

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. ADVERSITY QUOTIENT

##### 1. Pengertian *Adversity Quotient*

Istilah *adversity quotient* diambil dari konsep yang dikembangkan oleh Paul G. Stoltz, Ph.D, presiden PEAK Learning, Inc. seorang konsultan di dunia kerja dan pendidikan berbasis skill (Stoltz, 2000). Konsep kecerdasan (IQ dan EQ) yang telah ada saat ini dianggap belum cukup untuk menjadi modal seseorang menuju kesuksesan, oleh karena itu Stolz kemudian mengembangkan sebuah konsep mengenai kecerdasan *adversity*.

*Adversity* dalam kamus bahasa Inggris berarti kesengsaraan dan kemalangan, sedangkan *quotient* diartikan sebagai kemampuan atau kecerdasan. Sedangkan menurut Stoltz, *adversity quotient* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk diselesaikan (Stoltz, 2000).

Menurutnya konsep ini bisa terwujud dalam tiga bentuk yaitu: 1) sebagai kerangka konseptual baru untuk memahami dan meningkatkan semua aspek keberhasilan; 2) sebagai ukuran bagaimana seseorang merespon kemalangan; dan 3) sebagai perangkat alat untuk memperbaiki respon seseorang terhadap kemalangan. Dengan kata lain *adversity quotient*

merupakan suatu kemampuan untuk dapat bertahan dalam menghadapi segala masalah ataupun kesulitan hidup.

## 2. Aspek-aspek *Adversity Quotient*

*Adversity quotient* sebagai suatu kemampuan terdiri dari empat dimensi yang disingkat dengan sebutan CO2RE yaitu dimensi *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance* (Stoltz, 2000). Berikut ini merupakan penjelasan dari keempat dimensi tersebut:

### a. *Control* (pengendalian)

Kendali yaitu sejauh mana seseorang mampu mempengaruhi dan mengendalikan respon individu secara positif terhadap situasi apapun. Kendali yang sebenarnya dalam suatu situasi hampir tidak mungkin diukur, kendali yang dirasakan jauh lebih penting. Dimensi control ini merupakan salah satu yang paling penting karena berhubungan langsung dengan pemberdayaan serta mempengaruhi semua dimensi CO2RE lainnya.

### b. *Origin-Ownership* (asal-usul dan pengakuan)

Yaitu sejauh mana seseorang menanggung akibat dari suatu situasi tanpa mempermasalahkannya penyebabnya. Dimensi asal-usul sangat berkaitan dengan perasaan bersalah yang dapat membantu seseorang belajar menjadi lebih baik serta penyesalan sebagai motivator. Rasa bersalah dengan kadar yang tepat dapat menciptakan pembelajaran yang kritis dan dibutuhkan untuk perbaikan terus-menerus. Sedangkan dimensi pengakuan lebih menitik beratkan kepada “tanggung jawab” yang harus dipikul sebagai

akibat dari kesulitan. Tanggungjawab di sini merupakan suatu pengakuan akibat-akibat dari suatu perbuatan, apapun penyebabnya.

c. *Reach* (jangkauan)

Yaitu sejauh mana seseorang membiarkan kesulitan menjangkau bidang lain dalam pekerjaan dan kehidupannya. Seseorang dengan AQ tinggi memiliki batasan jangkauan masalahnya pada peristiwa yang dihadapi. Biasanya orang tipe ini merespon kesulitan sebagai sesuatu yang spesifik dan terbatas.

d. *Endurance* (daya tahan)

Yaitu seberapa lama seseorang mempersepsikan kesulitan ini akan berlangsung. Individu dengan AQ tinggi biasanya memandang kesuksesan sebagai sesuatu yang berlangsung lama, sedangkan kesulitan-kesulitan dan penyebabnya sebagai sesuatu yang bersifat sementara.

### 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Adversity Quotient*

Paul G. Stoltz dalam bukunya menggambarkan potensi dan daya tahan individu dalam sebuah pohon yang disebut pohon kesuksesan. Aspek-aspek yang adadalam pohon kesuksesan tersebut yang dianggap mempengaruhi *adversity quotient* seseorang, diantaranya (Stoltz, 2000):

a. Faktor Internal

1) Genetika

Warisan genetik tidak akan menentukan nasib seseorang tetapi pasti ada pengaruh dari faktor ini. Beberapa riset-riset terbaru menyatakan bahwa

genetika sangat mungkin mendasari perilaku. Yang paling terkenal adalah kajian tentang ratusan anak kembar identik yang tinggal terpisah sejak lahir dan dibesarkan di lingkungan yang berbeda. Saat mereka dewasa, ternyata ditemukan kemiripan-kemiripan dalam perilaku.

#### 2) Keyakinan

Keyakinan mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu masalah serta membantu seseorang dalam mencapai tujuan hidup.

#### 3) Bakat

Kemampuan dan kecerdasan seseorang dalam menghadapi suatu kondisi yang tidak menguntungkan bagi dirinya salah satunya dipengaruhi oleh bakat. Bakat adalah gabungan pengetahuan, kompetensi, pengalaman, dan keterampilan.

#### 4) Hasrat atau kemauan

Untuk mencapai kesuksesan dalam hidup diperlukan tenaga pendorong yang berupa keinginan atau disebut hasrat. Hasrat menggambarkan motivasi, antusias, gairah, dorongan, ambisi, dan semangat.

#### 5) Karakter

Seseorang yang berkarakter baik, semangat, tangguh, dan cerdas akan memiliki kemampuan untuk mencapai sukses. Karakter merupakan bagian yang penting bagi kita untuk meraih kesuksesan dan hidup berdampingan secara damai.

#### 6) Kinerja

Merupakan bagian yang mudah dilihat orang lain sehingga seringkali hal ini sering dievaluasi dan dinilai. Salah satu keberhasilan seseorang dalam menghadapi masalah dan meraih tujuan hidup dapat diukur lewat kinerja.

#### 7) Kecerdasan

Bentuk-bentuk kecerdasan kini dipilah menjadi beberapa bidang yang sering disebut sebagai *multiple intelligence*. Bidang kecerdasan yang dominan biasanya mempengaruhi karier, pekerjaan, pelajaran, dan hobi.

#### 8) Kesehatan

Kesehatan emosi dan fisik dapat memengaruhi seseorang dalam menggapai kesuksesan. Seseorang yang dalam keadaan sakit akan mengalihkan perhatiannya dari masalah yang dihadapi. Kondisi fisik dan psikis yang prima akan mendukung seseorang dalam menyelesaikan masalah.

### b. Faktor Eksternal

#### 1) Pendidikan

Pendidikan dapat membentuk kecerdasan, pembentukan kebiasaan yang sehat, perkembangan watak, keterampilan, hasrat, dan kinerja yang dihasilkan. Penelitian yang dilakukan Gest. Dkk.. (1999 dalam McMillan dan Violato, 2008) menyebutkan bahwa meskipun seseorang tidak menyukai kemalangan atau kesengsaraan yang diakibatkan oleh pola hubungan dengan orang tua, namun permasalahan orang tua secara langsung ikut berperan dalam perkembangan ketahanan remaja. Salah satu sarana dalam pembentukan sikap dan perilaku adalah melalui pendidikan.

## 2) Lingkungan

Lingkungan tempat individu tinggal dapat mempengaruhi bagaimana individu beradaptasi dan memberikan respon kesulitan yang dihadapinya. Individu yang terbiasa hidup dalam lingkungan sulit akan memiliki *adversity quotient* yang lebih tinggi. Menurut Stoltz, individu yang terbiasa berada di lingkungan yang sulit akan memiliki *adversity quotient* yang lebih besar karena pengalaman dan kemampuan beradaptasi yang lebih baik dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

## 4. Tingkatan dalam *Adversity Quotient*

Stoltz mengelompokkan individu berdasarkan daya juangnya menjadi tiga: *quitter*, *camper*, dan *climber*. Penggunaan istilah ini dari kisah pendaki Everest, ada pendaki yang menyerah sebelum pendakian, merasa puas sampai pada ketinggian tertentu, dan mendaki terus hingga puncak tertinggi. Kemudian Stoltz menyatakan bahwa orang yang menyerah disebut *quitter*, orang yang merasa puas pada pencapaian tertentu sebagai *camper*, dan seseorang yang terus ingin meraih kesuksesan disebut sebagai *climber*.

Dalam bukunya, Stoltz menyatakan terdapat tiga tingkatan daya tahan seseorang dalam menghadapi masalah, antara lain (Stoltz, 2000):

### a. *Quitters*

*Quitters* yaitu orang yang memilih keluar, menghindari kewajiban, mundur, dan berhenti. Individu dengan tipe ini memilih untuk berhenti berusaha, mereka mengabaikan menutupi dan meninggalkan dorongan inti yang

manusiawi untuk terus berusaha. Dengan demikian, individu dengan tipe ini biasanya meninggalkan banyak hal yang ditawarkan oleh kehidupan.

*b. Campers*

*Campers* atau orang-orang yang berkemah adalah orang-orang yang telah berusaha sedikit kemudian mudah merasa puas atas apa yang dicapainya. Tipe ini biasanya bosan dalam melakukan pendakian kemudian mencari posisi yang nyaman dan bersembunyi pada situasi yang bersahabat. Kebanyakan para *campers* menganggap hidupnya telah sukses sehingga tidak perlu lagi melakukan perbaikan dan usaha.

*c. Climbers*

*Climbers* atau si pendaki adalah individu yang melakukan usaha sepanjang hidupnya. Tanpa menghiraukan latar belakang, keuntungan kerugian, nasib baik maupun buruk, individu dengan tipe ini akan terus berusaha.

Profil yang lebih lengkap mengenai ketiga tingkatan AQ dapat dilihat pada tabel 2.1 berikut.

Tabel 2.1

Profil *Quitter*, *Camper*, dan *Climber* (Sriati, 2008)

Profil	Ciri, Deskripsi, dan Karakteristik
<i>Quitter</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menolak untuk mendaki lebih tinggi lagi</li> <li>2. Gaya hidupnya tidak menyenangkan atau datar dan tidak “lengkap”</li> <li>3. Bekerja sekedar cukup untuk hidup</li> <li>4. Cenderung menghindari tantangan berat yang muncul dari komitmen yang sesungguhnya</li> <li>5. Jarang sekali memiliki persahabatan yang sejati</li> <li>6. Dalam menghadapi perubahan mereka cenderung melawan atau lari dan cenderung menolak dan menyabot perubahan</li> </ol>

	<p>7. Terampil dalam menggunakan kata-kata yang sifatnya membatasi, seperti “tidak mau”, “mustahil”, “ini konyol”n dan sebagainya.</p> <p>8. Kemampuannya kecil atau bahkan tidak ada sama sekali; mereka tidak memiliki visi dan keyakinan akan masa depan, kontribusinya sangat kecil.</p>
<i>Camper</i>	<p>1. Mereka mau untuk mendaki, meskipun akan “berhenti” di pos tertentu, dan merasa cukup sampai disitu</p> <p>2. Cukup puas telah mencapai suatu tahapan tertentu (satisficer)</p> <p>3. Masih memiliki sejumlah inisiatif, sedikit semangat, dan beberapa usaha.</p> <p>4. Mengorbankan kemampuan individunya untuk mendapatkan kepuasan, dan mampu membina hubungan dengan para camper lainnya</p> <p>5. Menahan diri terhadap perubahan, meskipun kadang tidak menyukai perubahan besar karena mereka merasa nyaman dengan kondisi yang ada</p> <p>6. Menggunakan bahasa dan kata-kata yang kompromistis, misalnya, “ini cukup bagus”, atau “kita cukuplah sampai di sini saja”</p> <p>7. Prestasi mereka tidak tinggi, dan kontribusinya tidak besar juga</p> <p>8. Meskipun telah melalui berbagai rintangan, namun mereka akan berhenti juga pada suatu tempat dan mereka “berkemah” di situ</p>
<i>Climber</i>	<p>1. Mereka membaktikan dirinya untuk terus “mendaki”, mereka adalah pemikir yang selalu memikirkan kemungkinan-kemungkinan</p> <p>2. Hidupnya “lengkap” karena telah melewati dan mengalami semua tahapan sebelumnya. Mereka menyadari bahwa akan banyak imbalan yang diperoleh dalam jangka panjang melalui “langkah-langkah kecil” yang sedang dilewatinya</p> <p>3. Menyambut baik tantangan, memotivasi diri, memiliki semangat tinggi, dan berjuang mendapatkan yang terbaik dalam hidup; merekacenderung membuat segala sesuatu terwujud</p> <p>4. Tidak takut menjelajahi potensi-potensi tanpa batas yang ada di antara dua manusia; memahami dan menyambut</p>



	<p>baik risiko menyakitkan yang ditimbulkan karena bersedia menerima kritik</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Menyambut baik setiap perubahan, bahkan ikut mendorong setiap perubahan tersebut ke arah yang positif</li> <li>6. Bahasa yang digunakan adalah bahasa dan kata-kata yang penuh dengan kemungkinan-kemungkinan; mereka berbicara tentang apa yang bisa dikerjakan dan cara mengerjakannya; mereka berbicara tentang tindakan, dan tidak sabar dengan kata-kata yang tidak didukung dengan perbuatan</li> <li>7. Memberikan kontribusi yang cukup besar karena bisa mewujudkan potensi yang ada pada dirinya</li> <li>8. Mereka tidak asing dengan situasi yang sulit karena kesulitan merupakan bagian dari hidup</li> </ol>
--	---

Ketiga tipe ini jika dihubungkan dengan hierarki kebutuhan Maslow, maka tingkatan yang akan mereka raih juga berbeda, seperti terlihat pada gambar 2.1.

Gambar 2.1

Tingkatan Kebutuhan Bagi Tiga Tingkatan AQ



## 5. Peranan *Adversity Quotient* dalam Kehidupan

Faktor-faktor kesuksesan berikut ini dipengaruhi oleh kemampuan pengendalian individu serta cara individu tersebut merespon kesulitan, diantaranya (Stoltz, 2000):

### a. Daya Saing

Jason Satterfield dan Martin Seligman (Stoltz, 2000), dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang merespon kesulitan secara lebih optimis dapat diramalkan akan bersifat lebih agresif dan mengambil lebih banyak resiko, sedangkan reaksi yang lebih pesimis terhadap kesulitan menimbulkan lebih banyak sikap pasif dan hati-hati. Individu yang bereaksi secara konstruktif terhadap kesulitan lebih tangkas dalam memelihara energi, fokus, dan tenaga yang diperlukan supaya berhasil dalam persaingan. Persaingan sebagian besar berkaitan dengan harapan, kegesitan, dan keuletan yang sangat ditentukan oleh cara seseorang menghadapi tantangan dan kegagalan dalam kehidupan.

### b. Produktivitas

Penelitian yang dilakukan Stoltz, menemukan korelasi yang kuat antara kinerja dan cara-cara pegawai merespon kesulitan. Seligman (2006) membuktikan bahwa orang yang tidak merespon kesulitan dengan baik kurang berproduksi, dan kinerjanya lebih buruk daripada mereka yang merespon kesulitan dengan baik.

c. Kreativitas

Joel Barker (dalam Stoltz, 2005. h. 94), kreativitas muncul dalam keputusan, kreativitas menuntut kemampuan untuk mengatasi kesulitan yang ditimbulkan oleh hal-hal yang tidak pasti. Joel Barker menemukan orang-orang yang tidak mampu menghadapi kesulitan menjadi tidak mampu bertindak kreatif. Oleh karena itu, kreativitas menuntut kemampuan untuk mengatasi kesulitan yang oleh hal-hal yang tidak pasti.

d. Motivasi

Dari penelitian Stoltz (2005) ditemukan orang-orang yang AQ-nya tinggi dianggap sebagai orang-orang yang paling memiliki motivasi.

e. Mengambil Resiko

Satterfield dan Seligman (dalam Stoltz, 2005) menemukan bahwa individu yang merespon kesulitan secara lebih konstruktif, bersedia mengambil banyak resiko. Resiko merupakan aspek esensial pendakian.

f. Perbaikan

Perbaikan terus-menerus perlu dilakukan supaya individu bisa bertahan hidup dikarenakan individu yang memiliki AQ yang lebih tinggi menjadi lebih baik, sedangkan individu yang AQ-nya lebih rendah menjadi lebih buruk.

g. Ketekunan

Ketekunan merupakan inti untuk maju (pendakian) dan AQ individu. Ketekunan adalah kemampuan untuk terus menerus walaupun dihadapkan pada kemunduran-kemunduran atau kegagalan.

#### h. Belajar

Carol Dweck (dalam Stoltz, 2005), membuktikan bahwa anak-anak dengan respon-respon yang pesimistis terhadap kesulitan tidak akan banyak belajar dan berprestasi jika dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki pola-pola yang lebih optimis.

#### i. Merangkul Perubahan

Perubahan adalah bagian dari hidup sehingga setiap individu harus menentukan sikap untuk menghadapinya. Stoltz (2005), menemukan individu yang memeluk perubahan cenderung merespon kesulitan secara lebih konstruktif. Dengan memanfaatkannya untuk memperkuat niat, individu merespon dengan merubah kesulitan menjadi peluang. Orang-orang yang hancur dalam perubahan akan hancur oleh kesulitan.

### 6. **Pengembangkan Adversity Quotient (AQ)**

Menurut Stoltz, cara mengembangkan dan menerapkan AQ dapat diringkas dalam kata LEAD (Stoltz, 2000), yaitu:

#### a. *Listened* (dengar)

Mendengarkan respon terhadap kesulitan merupakan langkah yang penting dalam mengubah AQ individu. Individu berusaha menyadari dan menemukan jika terjadi kesulitan, kemudian menanyakan pada diri sendiri apakah itu respon AQ yang tinggi atau rendah, serta menyadari dimensi AQ mana yang paling tinggi.

b. *Explored* (gali)

Pada tahap ini, individu didorong untuk menjajaki asal-usul atau mencari penyebab dari masalah. Setelah itu menemukan mana yang merupakan kesalahannya, lalu mengeksplorasi alternatif tindakan yang tepat.

c. *Analyzed* (analisa)

Pada tahap ini, individu diharapkan mampu menganalisa bukti apa yang menyebabkan individu tidak dapat mengendalikan masalah, bukti bahwa kesulitan itu harus menjangkau wilayah lain dalam kehidupan, serta bukti mengapa kesulitan itu harus berlangsung lebih lama dari semestinya. Fakta-fakta ini perlu dianalisa untuk menemukan beberapa faktor yang mendukung AQ individu.

d. *Do* (lakukan)

Terakhir, individu diharapkan dapat mengambil tindakan nyata setelah melewati tahapan-tahapan sebelumnya. Sebelumnya diharapkan individu dapat mendapatkan informasi tambahan guna melakukan pengendalian situasi yang sulit, kemudian membatasi jangkauan keberlangsungan masalah saat kesulitan itu terjadi.

## 7. Pandangan Islam terhadap *Adversity Quotient*

a. Telaah Teks Psikologi tentang *Adversity Quotient*

1) Sampel Teks

Stoltz mendefinisikan *adversity quotient* (AQ) sebagai kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut

dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikan masalah tersebut. *Adversity Quotient* memiliki beberapa dimensi, yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance*.

## 2) Analisis Komponensial

Dalam definisi di atas, terdapat beberapa bagian yang penting yang menjelaskan makna *adversity quotient*, yaitu:

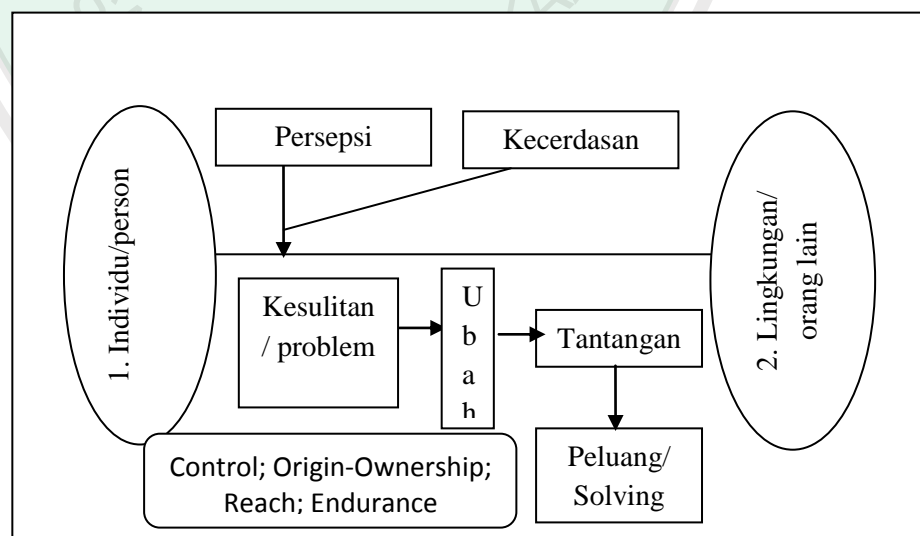
individu/orang, kemampuan mengamati, kesulitan, mengolah dengan kecerdasan, mengubah, tantangan menjadi peluang, mengontrol kognisi, tanggungjawab, membatasi jangkauan masalah, daya tahan menghadapi masalah.

## 3) Pola Teks

Pola teks *adversity quotient* dapat dilihat pada gambar 2.2.

Gambar 2.2

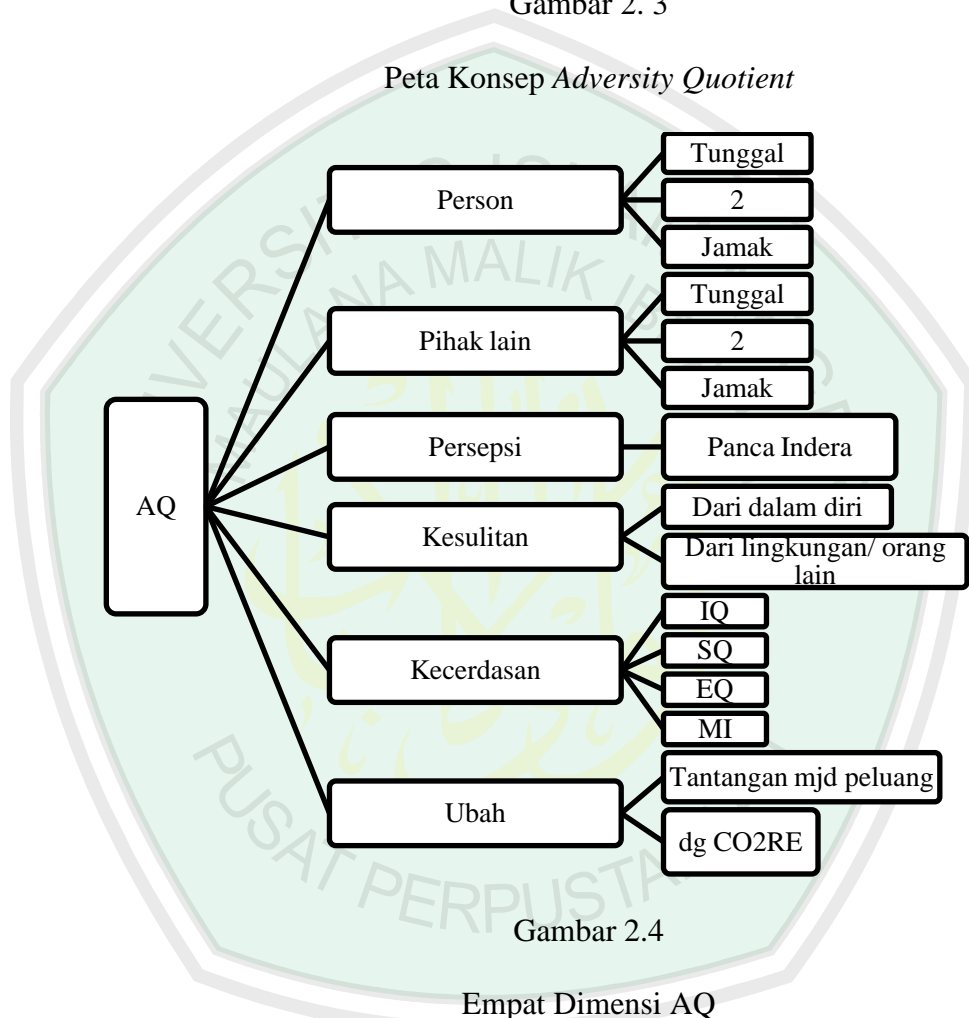
Pola Teks *Adversity Quotient*



4) Mindmap (Peta Konsep)

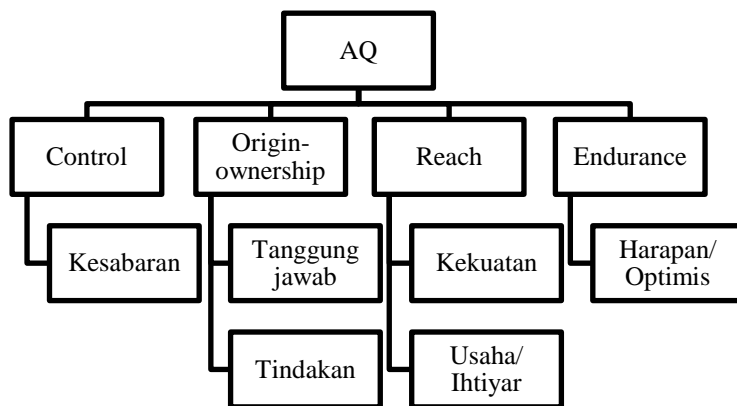
Peta konsep AQ dapat dilihat pada gambar 2.3, dan empat dimensi AQ pada gambar 2.4.

Gambar 2. 3



Gambar 2.4

Empat Dimensi AQ



b. Telaah Teks Psikologi tentang *Adversity Quotient*

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِيرِ

الصَّابِرِينَ ﴿١٥٦﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٧﴾ أُولَئِكَ

عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٥٨﴾

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun" (Artinya: Sesungguhnya Kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah Kami kembali). [Kalimat ini dinamakan kalimat istirjaa (pernyataan kembali kepada Allah). Disunatkan menyebutnya waktu ditimpa marabahaya baik besar maupun kecil)]. mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. (Q.S Al-Baqarah 155-157)

Pada ayat di atas, terdapat beberapa poin yang perlu diperhatikan berkaitan dengan konsep AQ, di antaranya tertuang pada tabel 2.2.

Tabel 2.2

Kajian AQ dalam QS Al-Baqarah: 155-157

Komponen	Teks	Keterangan
Person	أُولَئِكَ ; الَّذِينَ ; كُمْ	Mereka (jamak), orang-orang (jamak)
Persepsi	قَالُوا	Mengucapkan/ menggunakan indera
Kesulitan		Cobaan berupa ketakutan (dari dalam diri), kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan (dari lingkungan)
Kecerdasan	الصَّابِرِينَ	Sabar mengindikasikan SQ → dimensi <i>control</i>
Ubah	صَلَوَاتٍ رَّحْمَةً	-Mengubah cobaan menjadi keberkahan dan rahmat



Dalam ayat di atas (Q.S Al-Baqarah 155-157), Allah SWT kembali memerintahkan hamba-hambaNya untuk bersabar dalam menghadapi berbagai cobaan hidup di alam dunia. Kesabaran ini didasarkan pada keyakinan bahwa betapapun besarnya musibah, Allah SWT akan selalu bersama orang-orang yang sabar serta melimpahkan rahmat dan karuniaNya kepada mereka. (Shaleh & dkk, 2002).

*Adversity Quotient* dapat kita teladani dari para nabi Allah, seperti ketabahan Nabi Ayyub as saat diberikan cobaan penyakit fisik hingga orang-orang terdekatnya meninggalkannya. Nabi Ibrahim as yang menghadapi tekanan Raja Namrud hingga dibakar hidup-hidup tetapi beliau diselamatkan oleh Allah SWT. Nabi Yusuf as yang sejak kecil mendapatkan tekanan saudara-saudaranya, fitnah istri pembesar Mesir hingga dipenjara, namun atas pertolongan Allah swt akhirnya beliau memperoleh kebahagiaan sebagai raja dan bertemu dengan keluarga dan ayah tercinta, Nabi Yaqub as. Nabi Musa yang menghadapi tekanan Fir'aun beserta pengikut-pengikutnya. Rasulullah Muhammad saw ketika menghadapi tekanan dan tantangan kaum kafir Quraisy.

Kisah-kisah para Rasul di atas dapat kita contoh sebagai panutan dalam menjalani kehidupan yang memiliki banyak ragam cobaan. Sebagaimana firman Allah dalam surat Ali Imran 146.

وَكَايِن مِّن نَّبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ رَبِّيُونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا

وَمَا اسْتَكَانُوا ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ ﴿١٤٦﴾

Artinya: “Dan berapa banyaknya *Nabi* yang berperang bersama-sama mereka sejumlah besar dari *pengikut (nya) yang bertakwa*. mereka tidak menjadi lemah karena *bencana* yang menimpa mereka di jalan Allah, dan tidak lesu dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh). Allah menyukai orang-orang yang sabar.” (QS. Ali Imran: 146)

Beberapa poin yang perlu diperhatikan dalam QS. Ali Imran: 146 berkaitan dengan konsep AQ, di antaranya tertuang pada tabel 2.2.

Tabel 2.3

## Kajian AQ dalam QS Ali Imran: 146

Komponen	Teks	Keterangan
Person	نَبِيٍّ	Nabi-nabi,
Pihak lain	كَثِيرٍ رَّيُونَ	pengikutnya yang bertaqwa
Kesulitan		Bencana, perang
Kecerdasan	الصَّابِرِينَ	Sabar mengindikasikan SQ → dimensi <i>control</i>
Ubah		Tidak lemah, tidak lesu, tidak menyerah

Ayat di atas menunjukkan kepada kita agar selalu bersabar dalam menerima cobaan dari Allah swt. Al-Qur'an memerintahkan untuk bersabar dalam menghadapi segala rintangan dan kesulitan hidup, karena dengan bersabar maka semuanya akan mampu teratasi. Kesabaran akan membentuk suatu ketenangan batin dalam diri individu dan ketenangan tersebut akan dapat membimbing manusia pada jalan yang akan dipilihnya.

c. Inventarisasi Teks Al-Qur'an tentang *Adversity Quotient*

Tabel 2.4

## Inventarisasi Ayat-ayat Al-Qur'an tentang AQ

No	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber	Jml
1.	Person	Tunggal	<i>Man</i>	Siapa	Individu	Al-ankabut: 21, 32 Al-A'raaf: 128, 155, 156, ... Al-Ahzab: 30,31, ... Al-An'am: 16, 54, 88 Al-Baqarah: 105, 142, 196, ...	>1 3
		Jamak	<i>Ulaika Hum</i>	Mereka itu, mereka	Kelompok	Ad-Dzukhaan:37 Adz-Dzaariyaat:28 Al-Ankabuut:13, 37, 38, 40, 7 Al-A'raaf:101, 129, ... Al-Ahqaaf: 11, 16, 18, 19, 26, 28 Al-Ahzab: 19, 26, 51, 55 Al-An'am:100, 108, 109, ... Al-Anbiya': 2, 28, 3 Al-Anfaal: 2, 23, 33 Al-Baqarah:100, 102, 109, ... Al-Bayyinah: 8 An-Nisa:89, 46, 34, 102, 142, 155, Al-Munaafiquun:4 ..., dst	>4 0
2.	Persepsi	Panca indera					

3.	Kesulitan	Kesulitan				Adz-Dzuha:4 Al-Baqarah:220 Al-Insaan:10 Al-Kahfi:73 Alam Nasyrh:5, 6 An-Naml:62 An-Nisaa':127 An-Nuur:10 At-Taubah:117 Ath-Thalaaq:6 Saba':18	18
4.	Kecerdasan	IQ	Berpikir			Al-Baqarah:44 Ali 'Imran:65	2
5.	Ubah	Tantangan				Al-Baqarah:23 Al-Israa':78,86 Hud:110	4
		Peluang				Al-Israa':64 Al-Jatsiyah:35 Ar-Ruum:57 At-Taubah:2	4
Jumlah							
No.	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber	Jml
1.	<i>Control/ Mengendalikan diri saat menghadapi masalah</i>	Ketabahan	<i>Ash-shabru</i>	Sabar	<i>Resilience</i>	QS Al-Baqarah: 45, 61, 153, 155, 177, & 249 QS Al-Anfal: 46, 65 & 66 QS As-Sajdah: 24 QS Ash-Shaffat: 101 & 102 QS Saba': 19 QS Al-Ahzab: 35 QS Hud: 11 QS Luqman: 31 QS Al-Qashash: 80 QS Al-Furqan: 42 QS Al-Hajj: 35 QS Al-Anbiya': 85 QS Al-Kahfi: 67, 68, 69, 72, 75, 78, & 82 QS An-Nahl: 42, 96, 110, 126 QS Ar-Ra'd: 22 QS Al-Maarij: 5 QS Ali Imran: 17, 121,	41

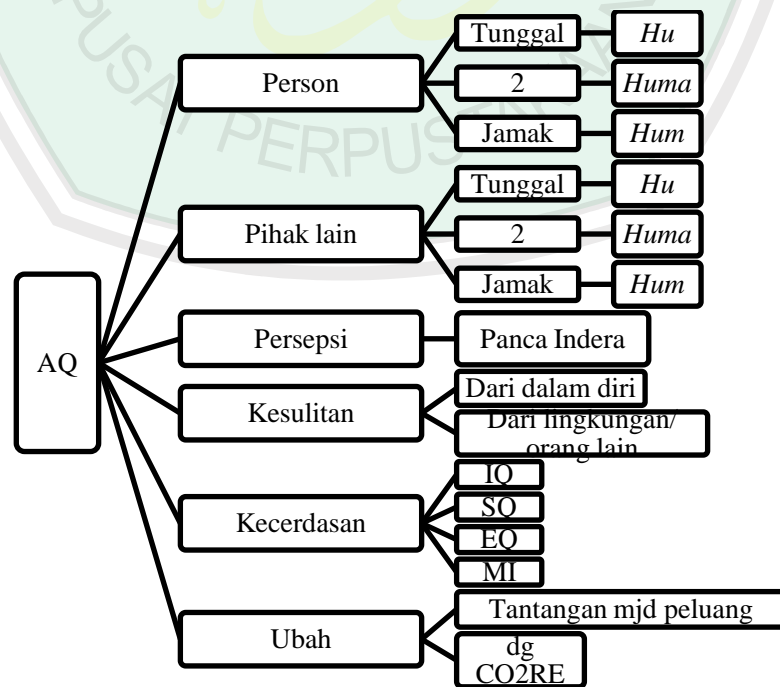
					142, 146 QS Al A'raf: 150 QS Al-An'am: 34 QS Shaad: 44 QS Fushilat: 35	
2.	<i>Origin-Ownership</i>	Bertanggung jawab		Tanggung jawab	<i>Responsibility</i>	8
		Bertindak			<i>Action</i>	8
3.	<i>Reach</i>	Kekuatan			Adz-Dzaariyaat:58 Al-Ankabuut:33 Al-A'raaf:69 Al-Anfaal:60 Al-Baqarah:165 Al-Fath:16, 29 Al-Hadiid:25 Al-Isra':5 Al-Kahfi:39,95 Al-Munaafiquun:8 Al-Qalam:51 Al-Qamar:43 An-Naml:33 An-Nisaa':139, 140, 84 Ar-Rahmaan:33 Ash-Shaffaat:174 Ash-Shaff:14 At-Takwir:20 Fushilat:15 Hud:52,80 Saba':45 Shaad:17	27

		Berusaha/ Ihtiyar			<i>Effort</i>	Al-Baqarah:114, 205, 273 Al-Furqaan:47 Al-Hajj:51 Al-Israa':19,28 Al-Kaafiruun:1 An-Naazi'at:22 Ash-Shaffaat:102,61 Hud:7 Ibrahim:46 Luqman:34 Muhammad:19 Saba':38,5	17
4.	<i>Endurance</i>	Harapan			<i>Hope, Optimism</i>	Al-A'raaf:56 Al-Furqaan:14 Al-Kahfi:46 Ar-Ra'd:12 Ar-Ruum:24 At-Taubah:60 Fushshilat:49 Yusuf:110	8
Jumlah							>1 91

d. Figurisasi *Adversity Quotient* dalam Perspektif Islam

Gambar 2.5

Figurisasi AQ dalam Perspektif Islam



e. Rumusan Konseptual tentang *Adversity Quotient* Menurut Islam

*Adversity Quotient* dalam Islam adalah kemampuan individu untuk mempersepsikan kesulitan dan mengubahnya menggunakan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi peluang menuju kesuksesan. Adapun dimensi AQ dalam Islam antara lain diwujudkan berupa kesabaran ketika menghadapi kesulitan, tanggung jawab serta tindakan nyata untuk menghadapi masalah, kekuatan dan usaha (ihtiyar) serta harapan (do'a) untuk menunjukkan optimism dalam menghadapi masalah.

## **B. TIPE KEPERIBADIAN CARL GUSTAF JUNG**

### **1. Teori Kepribadian Carl Gustaf Jung**

Jung beranggapan bahwa semua peristiwa disebabkan oleh sesuatu yang terjadi di masa lalu (mekanistik) dan kejadian sekarang ditentukan oleh tujuan (purpose). Prinsip mekanistik akan membuat manusia menjadi sengsara karena terpenjara oleh masa lalu. Manusia tidak bebas menentukan tujuan atau membuat rencana karena masa lalu tidak dapat diubah. Sebaliknya, prinsip purposif membuat orang mempunyai perasan penuh harapan, ada sesuatu yang membuat orang berjuang dan bekerja. Dari keduanya dapat diambil sisi positifnya, kegagalan di masa lalu bukan dijadikan beban tapi dijadikan pengalaman yang kemudian digunakan sebagai stimuli untuk belajar lebih baik dari kegagalan tersebut. Terlepas dari kegagalan seseorang harus memiliki angan, impian dan harapan, hal inilah yang kemudian mengarahkan pada tujuan yang akan diraih di masa mendatang.

a. Struktur kepribadian

Kepribadian atau psyche (istilah yang dipakai Jung untuk kepribadian) tersusun dari sejumlah sistem yang beroperasi dalam tiga tingkat kesadaran, yaitu (Friedman & Schustack, 2006):

1) Ego sadar

Ego yang dikemukakan oleh Jung ini sangat mirip dengan ego yang dikemukakan oleh Freud dalam hal cakupan dan arti (aspek kepribadian yang disadari) ditambah dengan perasaan akan diri. Jung percaya bahwa identitas personal (ego) ini berkembang pada usia sekitar 4 tahun. Jung melihat ego sebagai pusat kesadaran tapi bukan inti (*core*) dari kesadaran tersebut.

2) Ketidaksadaran personal (*personal unconscious*)

Ketidaksadaran personal berisikan pemikiran dan perasaan yang bukan merupakan bagian dari kesadaran saat ini tetapi masih dapat diakses. Ketidaksadaran personal ini berisi pemikiran dan dorongan yang tidak penting pada masa kini seperti halnya pemikiran dan dorongan yang ditekan secara aktif karena sifatnya yang mengancam ego. Jung juga memandang bahwa ketidaksadaran personal mencakup materi masa lalu (retrospektif) dan masa depan (prospektif). Pemikiran ini berdasarkan observasi terhadap pasiennya yang mengalami mimpi yang berhubungan dengan peristiwa masa depan, hal ini bukan berarti manusia dapat melihat masa depan, akan tetapi mampu merasakan apa yang akan terjadi. Ketidaksadaran personal akan mengimbangi ide-ide dan sikap-sikap sadar,



jika ego sadar melihat sesuatu dari satu sisi maka kesadaran personal mampu melihat dari sisi yang lain melalui mimpi, dsb.

### 3) Ketidaksadaran kolektif (*collective unconscious*)

Ketidaksadaran kolektif melibatkan tingkat yang lebih dalam dari ketidaksadaran dan dibentuk oleh symbol emosional yang sangat kuat yang disebut sebagai *archetype*. Gambaran ini telah dikenal oleh banyak orang dan terbentuk sejak awal mula kehidupan (lebih bersifat transpersonal). *Archetype* ini berasal dari reaksi-reaksi emosional yang dialami oleh nenek moyang kita terhadap peristiwa yang terus menerus dialami. Beberapa *archetype* menurut Jung antara lain:

#### a) *Animus* dan *anima*

*Animus* (elemen pria dari seorang wanita) dan *anima* (elemen wanita dari seorang pria). Elemen animus secara tidak langsung menjelaskan bahwa setiap wanita memiliki sisi maskulin dan membenarkan pengetahuan bawaan mengenai arti seorang pria, sedangkan elemen anima membenarkan adanya sisi feminin dari seorang pria dan pengetahuan tentang arti dari seorang wanita dimiliki oleh setiap pria.

#### b) *Persona* dan bayangan (*shadow*)

Dua *archetype* yang saling berlawanan ini menunjukkan perbedaan antara penampilan luar dan diri kita yang sebenarnya. *Archetype persona* memperlihatkan sisi yang kita tampilkan dihadapan orang lain dan dapat diterima oleh lingkungan sosial. *Archetype persona* menggambarkan sosok ideal untuk ditampilkan dihadapan orang lain, setiap individu

mengemasnya dengan cara yang unik untuk mencapai tujuannya. *Archetype shadow* merupakan sisi gelap dan sisi yang tidak diterima oleh kepribadian seseorang (motif dan kehendak yang memalukan dan lebih baik tidak diakui di hadapan orang lain). Impuls negatif ini mendorong seseorang melakukan perilaku dan pemikiran yang tidak diterima oleh lingkungan sosial, seperti keinginan dari *id* yang dapat memancing munculnya perilaku memalukan.

c) *Archetype* ibu (*mother archetype*)

Biasanya mewujudkan generativitas dan fertilitas. *Archetype* ini mungkin dibangkitkan oleh figur ibu yang sebenarnya (ibu atau nenek), atau dari perlambangan figur ibu. *Archetype* ibu dapat bersifat baik atau jahat, atau bahkan keduanya seperti halnya ibu yang sebenarnya.

d) *Archetype* pahlawan dan iblis

*Hero archetype* menggambarkan dorongan yang baik dan kuat yang berperan melawan musuh untuk menyelamatkan orang lain dari bahaya dan kejahatan. Kebalikannya yaitu *demon archetype* yang termanifestasi dalam bentuk kekejaman dan kejahatan.

e) *Archetype* pesulap

f) *Archetype* anak Tuhan

Keyakinan Jung terhadap ketidaksadaran kolektif dan *archetype- archetype* ini diragukan keberadaannya oleh Psikologi ilmiah modern, paling tidak dalam pandangan bahwa ingatan di otak yang tercipta dari pengalaman nenek moyang kita. Akan tetapi versi yang lebih kompleks dari ide Jung ini mungkin juga memiliki validitas.

## b. Fungsi dan Sikap Jiwa

Disamping sistem-sistem yang terkait dengan daerah operasinya masing-masing, terdapat sikap jiwa (*introvert* dan *extrovert*) dan fungsi jiwa (pikiran, perasaan, pengindraan, dan intuisi) (Friedman & Schustack, 2006).

### 1) Fungsi jiwa

Fungsi jiwa adalah suatu bentuk aktivitas kejiwaan yang secara teoritis tetap meskipun lingkungannya berbeda-beda. Fungsi jiwa dibedakan menjadi dua ;

a) Fungsi jiwa rasional, adalah fungsi jiwa yang bekerja dengan penilaian dan pertimbangan, terdiri dari:

#### 1.) Berpikir (*thinking*)

Berpikir merupakan aktivitas intelektual logika yang dapat memproduksi serangkaian ide. Berpikir dapat membuat seseorang mengerti sesuatu, menilai benar atau salah.

#### 2.) Merasa (*feeling*)

Merasa merupakan proses evaluasi sebuah idea tau kejadian. Dengan merasa, seseorang dapat mengetahui mengerti nilai atau seberapa berharga sesuatu, menilai menyenangkan atau tak menyenangkan.

b) Fungsi jiwa yang irasional, bekerja tanpa melibatkan penalaran sadar dan prosesnya, terdiri dari:

#### 1.) Mengindra (*sensing*)

Mengindra adalah suatu yang memungkinkan manusia menerima rangsangan fisik dan mengubahnya ke dalam bentuk kesadaran

perseptual yang disebut sensasi. Melalui *sensing* seseorang dapat menjelaskan bahwa sesuatu benar-benar ada dengan kata lain sadar indrawi.

## 2.) Berintuisi (*intuiting*)

Intuisi meliputi persepsi yang berada jauh di luar sistem kesadaran dengan kata lain tak sadar naluriah.

Menurut Jung pada dasarnya setiap individu memiliki keempat fungsi jiwa tersebut, tetapi biasanya hanya salah satu fungsi saja yang berkembang atau dominan. Fungsi jiwa yang berkembang paling menonjol tersebut merupakan fungsi superior dan menentukan tipe individu yang bersangkutan.

## 2) Sikap jiwa

Jung mendefinisikan sikap (*attitude*) sebagai suatu kecenderungan untuk beraksi atau bereaksi dalam sebuah arah karakter. Sikap jiwa adalah arah energi psikis (*libido*) yang menjelma dalam bentuk orientasi manusia terhadap dunianya. Setiap orang memiliki kedua sisi sikap, introvert dan extrovert walaupun hanya satu yang dapat aktif dan salah satu sikap lainnya tidak aktif (Feist & Feist, 2010). Sikap jiwa dibedakan menjadi :

### a) Sikap *extrovert*

Merupakan sebuah sikap yang menjelaskan aliran psikis ke arah luar sehingga orang yang bersangkutan akan memiliki orientasi objektif dan menjauh dari subjektif. Seseorang dengan sikap *extrovert* yang dominan lebih mudah dipengaruhi oleh sekelilingnya dibandingkan kondisi dirinya

sendiri. Mereka cenderung untuk fokus pada sikap objektif dan menekan sisi subjektifnya (Feist & Feist, 2010). Sikap *extrovert* berorientasi pada luar dirinya dicirikan: libido mengalir keluar, minatnya terhadap situasi sosial kuat, suka bergaul, ramah, dan cepat menyesuaikan diri, dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain meskipun ada masalah.

b) Sikap *introvert*

Merupakan aliran energi psikis ke arah dalam yang memiliki orientasi subjektif. Introvert memiliki pemahaman yang baik terhadap dunia dalam diri mereka, dengan semua bias, fantasi, mimpi, dan persepsi yang bersifat individu. Orang-orang ini akan menerima dunia luar dengan sangat selektif dan dengan pandangan subjektif mereka (Feist & Feist, 2010). Sikap *introvert* lebih berfokus ke dalam diri, dicirikan: libido mengalir ke dalam, terpusat pada faktor-faktor subjektif, cenderung menarik diri dari lingkungan, lemah dalam penyesuaian sosial, lebih menyukai kegiatan dalam rumah.

Seperti fungsi jiwa, ekstroversi dan intraversi ada pada setiap individu akan tetapi salah satunya akan lebih dominan. Salah satu sifat dominan ini akan membentuk suatu ciri khas individu dipadukan dengan fungsi jiwa di atas. Kesimpulannya, tidak ada orang yang sepenuhnya *introvert* atau seluruhnya *extrovert*.

c. Dinamika Kepribadian

Jung menyatakan bahwa kepribadian atau *psyche* bersifat dinamis dengan gerak yang terus-menerus. Dinamika *psyche* tersebut disebabkan oleh

energi psikis yang oleh Jung disebut libido. Dalam dinamika psyche terdapat prinsip-prinsip sebagai berikut (Alwisol, 2009).

1) Prinsip oposisi

Berbagai sistem, sikap, dan fungsi kepribadian saling berinteraksi dengan tiga cara, yaitu: saling bertentangan (*oppose*), saling mendukung (*compensate*), dan bergabung menjadi kesatuan (*synthese*). Menurut Jung, prinsip oposisi paling sering terjadi karena kepribadian berisi berbagai kecenderungan konflik. Oposisi juga terjadi antar tipe kepribadian, ekstraversi lawan introversi, pikiran lawan perasaan, dan penginderaan lawan intuisi.

2) Prinsip kompensasi

Prinsip ini berfungsi untuk menjada agar kepribadian tidak mengalami gangguan. Misalnya bila sikap sadar mengalami frustrasi, sikap tak sadar akan mengambil alih. Ketika individu tidak dapat mencapai apa yang dipilihnya, dalam tidur sikap tak sadar mengambil alih dan muncullah ekspresi mimpi.

3) Prinsip penggabungan

Menurut Jung, kepribadian terus-menerus berusaha menyatukan pertentangan-pertentangan yang ada agar tercapai kepribadian yang seimbang dan integral.

#### d. Perkembangan Kepribadian

Carl Gustav Jung menyatakan bahwa manusia selalu maju atau mengejar kemajuan, dari taraf perkembangan yang kurang sempurna ke taraf yang lebih sempurna. Manusia juga selalu berusaha mencapai taraf diferensiasi yang lebih tinggi.

##### 1) Tujuan perkembangan: aktualisasi diri

Menurut Jung, tujuan perkembangan kepribadian adalah aktualisasi diri, yaitu diferensiasi sempurna dan saling hubungan yang selaras antara seluruh aspek kepribadian.

##### 2) Jalan perkembangan: progresi dan regresi

Dalam prose perkembangan kepribadian dapat terjadi gerak maju (progresi) atau gerak mundur (regresi). Progresi adalah terjadinya penyesuaian diri secara memuaskan oleh aku sadar baik terhadap tuntutan dunia luar maupun kebutuhan-kebutuhan alam tak sadar. Apabila progresi terganggu oleh sesuatu sehingga libido terhalangi untuk digunakan secara progresi maka libido membuat regresi, kembali ke fase yang telah dilewati atau masuk ke alam tak sadar.

##### 3) Proses individuasi

Untuk mencapai kepribadian yang sehat dan terintegrasi secara kuat maka setiap aspek kepribadian harus mencapai taraf diferensiasi dan perkembangan yang optimal. Proses untuk sampai ke arah tersebut oleh Jung dinamakan proses individuasi atau proses penemuan diri.

## 2. Tipe Kepribadian Carl Gustaf Jung

Tipe kepribadian merupakan suatu kumpulan dimensi-dimensi primer dari kepribadian yang diklasifikasi menurut sifat-sifat yang dapat diselidiki dan diuji kebenarannya mengenai perilaku unik individu. Berdasarkan pemikiran C.G Jung (1921-1971) mengenai persepsi, judgment dan sikap yang digunakan oleh setiap tipe yang berbeda dari individu muncullah MBTI (*Myers-Briggs Type Indicator*). Persepsi adalah kemampuan psikologis individu untuk sadar pada hal-hal, orang-orang dan ide-ide. Judgment melibatkan berbagai cara untuk menyimpulkan apa yang telah dipersepsikan individu tersebut. Kalau orang berbeda satu sama lain ketika mempersepsikan sesuatu juga ketika melakukan judgment, maka perbedaan ini juga mempengaruhi minat, ketrampilan, nilai-nilai serta reaksi mereka. MBTI dibuat untuk mempelajari tipe kepribadian berdasarkan teori Jung.

MBTI sendiri merupakan instrumen tes yang sangat populer di kalangan pemerhati kepribadian individu. MBTI dikembangkan oleh Katharine Cook Briggs dan putrinya yang bernama Isabel Briggs Myers pada era Perang Dunia II untuk membantu para pencari kerja menemukan tipe pekerjaan yang paling cocok untuk mereka.

Terdapat beberapa aspek atau dimensi-dimensi yang diungkap tes MBTI. MBTI adalah peta psikologis yang bersandar pada empat dimensi utama yang saling berlawanan (dikotomis), yaitu:

- a. *Extrovert (E) vs. Introvert (I)*. *Extrovert* artinya tipe pribadi yang suka bergaul, menyenangi interaksi sosial dengan orang lain, dan berfokus pada



*the world outside the self*. Sebaliknya tipe *introvert* adalah mereka yang senang menyendiri, reflektif, dan tidak begitu suka bergaul dengan banyak orang. Orang *introvert* lebih suka mengerjakan aktivitas yang tidak banyak menuntut interaksi semisal membaca, menulis, dan berpikir secara imajinatif.

- b. *Sensing (S) vs. Intuitive (N)*. Tipe dikotomi kedua ini melihat bagaimana seseorang memproses data. *Sensing* memproses data dengan cara bersandar pada fakta yang konkrit, *factual facts*, dan melihat data apa adanya. *Sensing* adalah *concrete thinkers*. Sementara tipe *intuitive* memproses data dengan melihat pola dan impresi, serta melihat berbagai kemungkinan yang bisa terjadi. *Intuitive* adalah *abstract thinkers*.
- c. *Thinking (T) vs. Feeling (F)*. Tipe dikotomi yang ketiga ini melihat bagaimana orang berproses mengambil keputusan. *Thinking* adalah mereka yang selalu menggunakan logika dan kekuatan analisa untuk mengambil keputusan. Sementara *feeling* adalah mereka yang melibatkan perasaan, empati serta nilai-nilai yang diyakini ketika hendak mengambil keputusan.
- d. *Judging (J) vs. Perceiving (P)*. Tipe dikotomi yang terakhir ini ingin melihat derajat fleksibilitas seseorang. *Judging* disini bukan berarti *judgemental* (atau menghakimi). *Judging* disini diartikan sebagai tipe orang yang selalu bertumpu pada rencana yang sistematis, serta senantiasa berpikir dan bertindak secara sekuensial (tidak melompat-lompat). Sementara tipe *perceiving* adalah mereka yang bersikap fleksibel, adaptif, dan bertindak secara random untuk melihat beragam peluang yang muncul.

Melalui tes MBTI, akan diketahui tipe kepribadian yang dominan antara lain pada table 2.5.

Tabel 2.5

## Tipe Kepribadian MBTI

No	Tipe Kepribadian	
1.	<i>Introversion</i>	<i>Ekstroversion</i>
2.	<i>Sensing</i>	<i>Intuiting</i>
3.	<i>Thinking</i>	<i>Feeling</i>
4.	<i>Judging</i>	<i>Perceiving</i>

### 3. Pandangan Islam terhadap Tipe Kepribadian

#### a. Kepribadian dalam Perspektif Islam

Kepribadian dalam bahasa Arab dapat dilihat secara etimologis dari pengertian *nafsiyah*. Term *nafsiyah* berasal dari kata *nafs* yang berarti pribadi. Struktur kepribadian dalam Islam terdiri dari tiga hal, yaitu (Mujib & Muzdakkir, 2001):

#### 1) Subtansi Jasmani

Jasad adalah substansi manusia yang terdiri atas struktur organisme fisik.

Unsur jasad antara lain: tanah, api, udara, dan air.

#### 2) Subtansi Ruhani

Ruh merupakan substansi psikis manusia yang menjadi esensi kehidupannya.

Al-Ghazali menyebutnya sebagai *latifah* artinya yang bersifat halus.

Mempunyai potensi berfikir, mengingat, mengetahui dan sebagai penggerak jasad manusia. Terdapat beberapa macam ruh, yaitu:

#### a) Ruh *Al-munazalah*

Ruh *al-munazalah* yaitu ruh yang berhubungan dengan zatnya dan essensi dirinya sendiri, tidak berubah, diciptakan di alam ruh sehingga bersifat ghaib. Keberadaannya sebelum jasad, diketahui lewat wahyu serta memberikan motivasi dan menjadi dinamisasi perilaku.

b) Ruh *Al-gharizah*

Ruh manusia yang berhubungan dengan jasad langsung.

3) Subtansi Nafsani

Nafs dapat berarti jiwa (*soul*), konasi yang berdaya syahwat dan ghadhab, dan substansi psikofisik manusia. Nafs adalah gabungan antara jasad dan ruh sehingga bersifat potensi, dan bisa diupayakan menjadi aktual. Subtansi Nafsani antara lain:

a) Qalb

Merupakan materi organik yang memiliki sistem kognisi sehingga berdaya emosi (rasa). Terdapat dua macam Qalb/hati yaitu: qalb secara jasmani dan qalb secara ruhani.

b) Akal

Secara etimologi disebut juga: *imsak* (menahan), *Al-ribath* (ikatan), *Al-hajr* (menahan), *Al-nahy* (melarang), *Al-man'u* (mencegah), *Al-tarbiyah* (mendidik). Menurut Ibnu Taimiyah, kata akal, menahan, mengekang, menjaga dan semacamnya adalah lawan dari kata melepas, membiarkan, menelantarkan, dan semacamnya. Keduanya nampak pada jisim yang nampak untuk jisim yang nampak, dan terdapat pada hati untuk ilmu batin, maka akal adalah menahan dan memegang erat ilmu, yang mengharuskan

untuk mengikutinya. Karena inilah maka lafadz akal dimuthlakkan pada berakal dengan ilmu.

Akal adalah aspek kesadaran manusia yang memiliki daya kognisi (cipta), memiliki Nur, mampu memperoleh pengetahuan. Akal merupakan energi yang mampu memperoleh, menyimpan dan mengeluarkan pengetahuan dan memiliki fungsi rasional. Akal terbagi menjadi:

- Akal praktis yaitu akal yang menerima arti-arti yang berasal dari materi melalui indra pengingat yang ada dalam jiwa binatang, memusatkan perhatian kepada alam materi, dan terpengaruh oleh materi
- Akal teoritis yaitu akal yang menangkap arti-arti murni, yang tak pernah ada dalam materi seperti Tuhan, roh dan malaikat

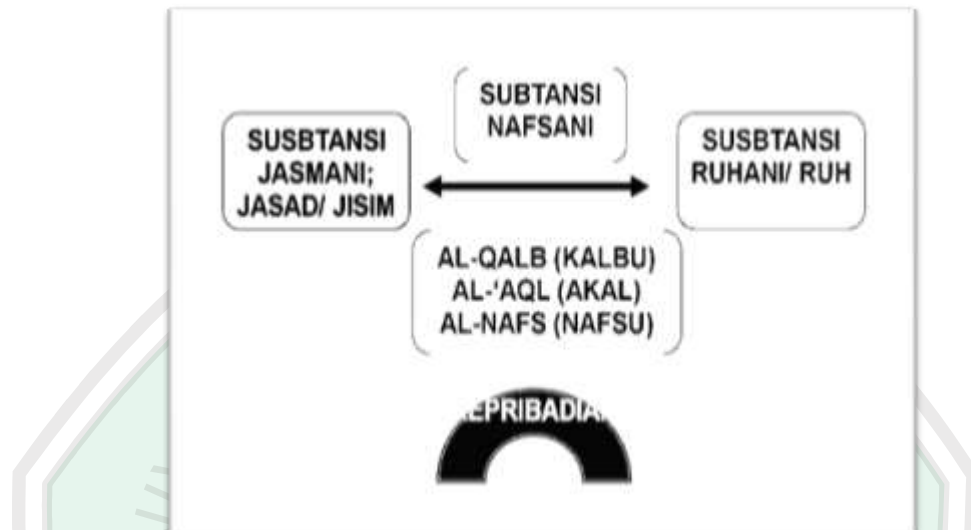
c) Nafsu

Nafsu merupakan pra atau bawah kesadaran manusia memiliki daya konasi (karsa), mempunyai kekuatan *ghadhabiyyah* (membela dan melindungi terhadap kesalahan, kecemasan, rasa malu serta merasionalisasikan perbuatan) dan kekuatan *syahwaniyyah* (Hasrat, keinginan, birahi, hawa nafsu, dan motif).

Ketiganya kemudian membentuk kepribadian manusia secara utuh yang ditunjukkan oleh gambar 2.6

Gambar 2.6

## Pembentukan Kepribadian Perspektif Islam



## b. Tipe Kepribadian dalam Perspektif Islam

Berikut ini merupakan penggolongan tipe kepribadian dari sudut pandang keislaman (Mujib & Muzdakkir, 2001):

1) Tipe Kepribadian *Ammarah*

Tipe kepribadian *ammarah* adalah kepribadian yang cenderung melakukan perbuatan-perbuatan rendah sesuai dengan naluri primitifnya, sehingga ia merupakan tempat dan sumber keburukan dan perbuatan tercela. Ia mengikuti tabiat jasad dan mengejar pada prinsip-prinsip kenikmatan (*pleasure principle*) syahwati.

﴿ وَمَا أُبْرِيءُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴾

غُفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: “Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang.” (QS. Yusuf: 53)

## 2) Tipe Kepribadian *Lawwamah*

Kepribadian *lawwamah* adalah kepribadian yang mencela perbuatan buruk setelah memperoleh cahaya qalbu. Ia bangkit untuk memperbaiki kebimbangan dan kadang-kadang tumbuh perbuatan yang buruk yang disebabkan oleh watak gelap (*zhulmaniyyah*)-nya, tetapi kemudian ia diingatkan oleh Nur Illahi sehingga ia bertaubat dan memohon ampunan (*istighfar*).

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

Artinya: “Dan aku bersumpah dengan jiwa yang Amat menyesali (dirinya sendiri)(Maksudnya: bila ia berbuat kebaikan ia juga menyesal kenapa ia tidak berbuat lebih banyak, apalagi kalau ia berbuat kejahatan)” (QS. Al-Qiyamah: 2).

### 3) Tipe Kepribadian *Muthma'innah*

Kepribadian *muthma'innah* adalah kepribadian yang tenang setelah diberi kesempurnaan Nur kalbu sehingga dapat meninggalkan sifat-sifat tercela dan tumbuh sifat-sifat yang baik. Kepribadian ini selalu berorientasi ke komponen kalbu untuk mendapatkan kesucian dan menghilangkan segala kotoran.

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ

Artinya: “Hai jiwa yang tenang.” (QS. Al-Fajr: 27)

Secara sederhana, kepribadian menurut perspektif ditunjukkan dalam tabel 2.6.

Tabel 2.6

Tipe Kepribadian Perspektif Islam

	Kalbu	Kepribadian <i>muthma'innah</i>	Ihsan
			Islam
			Iman
Nafsani	Akal	Kepribadian <i>lawwamah</i>	Sosialitas
			Moralitas
			Rasionalitas
	Nafsu	Kepribadian <i>ammarah</i>	Produktif
			Kreatif
			Konsumtif

### C. HUBUNGAN ANTARA 16 TIPE KEPRIBADIAN CARL GUSTAF JUNG TERHADAP *ADVERSITY QUOTIENT* MAHASISWA

Menurut teori, salah satu hal yang mempengaruhi terbentuknya *adversity quotient* adalah karakter yang merupakan bagian dari kepribadian seseorang. Seseorang yang berkarakter baik, semangat, tangguh, dan cerdas akan memiliki kemampuan untuk mencapai sukses.

Tipe kepribadian Carl Gustaf Jung yang terdiri atas enam belas tipe dengan menggunakan tes MBTI dengan ciri khas masing-masing sangat memungkinkan mempengaruhi tingkat daya tahan mahasiswa dalam menghadapi masalah (*adversity quotient*). Terdapat beberapa aspek atau dimensi-dimensi yang di ungkap tes MBTI yang merupakan peta psikologis yang bersandar pada empat dimensi utama yang saling berlawanan (dikotomis), yaitu:

1. *Extrovert (E) vs. Introvert (I)*. Extrovert artinya tipe pribadi yang suka bergaul, menyenangi interaksi sosial dengan orang lain, dan berfokus pada *the world outside the self*. Sebaliknya tipe introvert adalah mereka yang senang menyendiri, reflektif, dan tidak begitu suka bergaul dengan banyak orang. Orang introvert lebih suka mengerjakan aktivitas yang tidak banyak menuntut interaksi semisal membaca, menulis, dan berpikir secara imajinatif.
2. *Sensing (S) vs. Intuitive (N)*. Tipe dikotomi kedua ini melihat bagaimana seseorang memproses data. Sensing memproses data dengan cara bersandar pada fakta yang konkrit, *factual facts*, dan melihat data apa adanya. Sensing adalah pemikir yang konkrit. Sementara tipe *intuitive* memproses data dengan



melihat pola dan impresi, serta melihat berbagai kemungkinan yang bisa terjadi. Intutive adalah pemikir abstrak (*abstract thinkers*).

3. *Thinking (T) vs. Feeling (F)*. Tipe dikotomi yang ketiga ini melihat bagaimana orang berproses mengambil keputusan. Thinking adalah mereka yang selalu menggunakan logika dan kekuatan analisa untuk mengambil keputusan. Sementara feeling adalah mereka yang melibatkan perasaan, empati serta nilai-nilai yang diyakini ketika hendak mengambil keputusan.
4. *Judging (J) vs. Perceiving (P)*. Tipe dikotomi yang terakhir ini ingin melihat derajat fleksibilitas seseorang. Judging disini bukan berarti judgemental (atau menghakimi). Judging disini diartikan sebagai tipe orang yang selalu bertumpu pada rencana yang sistematis, serta senantiasa berpikir dan bertindak secara sekuensial (tidak melompat-lompat). Sementara tipe perceiving adalah mereka yang bersikap fleksibel, adaptif, dan bertindak secara random untuk melihat beragam peluang yang muncul.

Terkait dengan *adversity quotient* (AQ) yang terdiri dari aspek *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endure* (CO2RE), tipe kepribadian yang muncul akan menentukan tinggi rendahnya tingkatan AQ seseorang.

#### D. HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara terhadap pertanyaan penelitian. Terdapat dua macam hipotesis dalam penelitian ini, yaitu (Bungin, 2006):

1.  $H_a$  atau hipotesis alternatif adalah lawan dari hipotesis nol, yaitu hipotesis yang menyatakan bahwa variabel-variabel dalam penelitian memiliki hubungan.
2.  $H_0$  atau disebut *null hypothesis* adalah hipotesis yang meniadakan (*nullify*) perbedaan antar kelompok atau meniadakan hubungan antar variabel.

Setelah mengkaji teori-teori yang ada, dibuatlah beberapa hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain:

Hipotesis 1: Ada hubungan positif antara tipe kepribadian I-E, S-N, T-F, J-P dengan AQ

Hipotesis 2: Ada hubungan positif antara tipe kepribadian I-E dengan AQ

Hipotesis 3: Ada hubungan negatif antara tipe kepribadian S-N dengan AQ

Hipotesis 4: Ada hubungan negatif antara tipe kepribadian T-F dengan AQ

Hipotesis 5: Ada hubungan negatif antara tipe kepribadian J-P dengan AQ