and Gender: A Feminist Psychology." (New York: McGrawHill. 2004)

⁴¹ Middlebrok, R.N."Social Psychology and Modern 2 nd"(Ed. New York : Alfred, A, Knoff.1980)

(*nonachiever*).⁴² Keadaan ini terus berlanjut hingga mereka dewasa, dan menghambat mereka dalam usaha meraih sesuatu. Adanya pandangan dari wanita yang menilai suatu keberhasilan sebagai akibat adanya faktor-faktor luar yang mendukung, dan bukan karena kemampuannya.

Model motivasi berprestasi yang dilakukan oleh Atkinson dan McClelland, menerangkan bahwa seorang individu memiliki dua buah motivasi yang berhubungan yang berhubungan dengan berprestasi.⁴³ Kedua motivasi tersebut adalah motif untuk meraih (*motive to achieve success*) dan menghindari kegagalan (*motive to avoid failure*). Masing-masing motivasi tersebut akan menimbulkan konsekuensi tersendiri dalam segi efektif. Motif untuk meraih sukses menimbulkan konsekuensi terdiri dalam segi efektif yang positif seperti kebanggaan, dan kepuasan, sementara motif menghindari kegagalan akan menimbulkan efektif yang negatif seperti perasaan malu, dan malu.

Keadaan kedua motivasi ini tergantung dari variabel harapan (*expectancy*) dan nilai (*value*) pada masing-masing situasi. Yang dimaksud dengan harapan adalah persepsi individu tentang kemungkinan subjektif untuk meraih sukses. Sedangkan variabel nilai dimaksudkan sebagai seberapa besar arti dari suatu kesuksesan terhadap individu.⁴⁴

Horner membedakan pria dan wanita adalah dalam hal pandangan terhadap keberhasilan. Pada pria, kesuksesan dilihat sebagai suatu hal yang terjadi akibat faktor-faktor internal yang ada dalam dirinya; seperti

⁴² Frieze, I.H, J.E. Pearsen, P.B, Johnson, D.N. Ruble & B.L Zelma. "Women and Sex Roles : A Social Psychological Prespektive" (Toronto : W.W. Norton & Company. Inc. 1978)

⁴³ ibid

⁴⁴ Shaw, M.E & P.K. Costanzo. "Theories of Social Psychology 2nd. Ea" (Auckland : Mc Graw – Hill International book Company. 2001)

kemampuan yang dimilikinya dan usahanya yang keras dalam bekerja. Sedangkan pada wanita kesuksesan lebih sering dilihat sebagai akibat faktor-faktor eksternal, seperti adanya nasib baik, dan adanya soal-soal ujian yang mudah. Di samping itu, pria juga menilai kesuksesan sebagai hal yang positif, sedangkan wanita masih belum dapat menentukan secara pasti dalam menilai kesuksesan apakah sebagai hal yang positif atau negatif.

b. Proses terbentuknya Ketakutan akan Sukses (*Fear of success*).

Dari beberapa penelitian yang dilakukan, Horner sebagai tokoh pencetus ketakutan meraih kesuksesan (*Fear of success*), melihat ketakutan meraih kesuksesan (*Fear of success*) sebagai akibat dari proses sosialisasi yang khusus pada wanita. Melalui proses ini seorang anak belajar tentang batasan kesuksesan bagi seorang wanita, yang dilihat berdasarkan *stereotype* peran jenis kelamin yang ada di masyarakat.⁴⁵

Budaya yang berkembang dalam masyarakat, umumnya menilai prestasi atau kesuksesan sebagai suatu ciri maskulin. Penilaian ini berdasarkan pemikiran bahwa dengan suksesnya individu, berarti ia telah mengalahkan orang lain. Dengan demikian secara tidak langsung ia telah menampilkan sikap yang kompetitif dan agresif, yang oleh masyarakat digolongkan sebagai sikap maskulin. Bagi seorang wanita yang diharapkan menampilkan sifat-sifat feminim, akan dianggap masyarakat tidak sesuai dengan fitrahnya karena telah menampilkan sifat-sifat maskulin.

Dengan adanya pandangan tersebut, Horner melihat ketakutan meraih sukses (*Fear of Success*) sebagai keadaan yang timbul akibat adanya

⁴⁵ ibid

ketakutan individu, khususnya wanita yang akan menerima konsekuensi negatif dari masyarakat, sebagai akibat dari kesuksesan yang diraihinya. Ia akan dianggap menyimpang dari norma peran jenis kelamin yang ada, yang tidak mengharapkan wanita menampilkan sifat maskulin. Dengan demikian, bagi seorang wanita kesuksesan yang diraih tidak selalu membawa kesuksesan sosial. Hal ini terjadi akibat adanya pandangan masyarakat yang berdasarkan pada *stereotype* peran jenis kelamin yang mengharapkan setiap individu untuk dapat berperan sesuai dengan jenis kelaminnya.

Ketakutan mearaih kesuksesan (*Fear of success*) muncul karena mudahnya wanita terpengaruh oleh pandangan dan penilaian lingkungan terhadap dirinya.⁴⁶ Wanita lebih banyak dipengaruhi oleh faktor eksternal yang mengutamakan penerimaan sosial dan apa yang dilakukannya, sehingga sedapat mungkin untuk bertindak dan bersikap sesuai dengan harapan masyarakat. Sjahputra menjelaskan, bahwa hubungan gejala ketakutan dengan situasi kompetitif, antara lain:

1. Situasi prestasi merupakan situasi yang kompetitif
2. Kompetitif merupakan suatu bentuk tingkah laku agresif
3. Tingkah laku agresif pada masyarakat diberi sanksi sebagai sesuatu yang tidak feminim.

Oleh karena itu wanita yang sukses dalam situasi prestasi diluar rumah terutama dalam persaingannya dengan pria, sering merasa tidak feminim. Keadaan itu menyebabkan timbulnya konflik dan kecemasan wanita yang diperlihatkan dalam tingkah lakunya yang menghindari kesuksesan.

⁴⁶ Krueger, David W. "*Success The Fear of Success in Woman A Devolopmental and Psychodynamic Perspectiv*" (The Free Press.New York. 1984)

Ketakutan meraih kesuksesan (*Fear of success*) lebih merupakan karakteristik wanita daripada pria namun, tidak selalu berada pada wanita. Mengenai munculnya ketakutan meraih sukses (*Fear of success*) disebabkan oleh beberapa faktor:

a) Faktor individu.

Horner mengatakan bahwa ketakutan meraih kesuksesan (*Fear of success*) lebih banyak terdapat pada wanita yang memiliki orientasi dan aspirasi tinggi serta kemampuan yang baik.⁴⁷ Pada wanita yang beraspirasi rendah dan kurang mampu, sukses bukanlah hal yang mudah diraih dan bukan tujuannya. Sebaliknya pada individu yang berprestasi tinggi, sukses merupakan hal yang mungkin untuk diperoleh dan menjadi tujuan dari mereka. Mereka lebih merasakan konflik yang muncul antara keinginan dan kesempatan sukses dalam karir dengan tuntutan serta harapan dari masyarakat pada mereka sebagai wanita. Akibatnya wanita menyesuaikan diri dengan kebutuhan peran jenis kelaminnya dengan cara memilih pekerjaan yang feminim dan tetap berada pada posisi rendah dalam pekerjaannya.

b) Faktor lingkungan

1) Faktor situasi.

Horner mengatakan bahwa ketakutan meraih sukses (*Fear of success*) muncul jika wanita dihadapkan pada situasi kompetitif, dimana kemampuannya dinilai berdasarkan standar tertentu dan dibandingkan

⁴⁷ Horner, M. "an Understanding of Achievement-Related Conflict in Women" (Journal Of Social Issues. Vol 28, 157-175. 1972)

dengan individu yang lainnya.⁴⁸ Ketakutan meraih sukses (*Fear of success*) akan semakin tampak jika wanita harus berkompetisi atau jika dibandingkan dengan pria. Frieze melihat bahwa wanita cenderung kurang percaya diri dalam menghadapi situasi kompetitif, dimana wanita selalu merasa dirinya kurang mampu jika dibandingkan dengan pria.⁴⁹ Perasaan bahwa mereka berhasil mengungguli pria akan memunculkan konsekuensi negatif yang menyertai keunggulan tersebut.

Hurlock mengatakan, bahwa wanita tradisional memandang kemampuan dirinya lebih rendah dibanding dengan pria. Sehingga perbandingan kemampuan dengan pria akan menimbulkan kecemasan pada dirinya, karena jika ternyata dia dinilai memiliki kemampuan yang lebih baik daripada pria berarti ia telah menyimpang dari peran jenis kelaminnya.

2) Sikap pasangan

Sikap pasangan yang negatif pada wanita karir yang memiliki prestasi, memperbesar kecenderungan munculnya ketakutan meraih sukses (*Fear of success*) pada dirinya, terlebih jika mereka harus bersaing bersama. Ada tidaknya pasangan tetap berpengaruh pada munculnya ketakutan meraih sukses (*Fear of success*). Belum adanya pasangan tetap pada mereka akan menyebabkan penilaian negatif dari lingkungan, karena penilaian negatif selalu diikuti oleh penolakan sosial yang akan membuatnya sulit mencari pasangan. Adanya pasangan tetap

⁴⁸ Horner, M. "an Understanding of Achievement-Related Conflict in Women" (Journal of Social Issues. 28 (2) 157-175. 1972)

⁴⁹ Frieze, I.H, J.E. Pearsen, P.B, Johnson, D.N. Ruble & B.L Zelma."Women and Sex Roles : a Social Psychological Prespektive" (Toronto : W.W. Norton & Company. Inc. 1978)

memberikan rasa aman karena ia telah memenuhi tuntutan mendapatkan pasangan, sehingga penilaian negatif dari lingkungan tidak terlalu berpengaruh bagi dirinya kecuali penilaian negatif itu datang dari pasangannya.

3) Sikap lingkungan/masyarakat.

Pola lingkungan masyarakat, lebih mendukung pria untuk sukses. Pria diharapkan untuk sukses baik dibidang pekerjaan atau di bidang lain seperti pendidikan, ataupun politik. Kebanggaan sosial adalah suatu konsekuensi yang diterima oleh pria dari kesuksesannya. Perlakuan lingkungan masyarakat ini cenderung menyebabkan pria untuk melakukan sesuatu lebih baik, sehingga pada umumnya pria dianggap mempunyai motif prestasi (*achievement motive*) yang tinggi.

Pada wanita, sebaliknya, tidak diharapkan untuk sukses diluar rumah dan dibidang-bidang yang bersifat maskulin dan bila wanita memperoleh kesuksesan ia akan mendapat sanksi negatif dari masyarakat. Perlakuan dari masyarakat ini menyebabkan wanita cenderung untuk tidak melakukan hal sebaik-baiknya sesuai dengan kemampuannya karena tidak ingin menyalahi harapan lingkungan terhadapnya.⁵⁰

Pada sebagian besar wanita, kesuksesan mulai dipandang sebagai hal yang mengancam hubungan sosialnya dengan lingkungan, kesuksesan yang diraihinya seringkali diikuti dengan penilaian bahwa ia tidak sesuai dengan citranya sebagai wanita yang disertai dengan penolakan sosial dari lingkungannya.

⁵⁰ ibid

c. Bentuk-bentuk ketakutan akan sukses.

Kecenderungan untuk takut sukses adalah suatu ketakutan keadaan psikologis berupa penilaian diri yang dilakukan secara sadar terhadap tujuan objektif dan subjektif serta mempresepsikan kesuksesan sebagai suatu stimulus berbahaya yang sedang mendekat sehingga individu melakukan tindakan-tindakan antisipasi untuk menghindarinya dengan tidak merespon kesuksesan tersebut.

Horner mengungkapkan, beberapa bentuk ketakutan akan sukses, sebagai berikut:⁵¹

1) Ketakutan terhadap situasi-situasi sosial.

Individu yang mengalami ketakutan sosial menyadari bahwa tingkah laku dan ketakutannya adalah irrasional tetapi pengertian atau pengetahuan tentang hal ini tidak mengurangi tekanan yang dirasakan. Individu mencoba untuk menghindar situasi tersebut dan bermaksud menghilangkan kecemasan atau tingkah laku yang membuatnya gelisah tapi individu merasa keemasannya lebih hebat.

2) Ketakutan neurotis

Merupakan ketakutan apabila instink tidak dapat dikendalikan, ketakutan tersebut disebabkan sesuatu hal yang tidak jelas dan kurang beralasan misalnya gelisah, resah, kehilangan percaya diri.

3) Ketakutan moral

Ketakutan adalah ketakutan kata hati, orang yang hatinya tidak berkembang baik. Sehingga tidak merasa berdosa apabila melakukan atau

⁵¹ Seniati, L. (2003). *Wanita Indonesia Takut Sukses?*
<http://kompas.com/kompascetak/0310/20/swara/629095.htm>

bahkan berfikir untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral.

Menurut Mulyadi ketakutan akan kesuksesan dibedakan menjadi:⁵²

1) Ketakutan menyeluruh

Adanya respon terhadap kondisi stress atau konflik. Rangsangan berupa konflik, baik yang datang dari luar maupun dalam diri sendiri, itu akan menimbulkan respon dari system saraf yang mengatur pelepasan hormone tertentu. Akibat pelepasan hormone tertentu tersebut, maka muncul perangsangan pada oragan-oragan seperti lambung, jantung, pembuluh darah ataupun alat-alat gerak. Karena bentuk respon yang demikian, penderita biasanya tidak menyadari hal itu sebagai hubungan sebab akibat. Keluhan utama yang menonjol adalah ketakutan atau kekhawatiran yang berlebihan mengenai berbagai hal yang sebenarnya tidak beralasan. Kecemasan tersebut tidak hanya datang sesekali, tetapi hamper setiap waktu.

2) Ketakutan traumatik

Gejala yang mencolok pada serangan pertama biasanya adalah gejala-gejala fisik seperti berdebar-debar, sesak dan sebgainya, yang datang secara mendadak, sehingga penderita menjadi takut dan cemas. Serangan selanjutnya akan dimulai dengan cemas yang datang mendadak tanpa penyebab yang jelas.

Berdasar uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bentuk-bentuk ketakutan akan sukses antara lain: ketakutan terhadap situasi-situasi sosial,

⁵² Mulyadi, R. "Kendalikalkan Takut yang tidak Rasional" ([www. Sinar Harapan](http://www.SinarHarapan.com).2003,Akses, 13 Januari 2012)

ketakutan neurotis, ketakutan moral, ketakutan menyeluruh, dan ketakutan traumatik.

d. Ketakutan akan Sukses (*Fear of Success*) dalam Prespektif Islam.

“ Wanita adalah tiangnya negara, apabila baik wanitanya maka baiklah negaranya dan bila rusak wanitanya maka rusaklah negaranya”

Ungkapan diatas merupakan gambaran bahwa tugas seorang wanita begitulah berat dalam mengembangkan sebuah bangsa. Dalam islam tidak ada perbedaan antara laki-laki dengan wanita. Sebagai agama yang *rahmatan lil'alam*, islam telah mengangkat derajat kaum wanita dari penindasan dari ajaran-ajaran sebelumnya. Islam mengajarkan bahwa pria dan wanita itu sama yakni mempunyai hak dan kewajiban dan tidak ada yang lebih dimuliakan kecuali orang yang lebih bertakwa.

Islam menuntun manusia baik pria maupun wanita melaksanakan tugas kehidupannya sebagai khalifah dimuka bumi. Dalam pandangan tentang pria dan wanita al-Quran menerangkan bahwa keduanya dalam penciptaannya pada hakikatnya berasal dari satu jiwa dan sifat serta esensi yang sama pula. Dengan kata lain tidak ada yang lebih tinggi atau lebih rendah. Keduanya memang tidak diciptakan dalam bentuk yang sama persis, melainkan sebagai pasangan yang saling melengkapi manusia.

Pasangan ini memiliki kemampuan yang berbeda, laki-laki lebih kuat fisiknya sehingga dapat bekerja yang berat sedangkan wanita fisiknya lembut, memungkinkan baginya pekerjaan yang membutuhkan ketelatenan dalam kesabaran. Jiwa laki-laki lebih kasar sedangkan wanita lebih tenang dan lebih halus, yang membutuhkan pengayoman. Perbedaan ini selintas menunjukkan

masing-masing punya kelebihan dan kekurangan tetapi bila ditelaah lebih jauh, ini merupakan sinkronisasi alam yang harmonis bila dipadukan.

Begitu pula masalah pekerjaan, islam tidak ada larangan bagi laki-laki atau perempuan untuk bekerja, baik di dalam ataupun di luar rumah. Seperti tertuang pada surat al-Nahl, ayat 97

أَجْرَهُمْ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَطْيَبَ حَيَاةً فَلَنَحْيِيَنَّهُ مُؤْمِنٌ وَهُوَ أَتَىٰ أَوْ ذَكَرٍ مِّنْ صَالِحًا عَمِلَ مَن يَعْمَلُونَ كَانُوا مَا بِأَحْسَنٍ

“ Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan Sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan” (Q.S Al-Nahl:97)

Ayat diatas secara tegas menyebutkan bahwa untuk menciptakan kehidupan yang baik (hayatan thayyibah) dipersyaratkan peran aktif setiap orang beriman, lelaki dan perempuan (secara eksplisit disebutkan lelaki dan perempuan), tentu dengan melakukan aktifitas-aktifitas yang positif (amalan shalihan).

Di dalam surat al-Qashash, ayat-23-28, juga dikisahkan mengenai dua puteri Nabi Syu'aib as yang bekerja menggembala kambing di padang rumput, yang kemudian bertemu dengan Nabi Musa as. Surat al-Naml ayat 20-44, juga mengapresiasi kepemimpinan (karir politik) seorang perempuan yang bernama Balqis. Disamping ayat-ayat lain yang mengisyaratkan bahwa perempuan itu boleh bekerja menyusukan anak dan memintal benang.

Dalam praktek kehidupan zaman Nabi Saw, banyak riwayat menyebutkan, beberapa sahabat perempuan bekerja di dalam dan di luar rumah, baik untuk kepentingan sosial, maupun untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Sebutlah

misalnya, Asma bint Abu Bakr, isteri sahabat Zubair bin Awwam, bekerja bercocok tanam, yang terkadang melakukan perjalanan cukup jauh. Di dalam kitab hadits Shahih Muslim, disebutkan bahwa ketika Bibi Jabir bin Abdullah keluar rumah untuk bekerja memetik kurma, dia dihardik oleh seseorang untuk tidak keluar rumah. Kemudian dia melapor kepada Nabi Saw, yang dengan tegas mengatakan kepadanya: "Petiklah kurma itu, selama untuk kebaikan dan kemaslahatan".

Menurut Huzaimah T. Yanggo Islam tidak melarang wanita untuk bekerja diluar rumah seperti yang dikemukakannya dalam tulisannya berjudul konsep wanita menurut Qur'an, sunnah dan Fiqih:⁵³

"Islam tidak menghalangi kaum wanita untuk memasuki berbagai bidang profesi sesuai dengan keahliannya seperti menjadi guru/dosen, Dokter, Pengusaha, Menteri, Hakim dan lain-lain. Bahkan bila mampu dan sanggup boleh menjadi perdana menteri atau kepala negara asal dalam tugasnya tetap memperhatikan hukum-hukum atau aturan yang telah ditetapkan oleh Islam".

Begitu pula wanita menjadi seorang pemimpin dalam sebuah perusahaan, karena dalam hadist dinyatakan bahwa setiap orang itu adalah pemimpin:

لِكُلِّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ فَالْأُمِيرُ رَاعٍ عَلَى رَعِيَّتِهِ

"Setiap kamu semua adalah pemimpin dan semua akan diminta tanggung jawab terhadap kepemimpinannya".

Hadis ini menunjukkan bahwa setiap manusia itu berhak menjadi pemimpin terhadap orang yang lebih rendah daripada dirinya. Seorang yang memimpin haruslah lebih baik daripada orang yang dipimpinya.

⁵³ Yanggo, Huzaimah T, Konsep Wanita Menurut Qur'an, Sunnah dan Fiqih (dalam Wanita Islam Indonesia Dalam Kajian Tekstual dan Kontekstual, Editor Johan H Meuleman, INIS. Jakarta,1993)

Dengan demikian seorang wanita dapat saja menjadi pimpinan dalam suatu perusahaan, organisasi dan departemen atau yang sejenisnya yang penting dia punya kemampuan untuk menjadi pemimpin. Adakalanya wanita lebih dapat memahami dan mengambil keputusan yang lebih tepat daripada laki-laki. Tidak selamanya laki-laki lebih baik dalam pengambilan keputusan. Selama masyarakatnya membutuhkan dan dia mampu untuk itu maka boleh saja wanita menjadi pemimpin.

Dalam peradaban islam, perempuan diposisikan sebagai sosok yang dapat memberikan kontribusi besar dalam membangun sebuah peradaban, tanpa mengalami disorientasi peran dan dilema keilmuannya. Adapun kontribusi wanita dalam peradaban islam adalah;

a) ***Kontribusi pertama,***

Secara tidak langsung mereka sebagai ibu ataupun istri. Di balik diri seorang ulama atau ilmuwan besar, ada seorang ibu yang luar biasa dan atau seorang istri yang luar biasa. Andaikata Imam Syafii tidak memiliki ibu yang tangguh, barangkali si anak yatim ini akan tumbuh di jalanan, jadi pengemis atau pengamen, dan tidak menjadi seorang pembelajar yang memenuhi setiap rongga tubuhnya dengan ilmu, sekalipun mereka didera oleh kemiskinan. Demikian juga andaikata istri-istri Al-Bukhari, al-Biruni atau Ibnu Khaldun tidak sigap mengambil peran dan tanggung jawab rumah tangga, tentu para ulama atau ilmuwan besar itu akan cukup sering direpotkan oleh anak-anak mereka, apalagi ketika mereka sering harus mengembara menghadiri majelis-majelis ilmu.

b) ***Kontribusi kedua.***

Peran para wanita secara langsung, yaitu tatkala mereka sendiri adalah aktor peradaban. Tidak ada yang meragukan kontribusi istri-istri Nabi Muhammad SAW maupun para shahabiyah bagaimana para wanita agung itu demikian tekun dan cerdas dalam mengikuti pendidikan Rasulullah SAW hingga tak sedikit diantara mereka yang menjadi ahli hadits. Para shahabiyah juga dikenal sebagai sosok wanita yang berani memberikan kritik kepada para penguasa. Sejarah juga mencatat kisah-kisah para wanita hebat yang di antaranya sampai harus bepergian ribuan mil hanya untuk mendengarkan hadits dari para narator yang merangkai sanad sampai ke Nabi SAW. Mereka juga duduk dalam suatu majelis ilmu bersama dengan para ulama atau ilmuwan untuk berdiskusi, berargumentasi, menguji, atau bahkan membantah, sampai mereka mendapatkan apa yang diyakini memang berasal dari Rasulullah SAW.

Sementara itu, di bidang sains dan teknologi, meski diyakini ada juga banyak wanita muslimah yang terlibat, namun biografi mereka agak lebih sulit dikumpulkan. Hal ini agak berbeda dengan bidang ilmu hadits, di mana setiap mata rantai hadits harus dilengkapi dengan biografi yang rinci. Namun cukuplah untuk menyebut nama Maryam Ijliya al-Asturlabi, seorang wanita astronom yang dijuluki “al-Asturlabi” karena memiliki kontribusi luar biasa dalam pengembangan Astrolab (sebuah alat penting dalam navigasi astronomis).

Untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari manusia di butuhkan kerja keras, begitu pula dengan hal itu islam sangat mengajurkan bagi umatnya untuk melakukan pekerjaan sebaik mungkin untuk memenuhi kebutuhannya dan

melarang bagi umatnya untuk putus asa dan meminta-minta pada orang lain, sebagaimana dalam hadits Rasulullah:

“Dari Miqdan r.a. dari Nabi Muhammad Saw, bersabda: Tidaklah makan seseorang lebih baik dari hasil usahanya sendiri. Sesungguhnya Nabi Daud a.s., makan dari hasil usahanya sendiri.” (H.R. Bukhari)

“Dari Abu Hurairah r.a., dari Nabi Muhammad Saw: Sesungguhnya Nabi Daud a.s., tidak makan kecuali dari hasil usahanya sendiri.” (HR. Bukhari)

Dalam hadits-hadits yang disebutkan di atas, menunjukkan bahwa bekerja merupakan perbuatan yang sangat mulia dalam ajaran Islam. Rasulullah saw memberikan pelajaran menarik tentang pentingnya bekerja. Dalam Islam bekerja bukan sekadar memenuhi kebutuhan perut, tapi juga untuk memelihara harga diri dan martabat kemanusiaan yang seharusnya dijunjung tinggi. Karenanya, bekerja dalam Islam menempati posisi yang teramat mulia. Islam sangat menghargai orang yang bekerja dengan tangannya sendiri.

Dalam usahanya untuk memenuhi kebutuhan umat manusia sering kali mengalami sebuah cobaan, baik dalam hal kegagalan ataupun cobaan-cobaan yang lain. Dari masalah-masalah itu orang sering kali mengalami ketakutan untuk sukses sehingga mereka enggan untuk mencoba alternatif pekerjaan lain atau mengembangkan pekerjaan yang telah ia lakukan sehingga timbullah rasa ketakutan akan sukses.

Padahal dalam ayat Allah telah menjelaskan bahwa:

قَالُوا بَشَرْنَاكَ بِالْحَقِّ فَلَا تَكُن مِّنَ الْقٰنِطِيْنَ ﴿٥٥﴾ قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِن رَّحْمَةِ رَبِّهِۦٓ اِلَّا

الضَّالُّوْنَ ﴿٥٦﴾

“Mereka menjawab, 'Kami menyampaikan berita gembira kepadamu dengan benar, maka janganlah kamu termasuk orang-orang yang berputus asa.' Ibrahim berkata, 'Tidak ada orang yang berputus asa dari rahmat Rabb-Nya, kecuali orang-orang yang sesat'.” (Al-Hijr: 55-56).

Dipertegas lagi pada surat Yusuf ayat 87

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰذٰهَبُوْا فَتَحَسَّسُوْا مِنْ يُۤوسُفَ وَاٰخِيْهِ وَاَلَّا تَاِيْسُوْا مِنْ رَّوْحِ اللّٰهِ اِنَّهٗ لَا يٰۤاِيْسُ مِنْ رَّوْحِ
اللّٰهِ اِلَّا الْقَوْمُ الْكٰفِرُوْنَ ﴿٨٧﴾

“Hai anak-anakku, pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”(Yusuf: 87).

Begitu besar rahmat Allah SWT yang diberikan kepada hambanya, begitu pula Allah akan selalu memberikan bantuan pada hambanya yang selalu berusaha. Allah akan mengabulkan semua doa dan permintaan hambanya selama hanba Allah mau berusaha dengan baik.

B. Hubungan antara *Hardiness* dan Ketakutan akan Kesuksesan (*Fear of Success*).

Sejalan dengan perkembangan teknologi serta globalisasi terjadi perubahan tuntutan peran pada wanita, dimana wanita mulai masuk kedalam peran sosial. Kaum hawa melakukan sosialisasi dengan cara keluar rumah, mengaktualisasikan diri, serta mereka mulai terjun ke dalam berbagai aktivitas ataupun berbagai macam bentuk kegiatan. Bahkan, ada yang terjun ke dalam dunia kerja untuk mengembangkan pendidikannya serta potensi yang dimilikinya. Pada saat ini, tidak jarang di antara mereka yang mulai mencapai posisi penting atau posisi tinggi di dalam pekerjaan mereka.

Nelson dkk. menyatakan, bahwa banyak wanita yang mengalami depresi ketika masuk pada dunia kerja, karena selain dituntut untuk bekerja seperti laki-laki, mereka juga dihadapkan pada tekanan-tekanan (*unique pressure*) yang berasal dari peran jenis kelamin (*conflicting expectations*).⁵⁴ Hal tersebut

⁵⁴ anita sharma, C. P. *Perceived Sex Role and Fear of Succes in Depression of Working Women*. (Indiana journal Vol 35, no 2, 251-256.2009).

dikarenakan, wanita yang bekerja di sektor publik memiliki peran yang beragam (*multiple role*), yaitu mencari nafkah dan mengurus rumah tangga, sehingga memberi beban yang lebih besar dari pada laki-laki.

Banyaknya tuntutan peran yang dibebankan pada wanita, ketika mereka bekerja dapat berujung pada stres. Stres yang dimaksud adalah stres yang menyebabkan ketegangan atau penderitaan psikis sehingga menimbulkan kecemasan atau ketakutan. Ketegangan pada wanita bekerja ini dikarenakan faktor individu dan faktor lingkungan. Faktor individu itu muncul, ketika wanita memiliki keinginan untuk berprestasi dibidangnya. Ketika itu juga, akan muncul kecemasan, perasaan bersalah, merasa terlalu mementingkan diri sendiri dan merasa tidak feminim lagi. Hambatan tersebut oleh Horner disebut sebagai *motive to avoid success*, yang kemudian diistilahkan dengan *fear of success* atau takut akan kesuksesan.⁵⁵

Situasi kompetitif, dimana wanita dibandingkan dengan individu lainnya. Sikap pasangan atau lingkungan yang negatif terhadap wanita bekerja merupakan faktor lingkungan yang memunculkan ketakutan meraih kesuksesan (*fear of success*). ketakutan meraih kesuksesan (*fear of success*) dapat diartikan suatu kekhawatiran atau ketakutan individu, akan kemungkinan konsekuensi negatif dari masyarakat, akibat kesuksesan yang diraihinya. Adapun konsekuensi negatif itu adalah hilangnya sifat kewanitaan (*loss of feminity*), kehilangan penghargaan (*loss of social self esteem*), dan penolakan sosial (*loss of social rejection*).

⁵⁵ Horner, M.S. "Toward an understanding of Achievement-Related Conflicts in Women" (Journal of Social Issue, Vol 28, 157-175. 1972).

Stres yang berpangkal dari ketakutan-ketakutan tersebut dapat menimbulkan hal yang negatif ataupun hal yang positif. Hal tersebut bergantung pada sumber penangkal stres yang meliputi hardiness, dukungan sosial, praktek kesehatan dan disposisi kepribadian.⁵⁶ Bolger & Zuckerman menyatakan, bahwa kepribadian mungkin memainkan peran yang penting dalam proses terjadinya stres dengan mempengaruhi persepsi individu terhadap stresor, reaksinya terhadap stressor tersebut maupun mempengaruhi kedua proses itu.⁵⁷

Pendapat Sheridan dan Radmacher, para filosof dan ahli ilmu sosial telah mengamati bahwa banyak orang yang mampu melakukan penyesuaian yang lebih baik terhadap kehidupan karena adanya karakter-karakter kepribadian tertentu.⁵⁸ Ada beberapa variabel kepribadian yang dapat berpengaruh terhadap stres. Salah satunya adalah *hardiness*. *Hardiness* dianggap sebagai salah satu variabel kepribadian yang dapat membedakan kerentanan individu terhadap stres.

Kobasa dkk menyatakan, *hardiness* adalah karakteristik kepribadian yang mempunyai fungsi sebagai sumber perlawanan pada saat individu menemui kejadian yang menimbulkan stres. Orang yang memiliki *hardiness* personality mempunyai keinginan hidup dan komitmen terhadap pekerjaan yang tinggi, pengendalian perasaan yang besar dan lebih terbuka terhadap perubahan juga terhadap tantangan hidup. Mereka cenderung

⁵⁶ Maddi, S.R., Kobasa, S.C., dan Khan, S. "Hardiness and Health: A Prospective Study" (Journal of Personality and Social Psychology. Vol42, 168-177.1982)

⁵⁷ Cooper, C.L. et al. "Organizational Stress" (United States of America : Sage Publications.2001)

⁵⁸ Syuri Pernama. "Hubungan kepribadian *hardiness* Dengan pola asuh *permissive* Ibu *single parent*". (Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008)

menginterpretasikan stres dan pengalaman pahit sebagai aspek yang normal, merupakan bagian dari kehidupan yang keseluruhannya menarik dan bermanfaat.

C. Hipotesis.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ada hubungan yang signifikan negative antara *hardiness* dengan ketakutan akan sukses pada pegawai wanita di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Lawang.

