

**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL QUOTIENT* DAN  
*ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN TINGKAT STRES  
PADA KORBAN LUMPUR LAPINDO  
(Studi Korelasional di Pengungsian Baru Desa Kedungsolo Porong Sidoarjo)**

**SKRIPSI**

Oleh :  
**IMROATUL HAJIDAH**  
**05410073**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2009**

**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL QUOTIENT* DAN  
*ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN TINGKAT STRES  
PADA KORBAN LUMPUR LAPINDO  
(Studi Korelasional di Pengungsian Baru Desa Kedungsolo Porong Sidoarjo)**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada :  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.)

Oleh :  
**IMROATUL HAJIDAH**  
**05410073**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2009**

**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL QUOTIENT* DAN  
*ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN TINGKAT STRES  
PADA KORBAN LUMPUR LAPINDO  
(Studi Korelasional di Pengungsian Baru Desa Kedungsolo Porong Sidoarjo)**

**SKRIPSI**

Oleh :  
**Imroatul Hajidah**  
**05410073**

**Telah Disetujui Oleh:**  
**Dosen Pembimbing**

**Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.**  
**NIP. 150 368 780**

**Pada tanggal 9 Oktober 2009**

**Mengetahui :**  
**Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

**Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I**  
**NIP. 150 206 243**

**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL QUOTIENT* DAN  
*ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN TINGKAT STRES  
PADA KORBAN LUMPUR LAPINDO  
(Studi Korelasional di Pengungsian Baru Desa Kedungsolo Porong Sidoarjo)**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
IMROATUL HAJIDAH  
05410073**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Dan dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk  
memperoleh gelar strata satu Sarjana Psikologi (S.Psi)

Tanggal 21 Oktober 2009

Susunan Dewan penguji :	Tanda Tangan
1. Penguji Utama <u>Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I</u> NIP. 150 206 243	1. _____
2. Ketua Penguji <u>Drs. Zainul Arifin, M.Ag</u> NIP. 150 267 274	2. _____
3. Sekretaris/ Pembimbing <u>Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si</u> NIP. 150 368 780	3. _____

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I  
NIP. 150 206 243

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Imroatul Hajidah

Nim : 05410073

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient*  
dengan Tingkat Stres pada Korban Lumpur Lapindo

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ada klaim dari pihak lain adalah bukan tanggung jawab dosen pembimbing dan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, melainkan menjadi tanggung jawab saya sendiri. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 9 Oktober 2009

Hormat Saya

Imroatul Hajidah

## MOTTO

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ

زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٢﴾

*"Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayatnya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan Hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal."*

*(Al-Anfal: 2)*

*Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:*

*Kedua orangtuaku (H. Ach. Hafidz & Hj. Mahsunnah Sundari) yang selama ini menjadi kekuatanku, entah bagaimana aku bisa menyelesaikan semuanya tanpa nasihat bijak ayah dan penghiburan ibu dikala sedih.*

*Kakakku (Ahmad Zia Ul Haq) yang selalu mengajarkanku banyak hal, kau adalah kakak terhebat yang aku punya. Jangan pernah menyerah ya, semoga sukses disana...*

*Segenap keluarga besarku, atas dukungan dan doa yang tak pernah putus...*

*Calon kakak iparku (Ulva Zamanah) yang tanpa hentinya memberiku semangat dan perhatian yang sangat luar biasa. Terimakasih banyak ya mbak...*

*Para pendengar setiaku, Noeng, Dewi, Andin, Ratih, Muhim, 'Yaya', Milati. Juga Indah, Ci'me, Dzawin, Meirina, Nina, Depor, Vivin, mbak Bom, Kiki, Tita, Hasma, Ucik, Risa, Nia, Rosyid, Deka, bang Hafidz, Surur. Menyenangkan mempunyai sahabat dan sekutu yang pengertian, perhatian, & sabar seperti kalian. Terima kasih sudah menemani & mendengarkan keluh kesahku selama ini. Ingin sekali aku memberikan penghargaan berbentuk Mercedes S Class pada kalian semua. Hehehehe...*

*Teman-teman psikologi '05, terima kasih atas persahabatan yang telah kita jalin selama ini. Kalian telah memberikan warna paling menarik dalam cerita hidupku.*

*Dan untuk seseorang yang sempat mengisi hari-hariku dengan keindahan, keceriaan, dan tangisan. Meskipun singkat, kebersamaan kita adalah masa-masa paling indah yang tak bisa aku lupakan begitu saja. Terima kasih untuk semuanya. Semoga bahagia mas...*

*Jadilah pemimpin yang baik bagi keluarga kecil pyN nanti.*

*Aku menyayangimu, sangat...*

## KATA PENGANTAR



### *Alhamdulillahirobbil 'alamin*

Puji syukur senantiasa peneliti tujukan kehadiran Allah swt, atas karunia dan hidayah serta akal pikiran dan atas segala kemudahan yang diberikan-Nya. Nabi besar Muhammad saw yang sudah membawa kita pada zaman yang terang benderang. Atas berkat Rahmat dan Kebesaran-Nya peneliti dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul “*Hubungan Antara Emotional Quotient Dan Adversity Quotient Dengan Tingkat Stres Pada Korban Lumpur Lapindo*”, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana S-1 pada Fakultas Psikologi di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti menyadari bahwa dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti mendapat bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Dengan tulus dan rendah hati penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Suprayogo selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Bapak Dr. H. Mulyadi, M. Pd.I selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si., yang dengan penuh kesabaran telah membimbing dan meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikiran di sela-sela kesibukannya untuk memberikan bimbingan, bantuan dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
4. Bapak Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., yang banyak memberikan masukan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
5. Bapak Sunarto, selaku ketua Paguyuban Warga Renokenongo Korban Lapindo (Rekorlap) di pengungsian baru Kedungsolo Porong Sidoarjo. Terima kasih atas izin penelitian yang diberikan kepada peneliti.



6. Bapak Bambang Sukirman selaku sekretaris pengurus di pengungsian baru Kedungsolo Porong Sidoarjo, yang banyak membantu peneliti dalam melakukan penelitian di pengungsian baru Kedungsolo Porong Sidoarjo.
7. Dan semua pihak yang telah mendukung peneliti hingga terselesaikannya penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Dalam laporan penelitian ini, peneliti menyadari masih jauh dari kesempurnaan karena terbatasnya pengetahuan dan ketrampilan yang peneliti miliki, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan laporan penelitian ini. Peneliti berharap semoga sedikit informasi yang tertuang dalam laporan penelitian ini dapat memberikan wacana baru bagi pembaca pada umumnya dan bagi rekan-rekan seprofesi pada khususnya.

Malang, 9 Oktober 2009

Peneliti

Imroatul Hajidah

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>Halaman Judul</b> .....	i
<b>Halaman Persetujuan</b> .....	ii
<b>Halaman Pengesahan</b> .....	iii
<b>Surat Pernyataan</b> .....	iv
<b>Halaman Motto</b> .....	v
<b>Halaman Persembahan</b> .....	vi
<b>Kata Pengantar</b> .....	vii
<b>Daftar Isi</b> .....	ix
<b>Daftar Tabel</b> .....	xi
<b>Daftar Gambar</b> .....	xii
<b>Daftar Lampiran</b> .....	xiii
<b>Abstrak</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. <i>Emotional Quotient</i> (EQ) .....	12
1. Pengertian <i>Emotional Quotient</i> .....	12
2. Aspek-aspek <i>Emotional Quotient</i> .....	16
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Emotional Quotient</i> ....	21
4. <i>Emotional Quotient</i> dalam Tinjauan Al-Qur'an .....	24
B. <i>Adversity Quotient</i> (AQ) .....	29
1. Pengertian <i>Adversity Quotient</i> .....	29
2. Tipe-tipe <i>Adversity Quotient</i> .....	31
3. Tingkatan <i>Adversity Quotient</i> .....	33
4. Pengembangan <i>Adversity Quotient</i> .....	35
5. Teori-teori Pendukung <i>Adversity Quotient</i> .....	37
6. Dimensi-dimensi <i>Adversity Quotient</i> .....	39
7. Pandangan Islam tentang <i>Adversity Quotient</i> .....	42
C. Stres.....	47
1. Pengertian Stres .....	47
2. Gejala-gejala Stres .....	49
3. Sumber-sumber Stres atau Stresor .....	52

4. Tingkat Stres .....	55
5. Stres dalam Pandangan Islam .....	58
D. Hubungan antara <i>Emotional Quotient</i> dan <i>Adversity Quotient</i> dengan Tingkat Stres.....	63
E. Hipotesis Penelitian.....	66
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	67
B. Identifikasi Variabel.....	68
C. Definisi Operasional.....	69
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	72
E. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data .....	75
F. Uji Coba Instrumen .....	83
G. Validitas dan Reliabilitas.....	84
H. Metode Analisis Data.....	87
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Tempat Penelitian.....	92
B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument Penelitian.....	96
1. Hasil Uji Validitas .....	96
2. Hasil Uji Reliabilitas .....	101
C. Paparan Hasil Penelitian.....	102
1. Tingkat EQ, AQ, dan Stres .....	102
2. Uji Asumsi .....	108
3. Pengujian Hipotesis .....	112
D. Pembahasan .....	117
 <b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	142
B. Saran .....	143
 <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	145
<b>LAMPIRAN</b> .....	149

## DAFTAR TABEL

		Halaman
2.1	Inventaris Teks Islam Tentang <i>Emotional Quotient</i> .....	27
2.2	Inventaris Teks Islam Tentang <i>Adversity Quotient</i> .....	45
2.3	Inventaris Teks Islam Tentang Stres .....	61
3.2	Jumlah Sampel Pengungsi Korban Lumpur Lapindo Porong Sidoarjo.....	75
3.3	Skor untuk Jawaban Pernyataan.....	78
3.4	Blue Print <i>Emotional Quotient</i> (EQ).....	79
3.5	Blue Print <i>Adversity Quotient</i> (AQ) .....	80
3.6	Blue Print Skala Stres.....	80
4.1	Nomor Item Valid Skala <i>Emotional Quotient</i> .....	96
4.2	Nomor Item Valid Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	98
4.3	Nomor Item Valid Skala Stres .....	99
4.4	Reliabilitas <i>Emotional Quotient</i> , <i>Adversity Quotient</i> , dan Stres .....	101
4.5	Deskripsi Statistik Data Penelitian.....	102
4.6	Rumusan Kategori <i>Emotional Quotient</i> (EQ).....	103
4.7	Hasil Prosentase Variabel <i>Emotional Quotient</i> Menggunakan Skor Hipotetik.....	103
4.8	Rumusan Kategori <i>Adversity Quotient</i> (AQ).....	105
4.9	Hasil Prosentase Variabel <i>Adversity Quotient</i> Menggunakan Skor Hipotetik.....	105
4.10	Rumusan Kategori Stres .....	107
4.11	Hasil Prosentase Variabel Stres Menggunakan Skor Hipotetik.....	107
4.12	Hasil Uji Normalitas <i>One Sample KS</i> .....	110
4.13	Koefisien Multikolinieritas .....	111
4.14	Koefisien Korelasi Uji Multikolinieritas .....	111
4.15	Hasil Korelasi.....	113
4.16	Hasil Uji ANOVA .....	114
4.17	Hasil Koefisien Determinan.....	114
4.18	Koefisien Korelasi Beta.....	115

## DAFTAR GAMBAR

		<b>Halaman</b>
2.1	Figurisasi <i>Emotional Quotient</i> dalam Perspektif Islam.....	28
2.2	Model Tiga Tingkat Kesulitan dari Stoltz .....	34
2.3	Figurisasi <i>Adversity Quotient</i> dalam Perspektif Islam .....	46
2.4	Figurisasi Teks Islam tentang Stres.....	62
3.1	Rancangan Desain Penelitian .....	68
4.1	Prosentase Tingkat <i>Emotional Quotient</i> .....	104
4.2	Prosentase Tingkat <i>Adversity Quotient</i> .....	106
4.3	Prosentase Tingkat Stres.....	108
4.4	Grafik Uji Normalitas.....	109
4.5	Grafik Uji Heteroskedastisitas .....	112

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Skala <i>Emotional Quotient</i> .....	149
2. Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	152
3. Skala Stres .....	154
4. Skor Jawaban <i>Emotional Quotient</i> .....	156
5. Skor Jawaban <i>Adversity Quotient</i> .....	159
6. Skor Jawaban Stres .....	162
7. Skor Valid Jawaban <i>Emotional Quotient</i> .....	165
8. Skor Valid Jawaban <i>Adversity Quotient</i> .....	168
9. Skor Valid Jawaban Stres .....	171
10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Emotional Quotient</i> .....	174
11. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i> .....	179
12. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Stres .....	183
13. Hasil Uji Asumsi Multikolinieritas .....	189
14. Hasil Uji Asumsi Heteroskedastisitas .....	190
15. Hasil Uji Normalitas .....	191
16. Hasil Uji Regresi Berganda .....	192
17. Data Jumlah Pengungsi Korban Lumpur Lapindo .....	194
18. Foto Dokumentasi Tempat Pengungsian Korban Lumpur Lapindo .....	200
19. Surat Izin Penelitian .....	203
20. Bukti Konsultasi .....	204

## ABSTRAK

**Hajidah, Imroatul. 2009.** *Hubungan antara Emotional Quotient dan Adversity Quotient dengan Tingkat Stres pada Korban Lumpur Lapindo*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

**Pembimbing: Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si**

Kata Kunci: *Emotional Quotient, Adversity Quotient, Stres*

Penelitian ini dilakukan di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, dengan tujuan (1) untuk mengetahui tingkat *Emotional Quotient* pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, (2) untuk mengetahui tingkat *Adversity Quotient* pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, (3) untuk mengetahui tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, (4) untuk membuktikan apakah ada hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subyek penelitian berjumlah 106 responden yang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan tiga skala berbentuk *Likert*, yaitu skala *Emotional Quotient*, skala *Adversity Quotient*, dan skala Stres, juga dilengkapi dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisa data penelitian ini menggunakan teknik analisa regresi berganda, dengan bantuan SPSS versi 15.0 *for Windows*.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa *Emotional Quotient* korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian mayoritas berada pada kategori sedang dengan prosentase 53,8%. Pada tingkat *Adversity Quotient* para korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian berada pada kategori tinggi dengan prosentase 53,8%, dan stres yang dialami berada pada kategori sedang dengan prosentase 69,8%.

Dari hasil uji analisa dengan menggunakan analisis regresi berganda didapatkan hasil nilai  $R = 0,436$  dan  $R\text{ Square} = 0,190$ , nilai  $F = 12,076$  dengan  $\text{sig.} = 0,000$ . Artinya *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* secara bersama-sama mempengaruhi tingkat stres. Nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) antara *Emotional Quotient* dengan stres sebesar  $-0,295$  dengan nilai  $p = 0,001$  dan nilai koefisien *Adversity Quotient* dengan tingkat stres adalah sebesar  $-0,436$  dengan nilai  $p = 0,000$ . Dengan demikian hipotesis yang berbunyi ada hubungan negatif antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres diterima ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan jika *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* semakin tinggi, maka tingkat stres yang dialami semakin rendah, begitu juga sebaliknya.

## ABSTRACT

**Hajidah, Imroatul. 2009.** *The Relationship between Emotional Quotient and Adversity Quotient by Level of Stress on Lumpur Lapindo Victims*. Thesis. Faculty of Psychology, The State Islamic University (UIN) Malang Maulana Malik Ibrahim of Malang.

**Advisor: Elok Halimatus Sa'diyah, M. Si**

---

Keywords: *Emotional Quotient, Adversity Quotient, Stress*

This research was conducted in new refugee in Kedungsolo village of Sidoarjo Porong, with the aims of (1) to determine the level of *Emotional Quotient* on the victims of Lapindo mudflow at new refugee in Kedungsolo village, Porong of Sidoarjo (2) to determine the level of *Adversity Quotient* on the victims of Lapindo mudflow at new refugee in Kedungsolo village, Porong of Sidoarjo (3) to determine the level of stress on the victims of Lapindo mudflow at new refugee in Kedungsolo village, Porong of Sidoarjo (4) to prove whether there is a relationship between *Emotional Quotient* and *Adversity Quotient* with the level of stress on the victims of Lapindo mudflow at new refugee in Kedungsolo village, Porong of Sidoarjo.

The method used in this research is quantitative. Subject of the research amounts 106 respondents that are selected by using *purposive sampling*, retrieving data using three *likert-scale* form, that is *Emotional Quotient, Adversity Quotient*, and the level of *Stress*, it is also equipped with interviews, observation, and documentations. Data analysis of the research uses multiple regression analysis techniques, with the help of SPSS 15.0 version *for Windows*.

The obtained result shows that the *Emotional Quotient* on the victims of Lapindo mudflow who live in refugee camps majority in average category, and the percentage is 53,8%. At the *Adversity Quotient* level, the victims of Lapindo mudflow victims who live in refugee camps are in high category. The percentage is 53.8%, and the experienced stress is in average category the category with the percentage of 69,8%.

From the results of analysis test using multiple regression, it is obtained result of the value  $R = 0.436$  and  $R\text{ Square} = 0.190$ ,  $F = 12.076$  with  $\text{sig.} = 0.000$ . It means *Emotional Quotient* and *Adversity Quotient* are simultaneously affect the levels of stress. The value of coefficient correlation ( $r_{xy}$ ) between *Emotional Quotient* with a stress of  $-0.295$  with  $p = 0.001$  and *Adversity Quotient* coefficient values with the level of stress is  $0.436$  with  $p = 0.000$ . Thus, the hypothesis which says there is a negative relationship between *Emotional Quotient* and *Adversity Quotient* with the acceptable stress ( $p < 0.05$ ). This case shows if the higher *Emotional Quotient* the *Emotional Quotient*, then the lower experienced. And the forth is on the contrary of it.



## المستخلص

الحاجدة, امرأة. ٢٠٠٩ . العلاقة بين القوى العاطفية والقوى الضرائية بمراتب ضغط الضحايا الاوحوال لافندو . البحث العلمي, كلية علم النفس الجامعة مولانا مالك ابراهيم الاسلامية الحكومية مالانج. المسرف: ايلوك حليلة السعدية الماجستير.

الكلمات الرئيسية: القوى العاطفية, القوى الضرائية, الضغط

ويعمل هذا البحث في المنفى الجديد قرية كيدونج سولو فورونج سيدوارجو, بالاهداف كما يلي: ١. لمعرفة مراتب القوى العاطفية من ضحايا كارثة الاوحوال لافندو في المنفى الجديد قرية كيدونج سولو فورونج سيدوارجو, ٢. لمعرفة مراتب القوى الضرائية من ضحايا كارثة الاوحوال لافندو في المنفى الجديد قرية كيدونج سولو فورونج سيدوارجو, ٣. لمعرفة مراتب الضغط من ضحايا كارثة الاوحوال لافندو في المنفى الجديد قرية كيدونج سولو فورونج سيدوارجو, ٤. ليدل هل كانت العلاقة بين القوى العاطفية والقوى الضرائية بمراتب ضغط الضحايا الاوحوال لافندو.

واستخدم هذا البحث منهج الكيمى, بمجموعة فاعل البحث ١٠٦ المختارون بطريقة purposive sampling . وكان اخذ البيانات يستخدم ثلاثة ارسام likert , وهي رسم القوى العاطفية ورسم القوى الضرائية ورسم الضغط, ويكمل ايضا بالمقابلة والملاحظة والتوثيق. واستخدم هذا البحث طريقة تحليل البيانات SPSS بمساعدة ١٥ for windows .

ومن نتيجة البحث تعرف ان القوى العاطفية من ضحايا كارثة الاوحوال لافندو في المنفى اغلبهم في مجال الوسط بالنسبة ٨,٥٣%. وكانت مراتب القوى الضرائية من ضحايا كارثة الاوحوال لافندو في المنفى في مجال العليا بالنسبة ٨,٥٣%. والضغط الذي اصابهم في مجال الوسط بالنسبة ٨,٦٩%.

ومن نتيجة امتحان التحليل باستخدام الطريقة وجدت ان قيمة  $R = ٤٣٦,٠$  و  $R^2 = ١٩٠,٠$ , و قيمة  $F = ٠٧٦,١٢$  ب sig.  $٠٠٠,٠ =$  والمراد ان القوى العاطفية والقوى الضرائية يؤثر الضغط معا. و قيمة koefisien korelasi بين القوى العاطفية و الضغط بالنسبة -٢٩٥,٠. بالقيمة  $p = ١٠٠,٠$  وقيمة والقوى الضرائية و الضغط بالنسبة -٤٣٦,٠ بالقيمة  $p = ١٠٠,٠$ . ومطابقا على هذا ان الفرضية القائلة ان العلاقة السلبية بين القوى العاطفية والقوى الضرائية بالضغط مقبولة ( $p < ٠٥,٠$ ). وهذا يشار اذا كانت القوى العاطفية والقوى الضرائية ترتفع, وكان الضغط تنقص, وهكذا يقابلها.

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pasar Baru Porong dulunya merupakan salah satu tempat penampungan bagi para pengungsi korban lumpur Lapindo yang hingga kini luapannya masih belum kunjung usai. Tempat tersebut dihuni oleh 563 KK dengan total 1.904 jiwa yang semuanya berasal dari desa Renokenongo.<sup>1</sup> Namun, sejak tanggal 15 Mei 2009, Pasar Baru Porong sudah dikosongkan karena oleh pemerintah setempat akan ditempati untuk pasar tradisional. Para pengungsi pun di pindahkan ke lahan kosong di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, dengan dibangun beberapa petak kecil untuk tempat tinggal di sana. Jumlah pengungsi juga sudah berkurang karena sebagian besar lebih memilih untuk mengontrak rumah. Sedangkan 62 KK dengan total kurang lebih 243 jiwa, tetap bertahan di pengungsian karena sampai sekarang mereka belum mampu mengontrak rumah seperti pengungsi lainnya.

Ketika memasuki penampungan baru bagi pengungsi korban lumpur Lapindo di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo akan tersaji suatu pemandangan yang sangat memprihatinkan. Kondisi pengungsian sangat berbeda jauh dengan pengungsian di Pasar Baru Porong. Bagaimana tidak, di tempat pengungsian tersebut para korban harus rela tinggal di gubuk-gubuk kecil dan sempit yang tidak sepatutnya dijadikan tempat tinggal. Lantai masih berupa tanah, sulit

---

<sup>1</sup> *Laporan Perkembangan Penanganan Bencana Luapan Lumpur di Kabupaten Sidoarjo*, oleh Tim Pelaporan Penanganan Bencana Luapan Lumpur Porong (BPL2P).

mendapatkan air bersih dan listrik, nyamuk dan hewan-hewan kecil yang dirasa mengganggu karena dulunya tempat tersebut adalah areal persawahan. Belum lagi hawa dingin yang sering menyerang ketika malam, membuat mereka sulit untuk beristirahat karena gubuk hanya terbuat dari kayu tipis. Dari hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa pengungsi diketahui bahwa banyak dari mereka yang lebih menyukai tinggal di pengungsian Pasar Baru Porong daripada pengungsian sekarang, karena sarana dan prasarana pengungsian sangat kurang. Namun, biaya kontrak rumah yang lebih mahal daripada di pengungsian membuat mereka hingga saat ini lebih memilih untuk tetap bertahan di pengungsian sampai tuntutan ganti rugi mereka dipenuhi oleh pihak Lapindo Brantas.

Pada tanggal 28 Mei 2006, sekitar pukul 22.00 WIB terjadi kebocoran gas hidrogen sulfida ( $H_2S$ ) di areal ladang eksplorasi gas Rig 01, lokasi Banjar Panji perusahaan PT. Lapindo Brantas di Desa Ronokenongo, Kecamatan Porong, Kabupaten Sidoarjo. Kebocoran gas tersebut berupa semburan asap putih dari rekahan tanah, membumbung tinggi sekitar 10 meter. Semburan gas tersebut disertai keluarnya cairan lumpur dan meluber ke lahan warga.<sup>2</sup>

Itulah awal bencana yang dialami oleh warga desa Renokenongo, Kedungbendo, Siring, dan Jatirejo, Sidoarjo. Semburan yang kini akhirnya membentuk kubangan lumpur panas ini telah memporak-porandakan sumber-sumber penghidupan warga setempat dan sekitarnya. Karena dampak luapan lumpur panas Lapindo Brantas ini, ribuan jiwa harus mengungsi, 7.000 ha

---

<sup>2</sup> *Ibid.*

tambak dan 615,15 Ha sawah tidak bisa digarap, 18 lembaga sekolah tidak bisa difungsikan, 1810 unit bangunan tergenang lumpur, 20 perusahaan harus tutup, jalan tol Surabaya-Gempol harus ditutup karena semua tergenang lumpur panas dan masih banyak kerugian-kerugian material atau non material lainnya yang masih belum teridentifikasi.<sup>3</sup>

Penderitaan yang dialami warga tidak hanya secara fisik, tapi juga secara mental. Kondisi yang sedang mereka alami dapat membuat para pengungsi merasa tertekan dan kebingungan. Secara psikologis keadaan tersebut sangat rentan membuat mereka terkena stres, karena sebelumnya mereka hidup tenang dan bahagia di kampung halaman, yang kemudian harus rela berdesak-desakan sengsara tanpa kepastian di pengungsian Pasar Porong, dan sekarang tiba-tiba harus pindah ke pengungsian yang baru yang kondisinya jauh tidak lebih baik. Belum lagi penyediaan fasilitas air bersih, listrik, fasilitas kesehatan, dan tempat tinggal harus dikenakan biaya sewa. Praktis, mereka merasa beban hidup yang harus ditanggung semakin berat. Selain biaya hidup agar tetap bisa bertahan di pengungsian, mereka juga harus memikirkan masa depan keluarga. Sementara mereka masih menggantungkan nasib ke depannya di tangan pemerintah, yang hingga kini masih belum jelas arahnya.

Stres merupakan bagian yang tidak bisa dipisahkan lagi dari kehidupan manusia sehari-hari. Stres merupakan reaksi tubuh pada diri seseorang akibat berbagai persoalan yang dihadapi. Terry Looker dan Olga Gregson mendefinisikan stres sebagai sebuah keadaan yang kita alami ketika ada sebuah

---

<sup>3</sup> *Ibid.*

ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya.<sup>4</sup>

Tekanan yang menyebabkan stres jika dibiarkan berlarut-larut tentunya juga dapat menyebabkan gangguan pada fisik dan psikis individu. Seseorang jadi mudah sakit dan bisa mengalami depresi bahkan sampai mengalami gangguan jiwa. Banyak pengungsi yang mengeluh merasa stres sejak pindah ke pengungsian yang baru, karena secara tidak langsung mereka harus adaptasi dengan lingkungan lagi serta kondisi pengungsian yang jauh lebih memprihatinkan daripada pengungsian di Pasar Baru Porong. Menurut pengakuan salah satu korban lumpur di penampungan baru desa Kedungsolo Porong, mengatakan bahwa banyak warga yang mudah marah dan mudah tersulut emosinya. Bahkan, mereka mudah marah pada anak, istri, juga pada para tetangga. Hal itu terjadi karena para korban lumpur panas ini tidak mampu lagi mengendalikan emosi jiwanya, karena nasib yang semakin tidak jelas. Apalagi mengingat bahwa sebagian dari mereka sudah ada yang bisa mengontrak rumah, sehingga banyak juga warga di pengungsian tersebut yang merasa bahwa nasib mereka tidak seberuntung nasib teman yang lainnya. Pernyataan tersebut juga disetujui oleh Bapak Bambang, koordinator korban lumpur Lapindo, bahwa banyak diantara korban lumpur yang stres. Jika dibiarkan berlarut-larut, selain ada masalah sosial, akan timbul juga masalah psikologis bagi mereka.

---

<sup>4</sup> Looker, Terry, & Gregson, Olga. 2005. *Managing Stress, Mengatasi Stres Secara Mandiri*. Yogyakarta: Baca!. hal 44

Hal ini merupakan permasalahan umum yang sering terjadi dan harus segera ditangani. Namun, perlunya penanganan psikologis untuk para korban lumpur Lapindo tidak banyak dilakukan oleh pihak Lapindo Brantas. Ganti rugi dan penanganan lainnya untuk para korban lebih diutamakan daripada kesejahteraan psikologis mereka. Untuk itu, dalam kondisi semacam ini diperlukan suatu penanganan khusus yang datangnya bukan dari oranglain melainkan dari diri sendiri. Kemampuan tersebut diperlukan untuk dapat mengatasi serta melampaui segala kesulitan hidup yang mereka tanggung selama di penampungan baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

Untuk dapat menghilangkan atau sekiranya mengurangi tekanan pada diri yang dapat menyebabkan stres, diperlukan langkah awal untuk mengatasinya dengan adanya kemampuan untuk mengenali diri sendiri. Kemampuan ini terdapat dalam aspek-aspek kecerdasan emosi (*Emotional Quotient*). Daniel Goleman, pencetus konsep kecerdasan emosi, membagi kecerdasan emosi dalam lima bagian utama, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi oranglain (empati), dan membina hubungan baik dengan orang lain. Kelima aspek di atas menjadi dasar dalam kecerdasan emosi.

Kecerdasan emosi (*Emotional Quotient*) adalah kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi, baik emosi dirinya sendiri maupun emosi oranglain, dengan tindakan konstruktif, yang mempromosikan kerjasama sebagai tim yang mengacu pada produktivitas dan bukan pada konflik.

Seseorang yang memiliki kecerdasan pada dimensi emosionalnya akan mampu mengatasi serta menguasai situasi penuh tantangan yang biasanya dapat menimbulkan ketegangan dan kecemasan menjadi lebih tangguh menghadapi persoalan hidup serta akan berhasil mengendalikan reaksi perilakunya sehingga mampu menghadapi kegagalan dengan baik.<sup>5</sup>

Berbeda dengan kecerdasan emosi (*Emotional Quotient*), *Adversity Quotient* (AQ) yang diperkenalkan oleh Dr. Paul Stoltz, Ph.D pada tahun 1997 membuat terobosan baru. Menurutnya, *Adversity Quotient* (AQ) dapat membantu seseorang memperkuat kemampuan dan ketekunan dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari, dengan tetap berpegang terhadap impian-impian tanpa memperdulikan apa yang terjadi.<sup>6</sup> Dengan begitu dapat dikatakan bahwa *Adversity Quotient* merupakan kemampuan lebih yang dimiliki oleh individu untuk melihat dan mengubah persoalan menjadi sebuah kesempatan atau bagaimana individu dapat bertahan dalam menghadapi persoalan ataupun kesulitan hidup.

Kecerdasan yang dipopulerkan Paul G. Stoltz, Ph.D ini penting saat hidup sudah terasa tidak indah lagi, seperti yang tengah dialami oleh korban lumpur Lapindo di pengungsian Pasar Baru Porong yang kebahagiaannya sudah terenggut akibat musibah tersebut. *Adversity Quotient* (AQ) mengukur kemampuan individu dalam mengatasi kesulitan. Hidup tentu

---

<sup>5</sup> Mulyadi dan Mufita, Rizka. Januari 2006/Vol. 3/ jurnal PsikoIslamika. *Pengaruh Adversity Quotient dan Emotional Quotient terhadap Kecemasan Menghadapi Persaingan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Malang.*/ hal. 36

<sup>6</sup> *Ibid.*

tidak akan pernah lepas dari masalah dan karena masalah itulah kita menjadi lebih baik dalam menyikapi hidup.

Dalam Al-Qur'an dan Hadits sendiri juga banyak dijelaskan bahwa di dalam setiap kesulitan selalu ada kesempatan. Allah swt memberikan permasalahan-permasalahan pada manusia berdasarkan kadar kemampuannya. Seseorang tidak akan diberikan sebuah permasalahan di luar kemampuannya. Manusia harus selalu berusaha dapat menyelesaikan permasalahan yang ada, serta tidak mudah putus asa ketika menghadapi sebuah kesulitan. Umat Islam diperintahkan agar tidak mudah berputus asa terhadap berbagai kesulitan dan selalu yakin bahwa rahmat Allah swt selalu ada. Seperti dalam firman Allah swt dalam Al-Qur'an :

وَلَا تَأْيِسُوا مِنَ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنَ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْكَافِرُونَ

*“Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”.*(QS Yusuf: 87).<sup>7</sup>

Untuk mencapai sukses dalam hidup, tidak cukup hanya berdiam diri dan mudah putus asa. Orang seperti ini tidak akan sampai pada puncak sukses. Untuk sukses, dibutuhkan orang yang memiliki kecerdasan dari aspek kesediaannya menerima kepahitan hidup, kesengsaraan, dan penderitaan. Orang yang dapat bertahan hidup dalam medan sulitnya kehidupan, maka mereka adalah orang yang tinggi *Adversity Quotient* (AQ) nya. Sebaliknya, jika sebagai manusia kita mudah menyerah, pasrah begitu saja pada takdir, pesimis

<sup>7</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.



dan selalu bersikap negatif, maka dapat dikatakan kita sebagai individu yang memiliki tingkat *Adversity Quotient* (AQ) yang rendah.

Berdasarkan ayat Al-Qur'an di atas, juga dapat diketahui bahwa dalam agama Islam sendiri juga memerintahkan manusia agar mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk melakukan berbagai tindakan dalam menghadapi kesulitan dan permasalahan hidup. Karena manusia adalah makhluk yang sempurna, rahmat dan pertolongan Allah swt selalu ada selama manusia itu mau berusaha.

Adapun contoh kasus pada salah satu keluarga, Nur Azizah (35 tahun), korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

*Sejak tinggal di pengungsian Pasar Porong sampai pindah ke pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, hidupnya seakan-akan selalu diliputi kecemasan. Setiap hari ia selalu memikirkan bagaimana hidupnya nanti bersama suami dan kelima orang anaknya. Sementara sampai saat ini, mereka masih harus tinggal di gubuk kecil, dengan fasilitas yang seadanya. Belum lagi sang suami yang hanya berprofesi sebagai tukang becak, yang pendapatannya terkadang tidak tentu. Sementara mereka harus terus membiayai pendidikan anak dan iuran rutin selama di pengungsian. Nur Azizah sendiri tidak bekerja sejak toko yang dimilikinya hancur tergenang lumpur panas, sehingga perekonomian keluarga itu hanya bergantung pada pendapatan sang bapak. Selama tinggal di pengungsian pasar Porong, Nur Azizah sempat berjualan jajanan di sekitar pasar. Namun, sejak pindah ke pengungsian baru di desa Kedungsolo, ia tidak lagi berjualan karena tempatnya tinggal dinilai kurang strategis. Kini, Nur Azizah hanya berharap agar ganti rugi dari pihak Lapindo Brantas cepat terealisasi, sehingga ia bisa memiliki rumah dan menjalani hidup dengan lebih baik dan bahagia bersama keluarganya.*

Berangkat dari fenomena di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan pentingnya memiliki *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* bagi individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Apalagi jika dihadapkan pada persoalan hidup seperti yang saat ini tengah dialami oleh para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru, di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo. Mereka dirasa perlu untuk mampu mengelola emosi dengan baik dan mampu menghadapi segala permasalahan dan kesulitan hidup di tempat pengungsian yang baru. Semua itu akan menjadi pegangan bagi para korban lumpur Lapindo menghadapi segala hal yang menyebabkan mereka rentan terkena stres. Karena itulah, peneliti tertarik melakukan penelitian di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo dengan judul “*Hubungan antara Emotional Quotient dan Adversity Quotient dengan Tingkat Stres pada Korban Lumpur Lapindo*”.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *Emotional Quotient* pada para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo?
2. Bagaimana tingkat *Adversity Quotient* pada para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo?
3. Bagaimana tingkat stres pada para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo?

4. Apakah ada hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dilihat dari pemetaan masalah di atas, penelitian ini ditujukan untuk mengungkap :

1. Untuk mengetahui tingkat *Emotional Quotient* pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui tingkat *Adversity Quotient* pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.
3. Untuk mengetahui tingkat stres pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.
4. Untuk membuktikan apakah ada hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

### **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi peneliti dan khalayak intelektual pada umumnya, disamping itu peneliti juga bermaksud untuk :

1. Manfaat teoritis: berbagi informasi tentang hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban bencana

Lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk memperkaya pengetahuan dan keilmuan psikologi, khususnya tentang stres, *Emotional Quotient* (EQ), dan *Adversity Quotient* (AQ).

2. Manfaat praktis: diharapkan dapat memberikan sumbangan nyata bagi kehidupan masyarakat luas untuk lebih mengenali potensinya sehingga dapat mengurangi tingkat stres yang dialami, khususnya pada masyarakat korban lumpur Lapindo.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. *Emotional Quotient* (Kecerdasan Emosi)

##### 1. Pengertian Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi atau *Emotional Quotient* merujuk pada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, serta kemampuan mengelola emosi pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain secara baik.<sup>8</sup> Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda, tetapi saling melengkapi, dengan kecerdasan akademik (*academic intelligence*), yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ. Dua macam kecerdasan yang berbeda ini (intelektual dan emosi), mengungkapkan aktivitas bagian-bagian yang berbeda dalam otak. Kecerdasan intelektual terutama didasarkan pada kerja neokorteks, lapisan yang dalam evolusi berkembang paling akhir di bagian atas otak. Sedangkan pusat-pusat emosi berada di bagian otak yang lebih dalam, dalam subkorteks yang secara evolusi lebih kuno. Kecerdasan emosi dipengaruhi oleh kerja pusat-pusat emosi tersebut, tetapi dalam keselarasan dengan kerja pusat-pusat intelektual.<sup>9</sup>

Di antara pakar-pakar teori tentang kecerdasan emosi yang paling berpengaruh menunjukkan perbedaan nyata antara kemampuan intelektual dan emosi adalah Howard Gardner, seorang psikolog dari Harvard, yang

---

<sup>8</sup> Goleman, Daniel. 2005. *Working With Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. hal. 512.

<sup>9</sup> *Ibid.*

dalam tahun 1983 memperkenalkan sebuah model yang oleh banyak orang disebut kecerdasan majemuk (*multiple intelligence*). Daftar tujuh macam kecerdasan yang dibuatnya meliputi tidak hanya kemampuan verbal dan matematika yang sudah lazim, tetapi juga dua kemampuan yang bersifat “pribadi”, yaitu kemampuan mengenal dunia dalam diri sendiri dan keterampilan sosial.

Menyusul riset Gardner tersebut, Reuven Bar-On, seorang dosen sekaligus psikolog di Tel Aviv University Medical, mengembangkan survey psikologi formal pada tahun 1985. Instrumen ini diupayakan untuk mengukur apa yang ia sebut “ukuran emosional”, yang kemudian melahirkan istilah *Emotional Quotient* (EQ). Menurut pandangannya, EQ mencakup optimisme, fleksibilitas, dan kemampuan menangani stres dan memecahkan berbagai masalah, serta kemampuan memahami perasaan orang lain dan memelihara hubungan-hubungan antar pribadi yang memuaskan.<sup>10</sup>

Peter Salovey, profesor psikologi dan kesehatan publik di Yale University, dan John Mayer, psikolog di University of New Hampshire, sampai pada kesimpulan-kesimpulan yang sama. Pada tahun 1990, Salovey dan Mayer menerbitkan studi mereka tentang “intelijensi emosional”. Dalam teori mereka, inteligensi emosional mencakup kemampuan “memantau perasaan dan emosi sendiri maupun orang lain,

---

<sup>10</sup> Craig, Anne Jeanne. 2004. *Bukan Seberapa Cerdas Diri Anda Tetapi Bagaimana Anda Cerdas*. Batam: Interaksara, hal 18-19.

membedakannya, dan menggunakan informasinya untuk memandu pikiran serta tindakan seseorang.”

Pada tahun 1995, dengan diterbitkannya buku *Emotional Intelligence*, Daniel Goleman mengembangkan pandangannya tentang inteligensi emosional melampaui konsep-konsep orisinalnya sehingga mencakup kualitas karakter seperti belas kasih, disiplin diri dan altruisme (mendahulukan kepentingan orang lain).

Daniel Goleman menyebutkan bahwa kecerdasan emosi adalah kecakapan emosi yang meliputi kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa.<sup>11</sup>

Menurut Cooper dan Sawaf, kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya serta kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi, serta pengaruh manusiawi.<sup>12</sup>

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai sebuah bentuk intelegensi yang melibatkan kemampuan untuk menangkap perasaan dan emosi diri sendiri dan orang lain, untuk membedakannya dan

---

<sup>11</sup> Goleman, Daniel. 2004. *Emotional Intelligence; Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. hal. 45.

<sup>12</sup> Agustian, Ginanjar Ari. 2003. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual*. Jakarta: Arga. hal. 387.

menggunakan informasi ini dalam menuntun pikiran dan tindakan seseorang.<sup>13</sup>

Patton mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai suatu kekuatan dibalik singgasana kemampuan intelektual. Kecerdasan emosi merupakan dasar-dasar pembentukan emosi yang mencakup ketrampilan-ketrampilan untuk menunda kepuasan dan mengendalikan impuls-impuls, tetap optimis jika berhadapan dengan kemalangan dan ketidakpastian, menyalurkan emosi-emosi yang kuat secara efektif, mampu memotivasi dan menjaga semangat disiplin diri dalam usaha mencapai tujuan-tujuan, menangani kelemahan-kelemahan pribadi, menunjukkan rasa empati kepada orang lain, membangun kesadaran diri dan pemahaman pribadi.<sup>14</sup>

Sternberg dalam Stella (2003) menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan mental tingkat tinggi, seperti penalaran abstrak, menilai, mempertimbangkan, memahami, mengelola, mengenali dan memberi makna. Kecerdasan ini sering ditunjukkan untuk memprediksi suatu keberhasilan. Kemampuan ini juga digunakan untuk menilai dan memahami emosi yang menjadi dasar dalam mengelola dan menggunakan emosi, termasuk memilih dan mengambil keputusan dan melihat akibat dari pilihan yang ditentukan, serta menggunakan emosi untuk mengarahkan perhatian dan memecahkan masalah.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> *Ibid.*

<sup>14</sup> Fuaturosida, Rika. 2006. *Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Manajemen Konflik Interpersonal pada Penghuni Lembaga Pemasyarakatan Anak Blitar*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang. hal. 11.

<sup>15</sup> <http://lapiyu.blogdetik.com/2009/02/03/pengertian-kecerdasan-emosi/> akses 2 Maret 2009.



Dari beberapa pengertian yang telah dipaparkan di atas maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa *Emotional Quotient* adalah kemampuan pribadi secara emosional yaitu untuk mengerti, merasakan dan mengendalikan emosi yang meliputi kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, serta kemampuan mengelola emosi pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain secara baik.

## 2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi

Daniel Goleman dalam bukunya yang berjudul “*Working With Emotional Intelligence*” memberikan suatu rumusan tentang aspek-aspek kecerdasan emosi dengan membuat tabel kerangka kerja kecakapan emosi yang meliputi kecakapan pribadi dan kecakapan sosial.<sup>16</sup> Kecakapan pribadi adalah kecakapan yang menentukan bagaimana seseorang mengelola dirinya sendiri. Sedangkan kecakapan sosial adalah kecakapan yang menentukan bagaimana seseorang menangani suatu hubungan.

### a) Kecakapan pribadi

Yang termasuk dalam kategori kecakapan pribadi adalah :

1. Kesadaran diri, mengetahui kondisi diri sendiri, kesukaran, sumber daya dan intuisi. Aspek kesadaran diri meliputi :
  - a. Kesadaran emosi, yaitu mengenali emosi diri sendiri dan efeknya.
  - b. Penilaian diri secara teliti, yaitu mengetahui kekuatan dan batasan-batasan diri sendiri.

---

<sup>16</sup> Goleman, Daniel. 2005. *Working With Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. hal. 42-43.

- c. Percaya diri, yaitu keyakinan tentang harga diri dan kemampuan sendiri.
2. Pengaturan diri, mengelola kondisi, impuls, dan sumber daya diri sendiri. Aspek pengaturan diri meliputi :
- a. Kendali diri, yaitu mengelola emosi-emosi dan desakan-desakan hati yang merusak.
  - b. Sifat dapat dipercaya, yaitu memelihara norma kejujuran dan integritas.
  - c. Kewaspadaan, yaitu bertanggung jawab atas kinerja pribadi.
  - d. Adaptibilitas, yaitu keluwesan dalam menghadapi perubahan.
  - e. Inovasi, yaitu mudah menerima dan terbuka terhadap gagasan, pendekatan, dan informasi-informasi baru.
3. Motivasi, kecenderungan motivasi yang mengantar atau memudahkan peraih sasaran. Aspek motivasi meliputi :
- a. Dorongan prestasi, yaitu dorongan untuk menjadi lebih baik dan memenuhi standart keberhasilan.
  - b. Komitmen, yaitu menyesuaikan diri dengan sasaran kelompok atau organisasi.
  - c. Inisiatif, yaitu kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan.
  - d. Optimisme, yaitu kegigihan dalam memperjuangkan sasaran, kendati ada halangan dan kegagalan.

b) Kecakapan sosial

Yang termasuk dalam kategori kecakapan sosial adalah :

1. Empati, kesadaran terhadap perasaan, kebutuhan, dan kepentingan oranglain. Aspek empati meliputi :
  - a. Memahami orang lain, yaitu mengindera perasaan dan perspektif orang lain, dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka.
  - b. Orientasi pelayanan, yaitu mengantisipasi, mengenali, dan berusaha memenuhi kebutuhan orang lain yang membutuhkan jasa kita.
  - c. Mengembangkan orang lain, yaitu merasakan kebutuhan perkembangan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan mereka.
  - d. Mengatasi keragaman, yaitu menumbuhkan peluang melalui pergaulan dengan bermacam-macam orang.
  - e. Kesadaran politis, yaitu mampu membaca arus-arus emosi sebuah kelompok dan hubungannya dengan kekuasaan.
2. Keterampilan sosial: kepintaran dalam menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain. Aspek keterampilan sosial meliputi :
  - a. Pengaruh, yaitu memiliki taktik untuk melakukan persuasi.
  - b. Komunikasi, yaitu mengirimkan pesan yang jelas dan meyakinkan.
  - c. Kepemimpinan, yaitu membangkitkan inspirasi dan memandu kelompok atau oranglain.
  - d. Katalisator perubahan, yaitu memulai dan mengelola perubahan.

- e. Manajemen konflik, yaitu negosiasi dan perencanaan silang pendapat.
- f. Pengikat jaringan, yaitu menumbuhkan hubungan sebagai alat.
- g. Kolaborasi dan kooperasi, yaitu kerjasama dengan oranglain demi tujuan bersama.
- h. Kemampuan tim, yaitu menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.<sup>17</sup>

Salovey (1990) mencetuskan sebuah konsep tentang kecerdasan emosi yang dipetakan ke dalam lima wilayah utama, yaitu:

- 1) Mengenali emosi diri: mengenali perasaan pada saat perasaan itu terjadi, dan kemampuan untuk memantau perasaan diri dari waktu ke waktu.
- 2) Mengelola emosi: menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas, termasuk di dalamnya adalah kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, dan ketersinggungan.
- 3) Memotivasi diri sendiri: kemampuan menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan dan berkreasi.
- 4) Mengenali emosi orang lain: keterampilan berempati atau memahami apa yang dibutuhkan dan dikehendaki orang lain.
- 5) Membina hubungan: keterampilan sosial atau mengelola emosi orang lain.<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> Goleman, Daniel. 2005. *Working With Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. hal. 42-43.

<sup>18</sup> Agustian, Ginanjar Ari. 2003. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual*. Jakarta: Arga. hal. 396.

Daniel Goleman juga mengadaptasi model yang digunakan oleh Salovey dan Mayer, dengan meringkas kelima dasar kecakapan emosi dan sosial, yaitu sebagai berikut:

- a. *Kesadaran diri*: mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.
- b. *Pengaturan diri*: menangani emosi kita sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.
- c. *Motivasi*: menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.
- d. *Empati*: merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
- e. *Keterampilan sosial*: menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan ketrampilan-ketrampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin,

bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim.<sup>19</sup>

Konsep teori milik Daniel Goleman dalam penelitian ini dijadikan peneliti sebagai landasan dalam pembuatan skala *Emotional Quotient*, karena dirasa paling sesuai dengan kondisi subjek penelitian, yaitu para korban lumpur Lapindo yang sangat rentan terkena stres karena bencana lumpur panas, yang tinggal di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

Dari pendapat di atas maka dapat diperoleh suatu rumusan tentang aspek-aspek kecerdasan emosi yang meliputi kemampuan mengidentifikasi emosi diri sendiri (kesadaran diri), mengelola dan mengendalikan emosi diri (pengaturan diri), memotivasi diri (motivasi), mengenali emosi orang lain (empati), dan membina hubungan baik dengan orang lain (keterampilan sosial).

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi**

Menurut Walgito (1993) membagi faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi menjadi dua faktor yaitu :<sup>20</sup>

#### **a. Faktor Internal**

Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang dapat

---

<sup>19</sup> Goleman, Daniel. 2005. *Working With Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. hal. 513-514.

<sup>20</sup> <http://lapiyu.blogdetik.com/pengertian-kecerdasan-emosi/> diakses tanggal 3 Maret 2009.

terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Sedangkan dalam segi psikologis mencakup di dalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

#### b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi: 1) Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi, dan 2) Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosi. Objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebulatan yang sangat sulit dipisahkan.

Sedangkan menurut Daniel Goleman, kecerdasan emosi juga dipengaruhi oleh kedua faktor tersebut diantaranya faktor otak, faktor keluarga, faktor lingkungan sekolah, dan faktor lingkungan dan dukungan sosial.<sup>21</sup>

##### 1) Faktor Otak

La Doux mengungkapkan bagaimana arsitektur otak memberi tempat istimewa bagi amigdala sebagai penjaga emosi, penjaga yang mampu membajak otak. Amigdala adalah spesialis masalah-masalah emosional. Apabila amigdala dipisahkan dari bagian-bagian otak lainnya, hasilnya adalah ketidakmampuan yang sangat mencolok dalam menangkap makna emosi awal suatu peristiwa. Amigdala

---

<sup>21</sup> Goleman, Daniel. 2004. *Emotional Intelligence; Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. hal. 20.

berfungsi sebagai gudang ingatan emosi. Dengan demikian makna emosi itu sendiri hidup tanpa amigdala merupakan kehidupan tanpa makna pribadi sama sekali.

## 2) Faktor Lingkungan Keluarga

Orangtua memegang peranan penting terhadap perkembangan kecerdasan emosi, karena lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama bagi anak untuk mempelajari emosi. Dari keluargalah seorang anak mengenal emosi, yang paling utama orangtua, bagaimana orangtua mengasuh dan mendidik anak merupakan sebuah tahapan awal yang diterima oleh anak dalam mengenal kehidupan.

## 3) Faktor Lingkungan Sekolah

Seorang guru memiliki peranan yang penting dalam mengembangkan potensi anak melalui teknik dan metode mengajar, sehingga kecerdasan emosi dapat berkembang secara maksimal. Kondisi ini menuntut agar sistem pendidikan hendaknya tidak mengabaikan berkembangnya otak kanan terutama perkembangan emosi dan konasi seseorang.

## 4) Faktor Lingkungan dan Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat berupa perhatian, penghargaan, pujian, nasehat atau penerimaan masyarakat. Semuanya itu memberikan dukungan psikis atau psikologis bagi individu. Dukungan sosial yang cukup mampu mengembangkan aspek-aspek kecerdasan emosi anak,



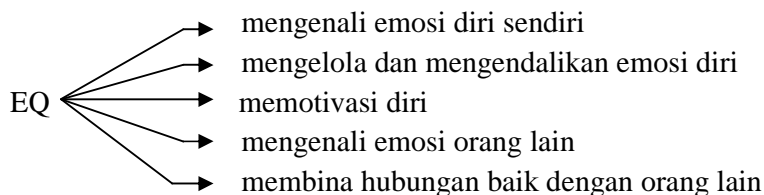
sehingga memunculkan perasaan berharga dalam mengembangkan kepribadian dan kontak sosialnya.

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *Emotional Quotient* seseorang adalah terdiri dari faktor otak dan faktor keluarga sebagai faktor utama, dan faktor pendukung lainnya yaitu lingkungan sekolah dan dukungan sosial.

#### 4. *Emotional Quotient* dalam Kajian Keislaman

##### a. Telaah Konsep *Emotional Quotient* dalam Perspektif Psikologi

Menurut Daniel Goleman (1997), *Emotional Quotient* (EQ) adalah kecakapan emosi yang meliputi kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa. *Emotional Quotient* juga memiliki beberapa aspek, yang dapat dijabarkan dalam bagan berikut ini :



Sumber : Konsep *Emotional Quotient* milik Daniel Goleman.

##### b. Telaah Konsep *Emotional Quotient* Menurut Al-Qur'an

Dalam Islam, kata perasaan atau emosi yang berhubungan dengan kecerdasan dapat dipahami dari beberapa firman Allah swt, seperti dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 154 :

وَلَا تَقُولُوا لِمَنْ يُقْتَلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمُوتَ بَلْ أَحْيَاءٌ وَلَكِنْ لَا تَشْعُرُونَ

*“Dan janganlah kamu mengatakan terhadap orang-orang yang gugur di jalan Allah, (bahwa mereka itu ) mati; bahkan (sebenarnya) mereka itu hidup, tetapi kamu tidak merasakannya.”<sup>22</sup>*

Pada ayat di atas Allah swt menjelaskan dan bahkan melarang kita mengatakan bahwa orang-orang yang mati, wafat atau terbunuh di jalannya itu mati, akan tetapi selamanya mereka itu hidup, dan kita tidak dapat merasakan, mengetahui, dan memahaminya. Makna mati dalam ayat ini ada dua makna, yaitu mati dalam arti lahir (lepasnya roh dari jasad) dan mati dalam arti batin (lepasnya sifat-sifat duniawi dari dalam diri dan lepas dalam sifat-sifat ketuhanan dan dengan sifat-sifat ketuhanan).

Kata “*syu’ur*” pada ayat di atas yang artinya “*kalian merasakan*”, menunjukkan pesan-pesan tersirat agar seseorang yang tidak beriman mengembangkan potensi, kemampuan, atau kecerdasan perasaannya agar dapat mengetahui, mengenali, dan memahami eksistensi dan fenomena yang ada dalam lingkungannya. Sehingga atas dasar itu, seseorang dapat membangun harmonisasi kehidupan melalui interaksi dan adaptasi terhadap lingkungan sekitar.

Islam memahami bahwa emosi mempunyai peranan yang penting dalam diri manusia. Meskipun begitu, emosi harus selalu diarahkan agar tidak dikuasai oleh syaitan sehingga manusia tidak selalu bersenang-senang selama di dunia. Allah swt berfirman dalam Al-Qur’an surat Al-Baqarah ayat 9:

---

<sup>22</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa’.

تُخَدِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَمَا تَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ ﴿١١﴾

*“Mereka hendak menipu Allah dan orang-orang yang beriman, padahal mereka Hanya menipu dirinya sendiri sedang mereka tidak sadar.”*<sup>23</sup>

Ayat ini mengandung pesan bahwa, orang yang tidak memiliki kecerdasan emosional maka ia tidak dapat berinteraksi dan bersosialisasi dengan hamba-hamba-Nya dengan baik dan benar. Dalam ayat lain Allah swt juga berfirman :

وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ ﴿١٢﴾ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَكِن لَّا يَشْعُرُونَ ﴿١٣﴾

*“Dan bila dikatakan kepada mereka:”Janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi”. mereka menjawab: “Sesungguhnya kami orang-orang yang mengadakan perbaikan.” Ingatlah, Sesungguhnya mereka Itulah orang-orang yang membuat kerusakan, tetapi mereka tidak sadar.”*(QS. Al-Baqarah: 11-12)<sup>24</sup>

Ayat di atas juga menjelaskan bahwa orang-orang yang tidak memiliki kecerdasan emosional tidak dapat mengetahui dan membedakan antara perbuatan atau perilaku yang dapat mendatangkan kebaikan dan yang dapat mendatangkan keburukan bagi lingkungannya. Karena itu, manusia harus mempunyai suatu kesadaran yang diperoleh dengan kekuatan iman. Kesadaran tersebut menjadi pendorong bagi manusia untuk selalu beriman dan bertakwa kepada Allah swt, sehingga dapat selalu membawa manusia untuk selalu bersikap dan berperilaku baik dalam hidup dengan mengendalikan emosinya.

<sup>23</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.

<sup>24</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.

c. Inventarisasi Teks Islam Tentang *Emotional Quotient*

Tabel 2.1

Inventaris Teks Islam Tentang *Emotional Quotient*

No	Teks	Makna	Substansi	Sumber	Σ
1.	تَشْعُرُونَ	Merasakan	Mengenali emosi diri sendiri dan orang lain	Ali Imran: 185	33
				An-Naba': 24	
Al-Insan: 13					
Ath-Thalaaq:9					
At-Taghaabun:5					
Ad-Dukhaan:56					
Asy-Syuura: 45&48					
Fushshilat:16,27&50					
Az-Zumar: 26					
Shaad: 8					
Ash-Shaaffaat: 31&38					
As-Sajdah:21					
Ar-Ruum: 33,41&46					
Al-'Ankabuut: 57					
Al-Hajj:9					
Al-Anbiyaa': 12,13,35					
Thaahaa: 74					
An-Nahl: 71&112					
Yunus: 21&30					
Al-An'aam: 65& 148					
Al-Maa'idah: 95					
An-Nisaa': 56					
Al-'Ashr : 3					
Al-A'raaf: 164					
2	تَوَاصَوْا	Menasehati/ membina			
2.	وَنَهَى النَّفْسَ	Menahan diri	Mengendalikan emosi dalam diri	Al-Baqarah: 187&228	7
				Ali-Imran: 39	
				An-Nisaa': 6	
				Az-Zumar: 38	
				Al-Mulk: 21	
An-Naazi'aat: 40					
3.	وَمَا أَسْتَكْبَرُوا	Tidak menyerah diri	Memotivasi diri	Al-Maa'idah: 3	8
				Fushshilat: 49	
				Huud: 9	
				Ali-Imran: 146	
				An-Nisaa': 90	
				Al-Maa'idah: 44	
Al-An'aam: 14					
An-Nahl: 28					

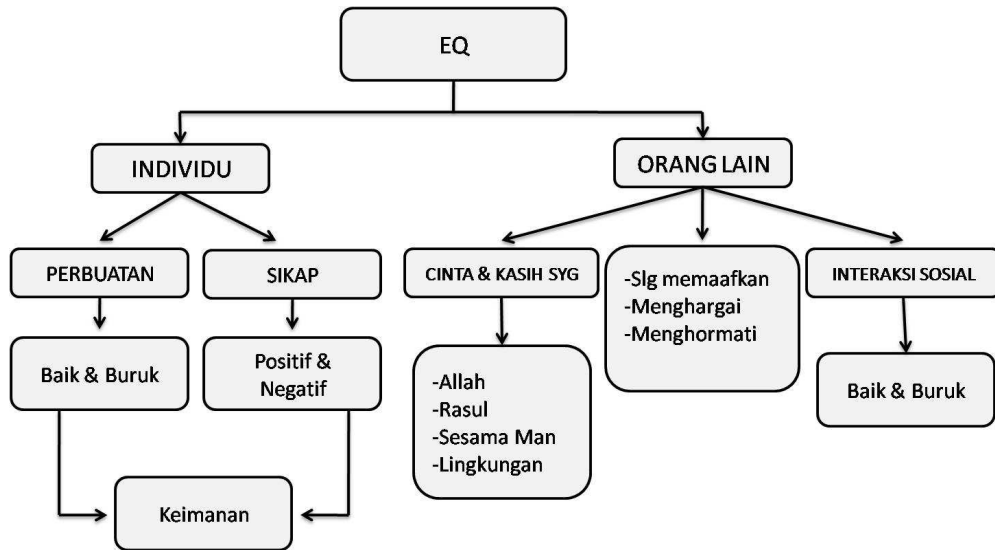
4.	يَغْفِرُوا	Memaafkan	Membangun hubungan baik	Al-Baqarah: 158,178, 237&263	21
				Asy-Syuura: 30,40,43	
				An-Nuur: 22	
				Ali Imraan: 134	
				At-Taubah: 66	
				Al-Maa'idah:95&101	
				An-Nisaa': 147&149	
	Al-Jaatsiyah: 14				
	At-Taghaabun: 14				
	Ali-Imran: 31				
	Al-Anfaal: 61				
	At-Taubah: 103				
	Al-Hujuraat: 7				
	Al-Waaqi'ah: 37				
<b>Total Ayat</b>					71

Sumber : Al-Qur'an.

**d. Figurisasi Emotional Quotient dalam Perspektif Islam**

**Gambar 2.1**

**Figurisasi Emotional Quotient dalam Perspektif Islam**



**e. Rumusan Konseptual tentang *Emotional Quotient* menurut Islam**

*Emotional Quotient* dalam islam merupakan kemampuan untuk merasakan maupun mengendalikan emosi (suasana hati) diri sendiri atau orang lain dengan situasi dan kondisi tertentu. Pengendalian emosi ini tentu saja hanya dapat dilakukan oleh orang-orang yang beriman, yang tidak pernah berputus asa dan yang mempunyai keteguhan hati. Keimanan kepada Allah swt merupakan kunci utama untuk membebaskan suasana hati dari segala bentuk godaan syaitan. Allah senantiasa melindungi serta menuntun manusia yang mendekatkan diri kepada-Nya.

**B. *Adversity Quotient* (Kecerdasan Adversitas)**

**1. Pengertian *Adversity Quotient***

*Adversity Quotient* (AQ) dikembangkan pertama kali oleh Paul G. Stoltz, seorang konsultan yang sangat terkenal dalam topik-topik kepemimpinan di dunia kerja dan dunia pendidikan berbasis skill. Ia menganggap bahwa IQ dan EQ yang sedang marak dibicarakan itu tidaklah cukup dalam meramalkan kesuksesan seseorang. Pada akhirnya Stoltz menawarkan konsep *Adversity Quotient* (AQ) yaitu suatu kemampuan seseorang dalam mengalami kesulitan.

Dalam menghadapi suatu masalah, seseorang sangat perlu melakukan langkah-langkah yang memungkinkan untuk mengambil jalan yang paling sesuai dengan tidak menyakiti atau merugikan diri sendiri dan orang lain.

Jalan tersebut berguna untuk melakukan terobosan penting agar kesuksesan dalam memecahkan suatu masalah dapat terwujud.<sup>25</sup>

Dalam Kamus Bahasa Inggris, kata “*adversity*” diartikan sebagai kesengsaraan dan kemalangan, sedangkan “*quotient*” diartikan sebagai kemampuan atau kecerdasan.<sup>26</sup> Sehingga dapat dikatakan *Adversity Quotient* adalah kecerdasan dalam menghadapi kesengsaraan dan kemalangan. Secara ringkas Stoltz mendefinisikan *Adversity Quotient* sebagai kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikannya. Terutama dalam penggapaian sebuah tujuan, cita-cita, harapan, dan yang paling penting adalah kepuasan pribadi dari hasil kerja atau aktifitas itu sendiri.<sup>27</sup>

Analisa Stoltz, AQ (*Adversity Quotient*) menggambarkan pola seseorang mengolah tanggapan atas semua bentuk dan intensitas kesulitan, serta tragedi besar hingga gangguan sepele.<sup>28</sup> Konsep baru ini menawarkan manfaat yang dapat diperoleh, yaitu :

- a) AQ menyatakan seberapa tegar seseorang menghadapi kemalangan dan menerima sebuah tantangan.
- b) AQ memperkirakan siapa yang mampu mengatasi kemalangan tersebut dan siapa yang akan terlibas.

---

<sup>25</sup> Fithrotin, Anny. 2004. *Korelasi Antara Kecerdasan Adversity dengan Kemampuan Problem Solving oleh Mantan Pengguna Narkoba di PRSPP Teratai Surabaya*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang. hal 10.

<sup>26</sup> Wojowasito, S. 2001. *Kamus Lengkap Inggris-Indonesia*. Bandung: Hasta. hal 3 dan 88.

<sup>27</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 10-13.

<sup>28</sup> *Ibid.* hal 9.

- c) AQ dapat memperkirakan siapa yang dapat melampaui harapan kinerja dan potensinya dan siapa yang tidak.
- d) AQ memperkirakan putus asa dan siapa yang bertahan.

AQ mewujudkan dua komponen esensial yang amat praktis yaitu teori ilmiah dan aplikasi nyata, karena AQ terwujud dalam tiga bentuk, yaitu :

- a) Kerangka konseptual baru untuk memahami dan meningkatkan semua aspek keberhasilan.
- b) Merupakan ukuran bagaimana seseorang merespon kemalangan.
- c) Merupakan perangkat alat untuk memperbaiki respon seseorang terhadap kemalangan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *Adversity Quotient* adalah kecerdasan seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan atau kesulitan dalam kehidupan, serta memiliki ketahanan mental, pengendalian diri, motivasi, kreativitas, produktivitas, harapan, kegembiraan, dan respon terhadap perubahan.

## 2. Tipe-tipe *Adversity Quotient*

Stoltz dengan konsep AQ membagi manusia dalam tiga kelompok, antara lain sebagai berikut:

- a) ***Quitters (mereka yang terhenti)***. Yaitu kelompok yang melarikan diri dari tantangan, akibatnya mungkin menjalani kehidupan dengan penuh kecemasan. *Quitters* adalah orang yang memilih untuk keluar, menghindari kewajiban, mundur meninggalkan impian-impianya dan memilih jalan yang dianggapnya lebih datar dan mudah. *Quitters* sering



menjadi sinis, murung dan mati perasaannya, atau mereka menjadi pemarah dan frustrasi, menyalahkan orang yang berada di sekelilingnya dan membenci orang yang terus menggerakkan tujuan ke depan, ia selalu mencari pelarian untuk menenangkan hati dan pikiran, sehingga mereka cenderung mengabaikan potensi yang mereka miliki.

- b) ***Campers (mereka yang berkemah)***. Yaitu mereka yang tidak memanfaatkan potensi mereka sepenuhnya. Kelompok ini menjalani kehidupan yang tidak lengkap. Perbedaan dengan *quitters* terletak pada tingkatnya. Ia merasa cukup senang dengan ilusinya sendiri tentang apa yang sudah ada dan mengorbankan kemungkinan untuk melihat atau mengalami apa yang masih mungkin terjadi. Mereka puas dengan mencukupi diri dan tidak mau mengembangkan diri, sehingga mereka kurang berhasil dalam belajar, tumbuh dan berprestasi.
- c) ***Climbers (Para Pendaki)***. Yaitu orang-orang yang selalu berupaya mencapai puncak pendakian yaitu kebutuhan aktualisasi diri pada skala kebutuhan Maslow, menghadapi berbagai rintangan. *Climbers* adalah pemikir yang selalu memikirkan kemungkinan-kemungkinan, dan tidak pernah membiarkan umur, jenis kelamin, ras, cacat fisik atau mental, atau hambatan lainnya menghalangi pendakiannya. Kelompok ini memang menantang perubahan-perubahan. Kesulitan ataupun krisis akan dihadapi walaupun perlu banyak energi, dedikasi, dan pengorbanan.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 18-20.

Dari ketiga jenis individu tersebut, *Climbers* memberikan kontribusi yang paling banyak. *Climbers* mewujudkan hampir seluruh potensi diri mereka, yang terus berkembang sepanjang hidup. Selain itu *Climbers* juga memperbesar kemampuannya dalam memberikan kontribusi dengan belajar dan memperbaiki diri seumur hidup. Sedangkan *Campers* hanya terhenti di tengah jalan perjuangan, tidak mencapai puncak, tetapi sudah puas dengan apa yang telah dicapainya. Terakhir adalah *Quitters*, mereka ini sudah berhenti sebelum melangkah. Pendakian yang tidak selesai itu sudah mereka anggap sebagai suatu akhir yang sukses.

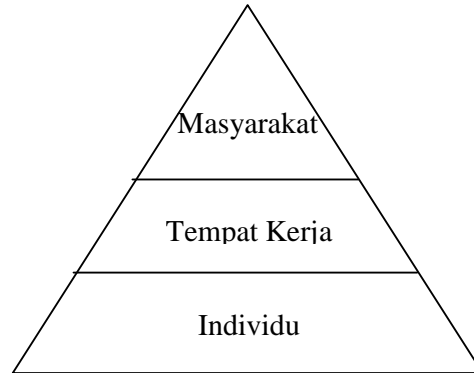
### **3. Tingkatan *Adversity Quotient***

Dalam rangka membantu penjelasan tentang tantangan-tantangan yang dihadapi dalam hidup, disusun “*Tiga Tingkat Kesulitan*”. Berbeda dengan kebanyakan model berbentuk piramida yang dimulai dari bawah kemudian naik ke atas, model ini dimulai dari puncak kemudian turun ke arah individu. Dengan cara ini, model tersebut menggambarkan dua efek. Pertama, model ini menggambarkan menumpuknya kesulitan di masyarakat, di tempat kerja, dan kesulitan individu, yang dihadapi oleh semua orang sepanjang perjalanan yang penuh bahaya. Model ini juga menggambarkan suatu kenyataan bahwa kesulitan merupakan bagian dari hidup yang ada di mana-mana, nyata, dan tidak terelakkan. Namun, kesulitan itu tidak perlu sampai menghancurkan semangat individu tersebut.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> *Ibid.* hal 51.

**Gambar 2.2**  
**Model Tiga Tingkat Kesulitan dari Stoltz**



Keterangan :

- a. *Social adversity* (kesulitan di masyarakat), meliputi ketidakjelasan masa depan, kecemasan tentang keamanan, ekonomi, sulitnya mendapatkan pekerjaan, serta penghidupan yang layak, kerusakan lingkungan, bencana alam, serta masih banyak lagi yang lainnya yang dihadapi oleh seseorang ketika seseorang berada dan berinteraksi di dalam masyarakat.
- b. *Workplace Adversity* (kesulitan di tempat kerja), meliputi keamanan terhadap pekerjaan, jaminan penghidupan yang layak, pengangguran, PHK, gaji yang tidak sesuai dengan pekerjaan dan ketidakjelasan mengenai apa yang terjadi. Kesulitan-kesulitan tersebut merupakan realitas riil yang sering dijumpai pada tempat kerja di masyarakat.
- c. *Individual Adversity* (kesulitan individu), yaitu individu menanggung beban akumulatif dari ketiga tingkat, namun individu memulai perubahan dan pengendalian.<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup> Mulyadi dan Mufita, Rizka. Januari 2006/Vol. 3/ jurnal PsikoIslamika. *Pengaruh Adversity Quotient dan Emotional Quotient terhadap Kecemasan Menghadapi Persaingan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Malang.* hal. 36

#### **4. Pengembangan *Adversity Quotient***

Ada 4 langkah sederhana yang terlibat dalam penelitian dan mempertanyakan respon seseorang terhadap kesulitan serta akan meningkatkan AQ seseorang, yaitu : LEAD (*Listen, Explore, Analyze, Do*).

##### ***a. Listen (Mendengarkan Respon)***

Mendengarkan respon *adversity* merupakan langkah penting dalam mengubah AQ individu dari sebuah pola seumur hidup, tidak sadar, yang sudah menjadi kebiasaan, menjadi alat yang sangat ampuh untuk memperbaiki pribadi dan efektifitas jangka panjang. Disini menanyakan apakah respon AQ individu rendah atau tinggi? Dan pada dimensi-dimensi mana paling tinggi dan paling rendah?

##### ***b. Explore (Menjajaki)***

Pada tingkatan ini individu didorong untuk mengetahui apa kemungkinan penyebab *adversity*, dimana hal ini merujuk kepada kemampuannya untuk mencari sebab-sebab terjadinya, dan mengerti bagian mana yang menjadi kesalahan individu, seraya mengeksplorasi secara spesifik apa yang dapat dilakukan menjadi lebih baik. Pada tingkatan ini juga individu didorong untuk menyadari aspek-aspek mana dari akibat-akibatnya yang harus dan bukan menjadi tanggung jawabnya.

##### ***c. Analyze (Menganalisa Bukti Kesulitan)***

Di tingkat ini individu harus belajar menganalisa bukti apa yang ada sehingga menyebabkan individu itu sendiri tidak dapat mengendalikan *adversity*, bukti apa yang ada sehingga menyebabkan *adversity* itu

menjangkau bidang-bidang yang lain dari kehidupan individu, serta bukti apa yang ada dalam *adversity* tersebut harus berlangsung lebih lama daripada yang perlu.

**d. Do (Lakukan Sesuatu)**

Pada tahapan ini individu diharapkan mampu terlebih dahulu mendapatkan informasi tambahan yang diperlukan guna melakukan sedikit banyak hal dalam mengendalikan situasi *adversity*, dan kemudian melakukan sesuatu yang dapat membatasi jangkauan dan membatasi keberlangsungan *adversity* dalam keadaannya saat *adversity* itu terjadi.<sup>32</sup>

Setelah makin mantap dengan konsep-konsepnya, Stoltz memperbaiki rangkaian LEAD menjadi seperti berikut ini :

- a. **Listen:** mendengarkan respon CORE. Rangkaian awal yang pertama ini individu diharapkan mampu mendengarkan apakah AQ yang dimilikinya menunjukkan AQ yang tinggi atau yang rendah? Dan aspek-aspek mana dari CORE tersebut yang paling kuat dan yang paling lemah.
- b. **Establish:** menegakkan akuntabilitas. Dari semua faset situasi yang ada, individu diberikan kesempatan untuk memilih yang mana terlebih dahulu perbaikan yang akan dilakukannya, walau sekecil apapun perbaikan itu.
- c. **Analyse:** analisis bukti. Pada faset ini individu didorong untuk menganalisa bukti apa yang ada sehingga meyakinkan bahwa *adversity* ini tidak dapat dikendalikan, berjangkauan luas, atau berlangsung terus

---

<sup>32</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 204-222.

menerus dan juga menganalisa bukti apa yang ada bahwa setiap asumsi tersebut diyakini akan terjadi.

**d. *Do Something*:** secara khusus individu didorong melakukan sesuatu yang dapat dilakukan agar dapat memiliki kendali yang lebih besar, membatasi jangkauan dan membatasi berapa lama *adversity* ini akan berlangsung.

Rangkaian LEAD dapat memperbaiki dan mengembangkan *Adversity Quotient* seseorang yang meliputi mendengar respon terhadap kesulitan dengan baik dengan cara mengembangkan panca indera, lensa kesulitan, mengembangkan penciuman terhadap kesulitan, membunyikan alarm, memperkuat yang baik dan mempertanyakan yang buruk. Menjajaki asal-usul kesulitan yang ada, menganalisa kesulitan serta yang terakhir melakukan sesuatu terhadap kesulitan yang menimpa.

## 5. Teori-teori Pendukung *Adversity Quotient*

Adapun teori-teori pendukung *Adversity Quotient* adalah psikologi kognitif, *neurophysiology*, dan psikoneurominologi.<sup>33</sup> Sebagaimana dijelaskan berikut ini :

### a. Psikologi Kognitif

Psikologi kognitif merupakan suatu studi ilmiah mengenai proses-proses mental atau aktivitas pikiran (*the scientific study of mental processes or activities*).<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup> *Ibid.* hal 74-115.

<sup>34</sup> Suharnan. 2005. *Psikologi Kognitif*. Surabaya: Srikandi, hal 2.

Orang yang merespon atau menganggap kemalangan itu abadi, mencakupan luas, internal, dan di luar jangkauan kendali mereka akan menderita, sedangkan yang menganggap kemalangan itu mudah berlalu, terbatas cakupannya, eksternal, dan dapat dikendalikan akan tumbuh kembang dan maju pesat. Respon seseorang terhadap kemalangan mempengaruhi semua faset keefektifan, kinerja, dan sukses. Kiat berespon terhadap kemalangan dengan pola bawah sadar dan konsisten, bila tidak diawasi, pola-pola tersebut akan menetap sepanjang hidup seseorang.

#### **b. Neurophysiology**

Ilmu ini menyumbangkan pengetahuan bahwa otak secara ideal dilengkapi sarana membentuk kebiasaan-kebiasaan, yang dapat segera diinterupsi dan diubah. Dengan demikian, kebiasaan lama akan melemah dan kebiasaan baru tumbuh dan berkembang dengan subur.

#### **c. Psikoneurominologi**

Ilmu ini menyumbangkan bukti-bukti adanya hubungan fungsional antara otak dan sistem kekebalan hubungan yang langsung dan terukur antara apa yang dipikirkan dan dirasakan individu terhadap kemalangan dengan kesehatan mental dan fisik. Pada kenyataannya pikiran dan perasaan dimediasi oleh neurotransmitter dan neuromodulator yang juga mengatur ketahanan tubuh. Kendali diri itu sangat essensial untuk kesehatan dan panjang umur. Bagaimana seseorang menghadapi kemalangan mempengaruhi fungsi-fungsi kekebalan, kesembuhan dari

pembedahan, dan kerentanan terhadap penyakit-penyakit yang mengancam hidup. Dan pola respon yang lemah akan menimbulkan depresi.

Ketiga penopang teoritis di atas bersama-sama membentuk *Adversity Quotient* dengan tujuan utama yaitu timbulnya pengertian baru, tersedianya ukuran dan seperangkat alat untuk meningkatkan efektifitas manusia menghadapi segala macam kendala hidupnya.

#### **6. Dimensi-dimensi *Adversity Quotient***

Paul G. Stoltz (2005) menyebutkan empat dimensi yang menyusun *Adversity Quotient* (AQ) seseorang, dan dijelaskan sebagai berikut :

- a. *Control (Kendali Diri)*, kemampuan individu dalam mempengaruhi secara positif suatu situasi, serta mampu mengendalikan respon terhadap situasi, dengan pemahaman awal bahwa sesuatu apapun dalam situasi apapun individu dapat melakukannya. Dimensi ini memiliki dua faset, yaitu pertama, sejauh mana seseorang mampu mempengaruhi secara positif suatu situasi? Kedua, yaitu sejauh mana seseorang mampu mengendalikan respon terhadap suatu situasi? Kendali diawali dengan pemahaman bahwa sesuatu, apapun itu, dapat dilakukan. Oleh karena itu, perbedaan antara respon AQ yang rendah dan yang tinggi dalam dimensi ini cukup dramatis. Individu yang AQ-nya cukup tinggi akan merasakan kendali yang lebih besar atas peristiwa-peristiwa dalam kesehariannya dibandingkan dengan individu yang lain dengan AQ yang rendah. Individu-individu yang AQ-nya tinggi relatif kebal terhadap



ketidakberdayaan. Individu ini merasakan tingkat kendali, tampak mereka dilindungi oleh suatu medan gaya yang tidak dapat ditembus yang membuat mereka tidak jatuh ke dalam keputusan yang tak berdasar. Merasakan tingkat kendali, bahkan yang terkecil sekalipun, akan membawa pengaruh yang radikal dan sangat kuat pada tindakan-tindakan dan pikiran-pikiran yang mengikutinya.

- b. *Ownership dan Origin (Asal-usul dan pengakuan)*, yaitu suatu kemampuan individu dalam menempatkan perasaan dirinya dengan berani menanggung akibat dari situasi yang ada, sehingga menciptakan pembelajaran dalam melakukan perbaikan atas masalah yang terjadi. Dimensi ini mengukur sejauh mana seseorang menanggung akibat dari situasi saat itu, tanpa mempermasalahkan penyebabnya. Dimensi ini mempunyai keterkaitan dengan rasa bersalah. Individu yang AQ-nya rendah cenderung menempatkan rasa bersalah yang tidak semestinya atas peristiwa-peristiwa buruk yang terjadi. Suatu kadar rasa bersalah yang adil dan tepat diperlukan untuk menciptakan pembelajaran yang kritis atau lingkaran umpan balik yang dibutuhkan untuk melakukan perbaikan secara terus menerus. Kemampuan untuk menilai apa yang dilakukan dengan benar atau salah dan bagaimana memperbaikinya merupakan hal yang mendasar untuk mengembangkan pribadi.
- c. *Jangkauan (Reach)*, kemampuan individu dalam menjangkau dan membatasi masalah agar tidak menjangkau bidang-bidang yang lain. Dimensi ini melihat sejauh mana individu membiarkan kemalangan

menjangkau bidang lain pekerjaan dan hidup individu? Respon-respon dengan AQ rendah akan membuat kesulitan merembes ke segi-segi lain dari kehidupan individu, semakin besar pula kemungkinan individu menganggap peristiwa buruk sebagai bencana, dengan membiarkannya meluas, seraya menyedot kebahagiaan dan ketenangan pikiran individu saat prosesnya berlangsung. Sebaliknya individu yang memiliki AQ yang tinggi relatif mampu membatasi jangkauan masalahnya pada peristiwa yang sedang dihadapi, sebagai contoh konflik adalah konflik, suatu peristiwa yang mungkin akan melibatkan komitmen dan tindakan lebih lanjut, bukan berarti hidup akan hancur.

- d. *Daya tahan (Endurance)*, yaitu kemampuan individu dalam mempersepsi kesulitan, dan kekuatan dalam menghadapi kesulitan tersebut dengan menciptakan ide dalam pengatasan masalah sehingga ketegaran hati dan keberanian dalam penyelesaian masalah dapat terwujud. Dimensi ini berupaya melihat berapa lama seseorang mempersepsi kemalangan ini akan berlangsung. Individu yang mempunyai AQ rendah mempunyai kemungkinan yang besar untuk menganggap kesulitan dan penyebabnya akan berlangsung lama, yang hal ini akan berakibat pada kepesimisan individu dan ketidakberdayaan.<sup>35</sup>

Dimensi-dimensi inilah yang akan digunakan peneliti sebagai pedoman dalam mengukur tingkat *Adversity Quotient* pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

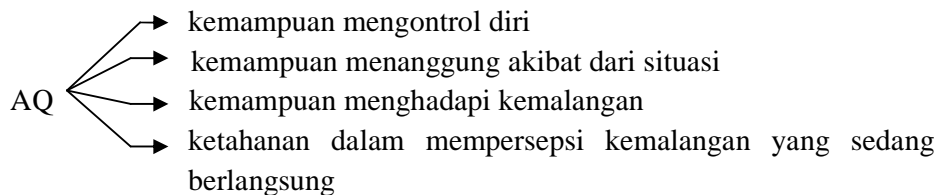
---

<sup>35</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 140-166.

## 7. Pandangan Islam tentang *Adversity Quotient*

### a. Telaah Teks Psikologi Tentang *Adversity Quotient*

Stoltz mendefinisikan *Adversity Quotient* (AQ) sebagai kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikannya. *Adversity Quotient* memiliki beberapa dimensi, yang dijabarkan pada bagan berikut :



*Sumber : Konsep Adversity Quotient milik Paul G. Stoltz.*

### b. Telaah Teks Islam Tentang *Adversity Quotient*

*Adversity Quotient* dapat kita teladani dari para Nabi Allah, seperti ketabahan Nabi Ayyub as dalam menerima penyakit fisik yang begitu berat, sehingga orang-orang terdekatnya menjauh dan meninggalkannya. Nabi Ibrahim as ketika menghadapi tekanan Raja Namrud, bahkan beliau dibakar hidup-hidup, tetapi beliau diselamatkan oleh Allah swt. Nabi Yusuf as sejak kecil hingga dewasa menghadapi tekanan saudara-saudaranya dan fitnah istri raja Mesir, hingga beliau dimasukkan ke dalam penjara, namun atas pertolongan Allah swt akhirnya beliau pun memperoleh kebahagiaan sebagai raja dan bertemu kembali dengan saudara dan sang ayahandanya tercinta Nabi Yaqub as. Nabi Musa as ketika menghadapi tekanan Firaun, dan Rasulullah saw ketika

menghadapi tekanan dan tantangan dari kaum *musyrikin* Quraisy, *kafirin* dan *munafiqin* hingga wafatnya beliau.

Kisah dari para Nabi Allah di atas hendaknya dapat kita contoh sebagai panutan dalam menjalani kehidupan yang memiliki banyak ragam cobaan. Allah berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 155-156 :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ  
وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ  
رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

“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 sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah kami kembali.” (Al-Baqarah: 155-156)<sup>36</sup>

Dalam surat lain, Allah swt juga berfirman:

وَكَأَيِّن مِّن نَّبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ رِبِّيُونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ  
وَمَا ضَعُفُوا وَمَا أَسْتَكَانُوا ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ ﴿١٤٦﴾

“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.” (Q.S. Ali-Imran: 146)<sup>37</sup>

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

<sup>36</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa’.

<sup>37</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa’.

dengan manusia mau bersabar maka semuanya dapat diatasi. Kesabaran akan membentuk suatu ketenangan batin dalam diri individu dan ketenangan tersebut akan dapat membimbing manusia pada jalan yang akan dipilihnya. Kesengsaraan dan kepedihan adalah tangga untuk mencapai kebahagiaan, karena kesengsaraan dan penderitaan itu pasti ada, seperti intan digosok dulu baru timbul cahaya, emas dibakar dulu baru dapat menjadi cincin. Allah Swt berfirman :

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ ۗ مَسَّتْهُمُ  
 الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَّاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ  
 ۗ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ ﴿٢١٤﴾

*“Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk syurga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: "Bilakah datangnya pertolongan Allah?" Ingatlah, Sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat.” (QS. Al-Baqarah: 214)<sup>38</sup>*

Selain bersabar dalam menghadapi setiap rintangan dan tantangan dalam hidup, juga diperlukan kekuatan yang besar lagi yaitu aqidah dan keimanan kepada Allah swt. Seorang mukmin menjadi kuat, karena dia mengambil kekuatan dari Allah, bahwa Allah senantiasa menyertai dimana saja dia berada dan percaya bahwa Allah akan memberikan pertolongan kepada orang-orang yang beriman.

<sup>38</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.

c. Inventarisasi Teks Islam Tentang *Adversity Quotient*

Tabel 2.2

Inventaris Teks Islam tentang *Adversity Quotient*

No	Teks	Makna	Substansi	Sumber	$\Sigma$
1.	الصَّابِرِينَ	Sabar	Control	Al-Baqarah: 153	41
				Al-Anfal: 46,65&66	
				As-Sajdah: 24	
				Ash-Shaaffat: 101&102	
				Saba': 19	
				Al-Ahzab: 35	
				Huud : 11	
				Luqman : 31	
				Al-Qashash: 80	
				Al-Furqan: 42	
				Al-Hajj: 35	
				Al-Anbiyaa': 85	
				Al-Kahfi: 67,68,69,72,75 78&82	
				An-Nahl: 42,96,110, 126	
				Ar-Ra'd: 22	
				Al-Ma'aarij: 5	
				Ali Imran: 17,121, 142, 146	
				Al-Baqarah: 45, 61, 155, 177&249	
Al-A'raaf: 150					
Al-An'aam: 34					
Shaad: 44					
Fushshilat: 35					
2.	بِرِّيءٍ	Bertanggung jawab	Ownership & Origin	Al-Baqarah: 228	8
				An-Nisaa': 80	
				Asy-Syu'araa': 216	
				Saba': 25	
				Az-Zumar: 41	
				Az-Zukhruf: 26	
				Al-Qalam: 40	
Al-Muddatstsir: 38					
3.	وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ	Cobaan	Reach	Al-Baqarah: 49,102,153 155,211,214	34
				Az-Zukhruf: 48	
				Shaad: 17, 30	
				Al-Ankabuut: 1,10,14,16 36,38,39	
				Al-Mudatstsir: 31	

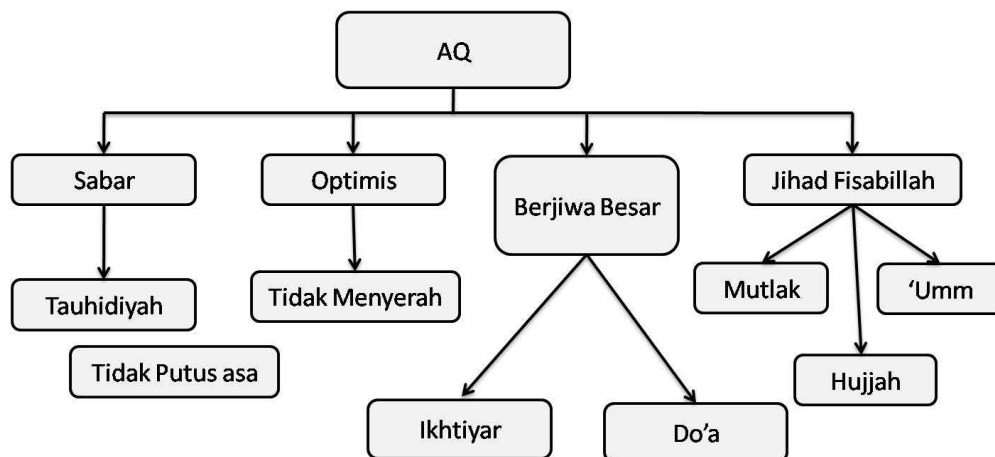
				Al-A'raaf: 141,155	
				Al-Buruuj: 10	
				Al-Anfal: 28	
				Al-Furqan: 20	
				An-Nur: 63	
				Al-Anbiyaa': 35,111	
				Thaahaa: 40,90	
				An-Nahl: 110	
				Ibrahim: 6	
				Al-Jin: 17	
				Al-Hajj: 53	
				Al-Qalam: 17	
				Al-Qamar: 27	
				At-Taghaabun: 15	
4.	جِهَادًا	Jihad di jalan Allah	Endurance	Al-Baqarah: 261&273	8
				Ali Imran: 142&144	
				Al-Anfaal: 24&61	
				Al-Hajj: 78	
				Al-Furqaan: 52	
<b>Total Ayat</b>					91

Sumber : Al-Qur'an.

#### d. Figurisasi Adversity Quotient Dalam Perspektif Islam

Gambar 2.3

#### Figurisasi Adversity Quotient dalam Perspektif Islam



**e. Rumusan Konseptual Tentang *Adversity Quotient* Menurut Islam**

*Adversity Quotient* dalam islam adalah suatu keterkaitan yang erat, dimana cobaan-cobaan kehidupan jika kita jalani dengan optimis dan tidak putus asa akan dapat kita lalui dengan baik. Usaha (ikhtiar) beserta doa (tawakal), dan kesabaran akan menyelamatkan kita dari segala bentuk cobaan. Daya juang seperti itulah yang dianjurkan dan diajarkan dalam islam. Dengan kecerdasan ini seseorang akan terhindar dari sikap berputus asa, mudah menyerah, tidak bisa menerima apa adanya, takut miskin, malas, berburuk sangka, dan sebagainya.

**C. Stres**

**1. Pengertian Stres**

Stres adalah sebuah kata sederhana yang sudah tidak asing lagi diucapkan sehari-hari oleh setiap orang dan selalu menggambarkan kondisi yang kalau dapat dihindari oleh setiap orang. Stres mempunyai arti yang berbeda-beda bagi masing-masing individu. Kemampuan setiap orang beragam dalam mengatasi jumlah, intensitas, jenis, dan lamanya stres. Stres merupakan sesuatu yang menyangkut interaksi antara individu dan lingkungan, yaitu interaksi antara stimulasi dan respon. Sehingga dapat dikatakan stres merupakan konsekuensi setiap tindakan dan situasi lingkungan yang menimbulkan tuntutan psikologis dan fisik yang berlebihan pada seseorang.

Menurut Abdullah Bin Abbas, stres adalah kondisi jiwa dan raga, fisik dan psikis seseorang yang tidak berfungsi secara normal, dan bisa terjadi



setiap saat terhadap setiap orang tanpa mengenal jenis kelamin, usia, kedudukan, jabatan atau status sosial ekonomi.<sup>39</sup> Dalam suatu perusahaan, stres bisa saja terjadi pada seorang direktur, manajer, atau bahkan pekerja biasa. Dalam sebuah keluarga, stres bisa menimpa pada suami, istri, bahkan anak dan pembantu rumah tangga. Begitu juga ketika di sekolah, stres bisa saja menghinggapi para pengajar, kepala sekolah, bahkan para siswa dalam sekolah itu sendiri. Stres menyerang siapa saja, mulai dari bayi, anak-anak, remaja atau dewasa, baik pria atau wanita.<sup>40</sup>

Chaplin dalam kamus psikologi menyatakan bahwa stres merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologisnya.<sup>41</sup> Stres bersumber dari frustrasi dan konflik yang dialami individu yang dapat berasal dari berbagai bidang kehidupan manusia. Konflik antara dua atau lebih kebutuhan atau keinginan yang ingin diacapai, yang terjadi secara berbenturan juga bisa menjadi penyebab timbulnya stres.

Menurut Dr. Andrew Goliszek, stres adalah suatu respon adaptif individu pada berbagai tekanan atau tuntutan eksternal dan menghasilkan berbagai gangguan, meliputi gangguan fisik, emosional, dan perilaku.<sup>42</sup> Sedangkan Maramis menyatakan bahwa stres adalah segala masalah atau tuntutan menyesuaikan diri, yang karena tuntutan itulah individu merasa terganggu keseimbangan hidupnya.<sup>43</sup>

---

<sup>39</sup> Abbas, Bin Abdullah. 2007. *Kiat Mengatasi Stres Anak Melalui Kasih Sayang*. Jakarta: Restu Agung. hal 1.

<sup>40</sup> *Ibid.*

<sup>41</sup> Chaplin. 2002. *Kamus Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. hal 488.

<sup>42</sup> Goliszek, Andrew. 2005. : *60 Second Manajemen Stres*. Jakarta: PT Buana Ilmu Populer, hal 1.

<sup>43</sup> Maramis. 1994. *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga Press. hal 134.

Menurut Agus Hardjana, stres adalah suatu keadaan atau kondisi yang tercipta bila transaksi orang yang mengalami stres dan hal yang dianggap mendatangkan stres membuat orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan, antara keadaan atau kondisi dan sistem sumberdaya biologis, psikologis, dan sosial yang ada padanya.<sup>44</sup>

Terry Looker dan Olga Gregson mendefinisikan stres sebagai sebuah keadaan yang kita alami ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya.<sup>45</sup>

Dari beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan stres adalah suatu keadaan tertekan yang dialami oleh individu karena adanya ketidakseimbangan dalam hidupnya sehingga mendatangkan berbagai gangguan seperti gangguan fisik, psikologis, emosional, dan sebagainya.

## 2. Gejala-gejala Stres

Menurut Dr. Andrew Goliszek, gejala-gejala stres dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu gejala fisik, emosional, dan gejala perilaku. Antara lain:<sup>46</sup>

- a. *Gejala fisik*: sakit kepala, nyeri otot, sakit punggung, rasa lemah, gangguan pencernaan, rasa mual/ muntah-muntah, sakit perut, nafsu makan hilang atau selalu ingin makan, jantung berdebar-debar, sering buang air kecil, tekanan darah tinggi, tidak dapat tidur/ tidur berlebihan, berkeringat secara berlebihan, dan sejumlah gejala lain.

---

<sup>44</sup> Hardjana, Agus M. 1994. *Stres Tanpa Distres*. Yogyakarta : Kanisius. hal 14.

<sup>45</sup> Looker, Terry & Gregson, Olga. 2005. *Managing Stress, Mengatasi Stres Secara Mandiri*. Yogyakarta: Baca!. hal 44.

<sup>46</sup> Goliszek, Andrew. 2005. : 60 Second Manajemen Stres. Jakarta: PT Buana Ilmu Populer, hal 12.

- b. *Gejala emosional*: mudah tersinggung, gelisah terhadap hal-hal kecil, suasana hati berubah-ubah, mimpi buruk, khawatir, panik, sering menangis, merasa tidak berdaya, perasaan kehilangan kontrol, muncul pikiran untuk bunuh diri, pikiran yang kacau, ketidakmampuan membuat keputusan, dan sebagainya.
- c. *Gejala perilaku*: merokok/ memakai obat-obatan/ mengkonsumsi alkohol secara berlebihan, berjalan mondar-mandir, kehilangan ketertarikan pada penampilan fisik, menarik atau memutar-mutar rambut, perilaku sosial berubah secara tiba-tiba, dan lainnya.

Sedangkan menurut Abdullah Bin Abbas dalam bukunya “*Kiat Mengatasi Stres Anak Melalui Sikap Kasih Sayang*” menjelaskan stres dengan mengelompokkan dalam dua gejala, yaitu :<sup>47</sup>

- a. *Gejala Fisik*. Yang termasuk gejala stres bersifat fisik antara lain : sakit kepala, susah tidur, berubah selera makan, jantung berdebar-debar, sering buang air kecil, sakit lambung, mudah lelah, keluar keringat dingin, dan darah tinggi.
- b. *Gejala Psikis*. Adapun yang termasuk gejala stres bersifat psikis antara lain : gelisah atau cemas, kurang bisa berkonsentrasi bekerja atau belajar, sering melamun, sikap masa bodoh, sikap pesimis, selalu murung, malas bekerja atau belajar, hilang rasa humor, dan mudah marah atau bersikap agresif.

---

<sup>47</sup> Abbas, Bin Abdullah. 2007. *Op. Cit.*, hal 8.

Agus M. Hardjana, membagi gejala-gejala stres ke dalam empat bagian, antara lain yaitu:<sup>48</sup>

- a. *Gejala Fisik*, antara lain sakit kepala, tidur tidak teratur, sakit punggung, sulit buang air besar, gatal-gatal pada kulit, urat tegang terutama pada leher dan bahu, tekanan darah, sering berkeringat, berubah selera makan, lelah atau kehilangan daya energi.
- b. *Gejala Emosional*, antara lain gelisah atau cemas, sedih, mudah menangis, *mood* berubah-ubah, mudah panas atau marah, gugup, merasa tidak aman, mudah tersinggung, gampang menyerang orang atau bermusuhan.
- c. *Gejala Intelektual*, antara lain susah berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, melamun secara berlebihan, hilang rasa humor, prestasi kerja menurun, pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja, dalam kerja bertambah jumlah kekeliruan yang dibuat.
- d. *Gejala Interpersonal*, antara lain kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah mempersalahkan orang lain, mudah membatalkan janji, suka mencari-cari kesalahan orang lain, mengambil sikap untuk membentengi diri, mendiamkan orang lain, menyerang orang lain dengan kata-kata.

Dalam penelitian ini, pendapat dari Agus M. Hardjana dirasa peneliti lebih lengkap dan menyeluruh, karena tidak hanya mengelompokkan stres dari gejala fisik dan emosi saja, tetapi juga dari gejala intelektual dan

---

<sup>48</sup> Hardjana, Agus M. 1994. *Op. Cit.*, hal 24-26

interpersonal. Sehingga dalam penelitian ini pendapat tersebut digunakan sebagai indikator dalam mengukur tingkat stres pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

### 3. Sumber-Sumber Stres atau Stresor

Stresor adalah faktor-faktor dalam kehidupan manusia yang mengakibatkan terjadinya respon stres. Stresor dapat berasal dari berbagai sumber, baik dari kondisi fisik, psikologis, maupun sosial, dan juga muncul pada situasi kerja, di rumah, dalam kehidupan sosial, dan lingkungan luar lainnya.

Faktor-faktor penyebab stres (*stressor*) menurut Abdullah bin Abbas digolongkan menjadi beberapa kelompok, antara lain yaitu :

- a. *Stressor psikologik*. Yang termasuk dalam kelompok ini antara lain seperti : buruk sangka, kekecewaan, iri hati, dendam, perasaan cemburu, sikap bermusuhan, konflik pribadi, serta keinginan yang di luar kemampuan.
- b. *Stressor fisik biologik*. Yang termasuk dalam kelompok ini antara lain adalah penyakit yang tidak kunjung sembuh, keadaan fisik yang kurang sempurna, kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh, wajah yang tidak ganteng atau cantik, dan keadaan postur tubuh yang dianggap kurang ideal (terlalu kecil, pendek, kurus, atau gemuk).

c. *Stressor sosial*. Stressor ini meliputi 3 faktor, yaitu :

- 1) Faktor pekerjaan, misalnya kesulitan mendapatkan pekerjaan, pengangguran, Pemutusan Hubungan Kerja (PHK), atau penghasilan yang tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari
- 2) Faktor keadaan kehidupan keluarga, misalnya relasi antar anggota keluarga kurang harmonis, perceraian, kurang mendapatkan perhatian orangtua, atau ditinggal suami atau istri
- 3) Faktor keadaan lingkungan, misalnya maraknya tindak kriminalitas (pembunuhan, pencurian, perampokan, dan lain-lain), tawuran antar pelajar sekolah, kemarau panjang, banjir, bencana alam, atau kehidupan politik dan ekonomi yang tidak stabil, dan lain-lain.<sup>49</sup>

Munir dan Haryanto membagi stressor menjadi dua bagian, yaitu :<sup>50</sup>

- a. Faktor Internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri seseorang. Bagaimana kondisi emosi orang yang bersangkutan dapat menimbulkan stres. Emosi adalah setiap kegiatan pergolakan pikiran, perasaan, dan nafsu. Emosi juga dapat diartikan sebagai keadaan mental seseorang. Secara umum dalam diri manusia terdapat dua emosi yang berseberangan (berlawanan), yakni positif dan negatif. Adapun kondisi-kondisi emosional yang dapat memicu munculnya stres antara lain sebagai berikut : 1) Perasaan cinta yang berlebihan, 2) Rasa takut yang berlebihan, 3) Kesedihan yang berlebihan, 4) Rasa bersalah, 5) Terkejut.

---

<sup>49</sup> Abbas, Bin Abdullah. 2007. *Kiat Mengatasi Stres Anak*. hal 8-10.

<sup>50</sup> Amin, Munir Samsul. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. hal 47.

b. Faktor Eksternal, yaitu faktor penyebab stres yang berasal dari luar diri seseorang. Dalam faktor eksternal ini dapat berupa ujian atau cobaan yang berupa kebaikan atau yang dianggap baik oleh manusia adalah keberhasilan, kesuksesan dalam karir dan bisnis, kekayaan yang berlimpah, kehormatan, popularitas, dan sebagainya. Macam kebaikan di atas, jika tidak disikapi dengan baik akan dapat menimbulkan stres bagi seseorang. Berbagai persoalan dan cobaan yang menimpa kehidupan manusia yang bersifat buruk atau yang dipandang tidak baik juga merupakan faktor dan penyebab munculnya gangguan jiwa (stres) pada diri seseorang, yaitu : 1) Tertimpa musibah atau bencana alam, 2) Bahaya kelaparan dan kekeringan, 3) Kekurangan harta benda, 4) Kekurangan hasil panen, 5) Kekurangan dalam diri (cacat tubuh), 6) Problem orangtua, dan sebagainya.<sup>51</sup>

Dengan demikian pada dasarnya stres dapat terjadi dan menimpa seseorang disebabkan karena begitu kuatnya manusia dalam mengejar keinginan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya dengan menggunakan segala kekuatan dan potensinya, sementara mereka lupa bahwa dirinya memiliki keterbatasan dalam berbagai hal. Dengan perkataan lain, stres dapat menimpa seseorang karena ketidakmampuannya untuk menyeimbangkan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya.

---

<sup>51</sup> *Ibid.* hal 57-73.

#### 4. Tingkat Stres

Stres adalah gangguan kesehatan jiwa yang sangat unik, yang merupakan bagian persoalan yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia, karena pada dasarnya setiap orang dari berbagai lapisan masyarakat memiliki potensi yang sama untuk dapat mengalami (terkena) stres.<sup>52</sup> Stres yang menimpa seseorang tidak sama antara satu orang dengan yang lainnya, walaupun faktor penyebabnya boleh jadi sama. Seseorang bisa mengalami stres ringan, sedang, atau stres yang berat (stres kronis). Hal demikian sangat dipengaruhi oleh tingkat kedewasaan, kematangan emosional, kematangan spiritual, dan kemampuan seseorang untuk menangani dan merespons stresor.

Terkait dengan tahapan atau tingkatan stres yang dapat menimpa seseorang, Dr. Robert J. Van Amberg (1997), sebagaimana dikutip Dadang Hawari dalam bukunya *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Jiwa* (1998), membagi tingkatan atau tahapan stres menjadi 6 tahapan berikut, yaitu :<sup>53</sup>

##### a) Stres tingkat pertama (stres ringan)

Tahapan ini merupakan tahapan stres yang paling ringan, dengan perasaan-perasaan (gejala) sebagai berikut : (1) Semangat bekerja besar, berlebihan (*over acting*), (2) Penglihatan tajam tidak sebagaimana mestinya, (3) Energi dan gugup berlebihan, kemampuan menyelesaikan pekerjaan lebih daripada biasanya, (4) Merasa senang dengan pekerjaan

---

<sup>52</sup> *Ibid.*, hal 3.

<sup>53</sup> *Ibid.*, hal 79-82.



itu dan semakin bersemangat, namun tanpa disadari energi tubuh semakin habis.

**b) Stres tingkat kedua (stres ringan)**

Dalam tahapan ini stres yang semula menyenangkan sebagaimana dalam tahapan pertama mulai hilang dan timbullah keluhan-keluhan yang disebabkan karena cadangan energi yang tidak mencukupi sepanjang hari untuk istirahat. Adapun keluhan-keluhan stres pada tahap ini sebagai berikut : (1) Merasa letih sewaktu pagi, yang seharusnya merasa segar, (2) Merasa lelah sesudah makan siang, (3) Lemas merasa capek menjelang sore hari, (4) Sering mengeluh lambung atau perut tidak nyaman, (5) Detakan jantung lebih keras dari biasanya, (6) Otot-otot punggung dan tengkuk terasa tegang, (7) Tidak bisa santai.

**c) Stres tingkat ketiga (stres sedang)**

Pada tahapan ini keluhan kelelahan semakin tampak disertai dengan gejala-gejala berikut : (1) Gangguan usus lebih terasa (sakit usus, mulas, sering ingin ke belakang), (2) Otot-otot terasa lebih tegang, (3) Perasaan tegang semakin meningkat, (4) Gangguan tidur (suka tidur, sering bangun malam dan sukar tidur kembali, atau bangun terlalu pagi), (5) Badan terasa oyong, rasa-rasa mau pingsan (tidak sampai jatuh pingsan).

**d) Stres tingkat keempat (stres sedang)**

Tahapan ini sudah menunjukkan pada keadaan yang lebih buruk, yang ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut : (1) Untuk bisa bertahan sepanjang hari terasa sulit, (2) Keadaan-keadaan yang semula

menyenangkan kini terasa sulit, (3) Kehilangan kemampuan untuk menanggapi situasi, pergaulan sosial, dan kegiatan-kegiatan rutin lainnya terasa berat, (4) Tidur semakin sukar, mimpi-mimpi menegangkan dan sering kali terbangun dini hari, (5) Perasaan negativistik, (6) Kemampuan berkonsentrasi menurun tajam, (7) Perasaan takut yang tidak dapat dijelaskan dan tidak mengerti sebabnya.

**e) Stres tingkat kelima (stres berat)**

Tahapan ini merupakan keadaan yang lebih parah atau mendalam daripada tahapan di atas, dengan ciri-ciri sebagai berikut : (1) Keletihan yang mendalam, (2) Untuk pekerjaan-pekerjaan yang sederhana saja terasa kurang mampu, (3) Gangguan sistem pencernaan (sakit maag dan usus), sering buang air, sukar buang air besar atau sebaliknya, feses encer dan sering ke belakang, (4) Perasaan takut yang semakin menjadi, mirip panik.

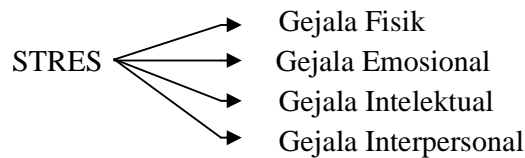
**f) Stres tingkat keenam (stres klimaks/ sangat berat)**

Tahapan ini merupakan tahapan puncak yang merupakan keadaan gawat darurat. Tidak jarang penderita dalam tahapan ini dibawa ke ICCU, gejala-gejala dalam tahapan ini sebagai berikut : (1) Debaran jantung terasa amat keras, hal ini disebabkan zat adrenalin yang dikeluarkan. Karena stres cukup tinggi dalam peredaran darah, (2) Nafas sesak, megap-megap, (3) Badan gemetar, tubuh dingin, keringat bercucuran, (4) Tenaga untuk hal-hal yang ringan sekalipun tidak kuasa lagi, pingsan atau *collap*.

## 5. Stres dalam Pandangan Islam

### a. Telaah Teks Psikologi Tentang Stres

Menurut Agus Hardjana (1994), stres adalah suatu keadaan atau kondisi yang tercipta bila transaksi orang yang mengalami stres dan hal yang dianggap mendatangkan stres membuat orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan, antara keadaan atau kondisi dan sistem sumberdaya biologis, psikologis, dan sosial yang ada padanya. Stres memiliki beberapa gejala, antara lain :



*Sumber : Konsep Stres milik Agus Hardjana.*

### b. Telaah Teks Islam Tentang Stres

Istilah stres bukanlah istilah yang asing bagi kita, karena setiap orang dari berbagai lapisan masyarakat berpotensi untuk mengalami stres. Dalam Al-Qur'an stres digambarkan dengan *Al-halu* yaitu suatu kondisi dimana seseorang mengalami ketidakberdayaan dalam menghadapi problematika hidup yang dirasakan menekan dan menegangkan.<sup>54</sup>

Dalam kerangka ini seperti yang telah difirmankan Allah swt dalam Al-Qur'an :

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾

<sup>54</sup> Amin, Munir Samsul. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. hal 46.

“*Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, Dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir.*” (QS. Al-Ma’arij: 19-21)<sup>55</sup>

Dalam ayat lain Allah swt juga berfirman :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ

“*Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya*” (QS. Al-Baqarah: 286).<sup>56</sup>

Ayat di atas menjelaskan bahwa segala tekanan dan cobaan dalam kehidupan seperti kesempitan hidup. Setiap permasalahan yang ada merupakan karunia Allah swt kepada manusia berdasarkan kemampuan manusia itu sendiri. Stres juga dikategorikan sebagai ujian hidup. Apabila kita selalu memandang tekanan yang menyebabkan stres sebagai hal yang positif, tentunya akan menghasilkan sesuatu yang baik. Karenanya, hanya diri kita sendiri yang dapat menjadikan tekanan tersebut mendatangkan kesan yang baik atau sebaliknya.

Ujian dan cobaan hidup yang datang dari Allah swt secara umum dibagi menjadi 2 macam cobaan, yaitu cobaan yang berupa kebaikan dan cobaan yang berupa keburukan.<sup>57</sup> Dalam kaitannya dengan hal ini Al-Qur’an dalam surat Al-Anbiya’ ayat 35 menjelaskan :

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبَلُّوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ

<sup>55</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa’.

<sup>56</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa’.

<sup>57</sup> Amin, Munir Samsul. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. hal 67-70.

*“Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenarnya). dan Hanya kepada Kami-lah kamu dikembalikan.”*<sup>58</sup>

Termasuk dalam ujian dan cobaan yang berupa kebaikan atau yang dianggap baik oleh manusia adalah keberhasilan, kesuksesan dalam karir dan bisnis, kekayaan yang berlimpah, kehormatan, jabatan yang tinggi, popularitas, dan sebagainya. Kebaikan seperti di atas, jika tidak disikapi dengan baik akan dapat menimbulkan stres bagi seseorang. Misalnya, seseorang yang memiliki kedudukan yang tinggi dengan harta yang berlimpah, ia dihormati orang-orang di sekitarnya, karena kesuksesan dan keberhasilan yang mereka dapatkan. Jika hal tersebut tidak disikapi dengan baik, maka akan dapat memunculkan perasaan sombong, *ujub*, *takabur*, angkuh, memandang orang lain lebih rendah, merasa dirinya orang terbaik, dan lain-lain. sehingga menyebabkan ia tidak bersedia menerima kritik dan saran dari orang lain yang dianggapnya lebih rendah. Orang yang demikian ini juga akan mempertahankan jabatannya dengan melakukan apa saja tanpa mepedulikan norma agama dan sosial. Akibat selanjutnya akan muncul konflik batin dan kegelisahan yang merupakan sumber utama munculnya stres dalam diri seseorang.

Adapun ujian atau cobaan yang berupa keburukan atau kekurangan dapat berupa ketakutan, kemiskinan (kelaparan), tertimpa musibah,

---

<sup>58</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.

kekurangan harta benda, kematian, cacat tubuh dan lain sebagainya.<sup>59</sup>

Dalam Al-Qur'an disebutkan :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ  
وَدَشِيرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

“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.” (QS. Al-Baqarah: 155)<sup>60</sup>

Berbagai cobaan dan persoalan yang menimpa kehidupan manusia yang bersifat buruk atau yang dipandang tidak baik dapat menyebabkan munculnya berbagai gangguan jiwa dalam diri manusia seperti stres.

### c. Inventarisasi Teks Islam Tentang Stres

**Tabel 2.3**  
**Inventaris Teks Islam tentang Stres**

No	Teks	Makna	Substansi	Sumber	Σ
1.	يَمَسُّنَا	Lelah	Fisik	Al-Hijr: 48 Faathir: 35	2
2.	لَيْسْتَ فَرْوَنَا	Gelisah	Emosional	Al-Israa': 76	12
				At-Taubah: 82	
				Yusuf: 16	
	وَلَيْبَكُوا	Menangis		Al-Israa': 109	
				Maryam: 58	
				An-Najm: 43&60	
	تَحْزُنَاكَ	Sedih		Al-A'raaf: 150	
				Yunus: 65	
				Al-Ahzab: 51	
3.	نَسِيتُ	Lupa	Intelektual	Al-Kahfi: 24&63	21
				Al-Hasyr: 19	
				Al-A'laa: 2 & 6	

<sup>59</sup> Amin, Munir Samsul. dkk. 2007. *Op.Cit.*, hal. 68

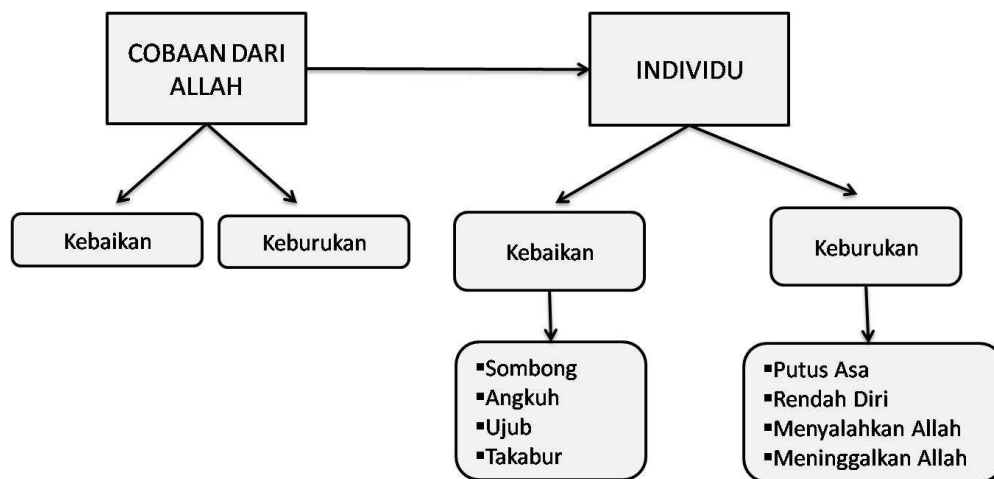
<sup>60</sup> *Op.Cit.*,

				Al-Mujaadilah: 19	
				Al-Hadiid: 23	
				Yaasiin: 78	
				Al-Furqaan: 18	
				Al-Mu'minuun: 110	
				Thaahaa: 52,88,115 &121	
				Al-An'aam: 68	
				Al-Baqarah: 106,282, 286	
				Yusuf: 42	
				At-Taubah: 67	
				Maryam: 64	
4.	فَيَسْخَرُونَ	Menghina orang lain	Interpersonal	Al-Humazah: 1	5
	تَجَسَّسُوا	Mencari-cari keburukan orang lain		At-Taubah: 79	
	الظَّالِمِينَ	Berprasangka buruk		Al-Hujuraat: 12	
				Al-Hujuraat: 11	
				Al-Faath: 6	
<b>Total Ayat</b>					40

Sumber : Al-Qur'an.

#### d. Figurisasi Teks Islam Tentang Stres

Gambar 2.4  
Figurisasi Teks Islam tentang Stres



#### e. Rumusan Konseptual Tentang Stres Menurut Islam

Stres dalam pandangan Islam merupakan suatu kondisi dimana seseorang tidak bisa lagi menghadapi segala problematika hidup dari Allah swt yang dirasakan menekan dan menegangkan, baik itu berupa kebaikan ataupun keburukan.

### D. Hubungan Antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan Tingkat Stres

Stres merupakan fenomena yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan hampir semua orang mengalaminya. Stres adalah kondisi dinamis dimana individu dikonfrontir dengan kesepakatan pembatas atau tuntutan yang berhubungan dengan apa yang diinginkan dan hasilnya dirasakan menjadi tidak menentu dan penting.<sup>61</sup> Penyebab seseorang mengalami stres itu sendiri sangat beragam. Banyak para ahli yang berpendapat bahwa faktor penyebab timbulnya stres datang dari berbagai arah, seperti dari diri individu sendiri, perilaku, kebiasaan, lingkungan, masyarakat, keluarga, serta kondisi emosional seseorang. Kadar stres yang dimiliki oleh masing-masing individu juga tidak sama, ada yang mengalami stres yang ringan, sedang, atau stres berat. Hal ini tergantung dan dipengaruhi oleh dari bagaimana seseorang menyikapi dengan baik emosi yang ada dalam diri dan kedewasaan yang dimiliki dalam menghadapi berbagai persoalan hidup.

Setiap manusia pasti memiliki emosi. Hanya saja, ada yang menguasai emosinya dengan baik, namun ada yang tidak mampu memberdayakan

---

<sup>61</sup> Agus, Achdiat. dkk. 2003. *Teori dan Manajemen Stres*. Malang: Taroda.



emosinya sehingga mudah mengalami stres. Seseorang yang cerdas secara emosional lebih *survive* daripada seseorang yang cerdas secara intelektual. Satu-satunya orang yang bertanggung jawab atas emosi adalah diri individu itu sendiri.<sup>62</sup>

Kecerdasan emosi (*Emotional Quotient*) adalah kemampuan untuk mendeteksi dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain. Manusia sebagai makhluk yang memiliki emosi sangat terpengaruh dengan suasana perasaannya dalam melakukan kegiatan. Karena itu emosi mempunyai peran penting dalam mendukung keberhasilan seseorang.

Ketika menghadapi tantangan secara pribadi, manusia perlu mengelola emosinya seperti perasaan takut, malas, tidak percaya diri, dan kemudian merubahnya menjadi perasaan berani, rajin, dan percaya diri. Begitu juga dalam proses mencapai tujuannya, manusia sering kali memerlukan manusia lain, maka kepekaan terhadap emosi orang lain memberi peran dalam keberhasilan seseorang. Seseorang perlu mengembangkan kemampuan bertenggang rasa, berempati, saling memotivasi, hormat, bertahan untuk jujur, tegas, dan lainnya. Semua hal tersebut berhubungan dengan kemampuan mengenali dan mengelola emosi.<sup>63</sup>

Namun, untuk menghadapi ujian dalam hidup, seseorang tidak hanya harus mampu mengendalikan emosi saja, tetapi juga harus mampu menciptakan perubahan dalam hidup dengan terus melawan segala rintangan

---

<sup>62</sup> Arianto, Effendi. 2007. *Strategi Kecerdasan Emosional*. [www. google. com](http://www.google.com). Diakses tanggal 3 Maret 2009.

<sup>63</sup> Ummah, Khairul. dkk. 2005. *5 Kecerdasan Utama Meraih Bahagia & Sukses*. Bandung: Ahaa Pustaka, hal 50.

yang ada. Untuk itu individu harus mampu mengembangkan kemampuan dalam menghadapi kesulitan hidup yang disebut dengan kecerdasan adversitas (*Adversity Quotient*).

*Adversity Quotient* (AQ) yang dipopulerkan oleh Paul G. Stoltz memberikan manfaat yang besar bagi seseorang dalam menghadapi tantangan dan kesulitan dalam hidup. Karena pada hakikatnya, semua manusia baik itu yang kaya atau miskin, yang cantik atau jelek pernah mengalami problematika hidup yang penuh tantangan. Sedangkan jika kesulitan hidup dihadapi dengan motivasi yang kuat, kreativitas, dan ketekunan maka kesulitan dapat berubah menjadi peluang besar untuk menjadi lebih baik. Misalnya saja seseorang yang menjadi korban gempa bumi dan harus mengungsi karena semua bangunan, baik rumah atau pertokoan roboh. Seluruh harta benda tidak dapat diselamatkan, karena sibuk menyelamatkan diri sendiri. Kondisi seperti ini jika terjadi pada individu yang memiliki AQ yang rendah maka akan dianggap sebagai bencana. Individu tersebut dapat dengan mudah terkena stres, bahkan juga sampai mengalami gangguan mental. Sementara individu yang memiliki AQ yang tinggi akan menjadikan hal tersebut sebagai tantangan dalam hidup dengan terus gigih berjuang dan semangat yang besar untuk melakukan segala sesuatu agar dapat merubah kesulitan hidup menjadi sesuatu yang membahagiakan, sehingga stres atau bahkan gangguan mental juga dapat dihindari.

Dari uraian di atas menunjukkan bahwa *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* merupakan faktor yang sangat diperlukan untuk mengurangi tingkat stres pada individu, sehingga dapat dilihat bahwa semakin tinggi *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* maka tingkat stres yang dialami juga akan semakin rendah.

### **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>64</sup> Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, maka dalam penelitian ini diajukan tiga hipotesis yaitu:

1. Ada hubungan yang negatif antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada para korban Lumpur Lapindo.
2. Ada hubungan yang negatif antara *Emotional Quotient* dengan tingkat stres.
3. Ada hubungan yang negatif antara *Adversity Quotient* dengan tingkat stres.

---

<sup>64</sup> Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi revisi V. Jakarta: PT. Rineka Cipta. hal 64.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Rancangan Penelitian**

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya.<sup>65</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rancangan penelitian deskriptif dan korelasional. Penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menjelaskan atau menerangkan suatu peristiwa berdasarkan data, sedangkan penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara dua fenomena atau lebih.<sup>66</sup>

Rancangan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo. Sedangkan penelitian korelasional digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

---

<sup>65</sup> Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. hal 10.

<sup>66</sup> Arikunto, Suharsimi. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. hal 12.

## B. Identifikasi Variabel

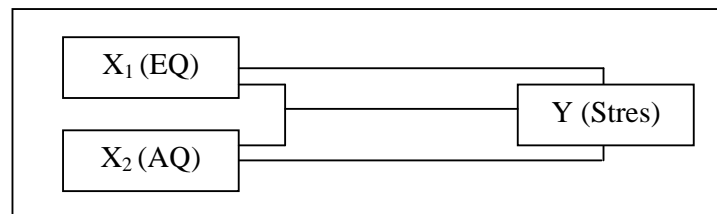
Variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditatap dalam suatu kegiatan penelitian, yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif.<sup>67</sup>

Penelitian tentang hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo ini menggunakan tiga variabel utama, yaitu :

1. Variabel bebas, merupakan variabel yang mempunyai peran (*independent variable*). Dalam penelitian ini adalah *Emotional Quotient* ( $X_1$ ) dan *Adversity Quotient* ( $X_2$ ).
2. Variabel terikat, merupakan variabel yang bersifat mengikuti (*dependent variable*). Dalam penelitian ini variabel terikat adalah stres (Y).

Adapun desain penelitian yang akan dilaksanakan dapat dilihat dalam gambar 3.1:

**Gambar 3.1**  
**Rancangan Desain Penelitian**



<sup>67</sup> Arikunto, Suharsimi. *Op. Cit.*, hal 10

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.<sup>68</sup> Definisi operasional merupakan semacam petunjuk pelaksanaan dalam mengukur suatu variabel. Adapun definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Emotional Quotient* adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri serta dalam hubungan dengan orang lain. *Emotional Quotient* meliputi lima dasar kecakapan emosi dan sosial, yaitu :
  - a. *Kesadaran diri*: mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.
  - b. *Pengaturan diri*: menangani emosi kita sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.
  - c. *Motivasi*: menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, mambantu kita

---

<sup>68</sup> Azwar, Syaifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 74.

mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d. *Empati*: merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. *Keterampilan sosial*: menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan ketrampilan-ketrampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim.

2. *Adversity Quotient* adalah kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikannya.

*Adversity Quotient* memiliki empat bidikan utama meliputi :

a. Kemampuan mengontrol situasi (*Control*): kemampuan individu dalam merasakan dan mempengaruhi secara positif suatu situasi, serta mampu mengendalikan respon terhadap situasi, dengan pemahaman awal bahwa sesuatu apapun dalam situasi apapun individu dapat melakukannya.

b. Kemampuan menanggung akibat dari situasi (*Ownership dan Origin*): kemampuan individu dalam menempatkan perasaan dirinya dengan

berani menanggung akibat dari situasi yang ada, sehingga menciptakan pembelajaran dalam melakukan perbaikan atas masalah yang terjadi.

- c. Kemampuan menghadapi kemalangan (*Reach*): kemampuan individu dalam menjangkau dan membatasi masalah agar tidak menjangkau bidang-bidang lain dalam kehidupan, sehingga ketika ada masalah atau konflik dengan seseorang tetaplah konflik, bukan sesuatu yang harus mengganggu segala aktifitasnya dan lain-lainnya.
  - d. Ketahanan mempersepsi kemalangan (*Endurance*): kemampuan individu dalam mempersepsi kesulitan, dan kekuatan dalam menghadapi kesulitan tersebut dengan menciptakan ide dalam pengatasan masalah sehingga ketegaran hati dan keberanian dalam penyelesaian masalah dapat terwujud.
3. Stres adalah suatu keadaan tertekan yang dialami oleh individu karena adanya ketidakseimbangan dalam hidupnya sehingga mendatangkan berbagai gangguan seperti gangguan fisik, psikologis, emosional, dan sebagainya. Stres dapat dilihat dari beberapa gejala yang ada, meliputi:
- a. *Gejala Fisik*, antara lain sakit kepala, tidur tidak teratur, sakit punggung, sulit buang air besar, gatal-gatal pada kulit, urat tegang terutama pada leher dan bahu, tekanan darah, sering berkeringat, berubah selera makan, lelah atau kehilangan daya energi.
  - b. *Gejala Emosional*, antara lain gelisah atau cemas, sedih, mudah menangis, *mood* berubah-ubah, mudah panas atau marah, gugup,



merasa tidak aman, mudah tersinggung, mudah menyerang orang atau bermusuhan.

- c. *Gejala Intelektual*, antara lain susah berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, melamun secara berlebihan, hilang rasa humor, prestasi kerja menurun, pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja, dalam kerja bertambah jumlah kekeliruan yang dibuat.
- d. *Gejala Interpersonal*, antara lain kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah mempersalahkan orang lain, mudah membatalkan janji, suka mencari-cari kesalahan orang lain, mendiamkan orang lain, menyerang orang lain dengan kata-kata.

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>69</sup> Populasi diartikan juga sebagai jumlah kumpulan unit yang diteliti karakteristik atau cirinya. Namun jika populasi terlalu luas, maka peneliti harus mengambil sampel dari populasi yang telah didefinisikan.<sup>70</sup>

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>71</sup> Sampel juga diartikan dengan sebagian atau wakil

---

<sup>69</sup> Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. hal 80.

<sup>70</sup> Kasiram, Moh. 2008. *Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*. Malang: UIN Malang Press. Hlm 222.

<sup>71</sup> Sugiyono. 2008. *Op. Cit.* hal 81.

populasi yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel.<sup>72</sup>

Untuk menentukan banyaknya sampel menurut Arikunto, jika subyek kurang dari 100 orang maka lebih baik diambil semuanya untuk diteliti. Selanjutnya jika jumlah subyek besar atau lebih dari 100 orang maka diambil 10% - 15% atau 20% - 25% dari jumlah populasi.<sup>73</sup>

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang didasarkan atas adanya tujuan tertentu dan teknik ini biasanya dilakukan karena beberapa pertimbangan. Dalam penggunaan *purposive sampling* ada beberapa syarat yang harus dipenuhi:

1. Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
2. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi (*key subjects*).
3. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.<sup>74</sup>

Berdasarkan kajian di atas, maka penetapan subyek dalam penelitian ini harus memenuhi beberapa karakteristik yang mendukung, yaitu:

---

<sup>72</sup> Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta. Hlm: 109.

<sup>73</sup> *Ibid.* hal 112.

<sup>74</sup> *Ibid.* hal 108

- a. Korban lumpur Lapindo.
- b. Tinggal di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.
- c. Sudah menikah dan mempunyai anak.
- d. Anak dari keluarga tersebut belum menikah atau bekerja.

Penetapan karakteristik sampel seperti di atas karena peneliti berasumsi bahwa bapak dan ibu dalam suatu rumah tangga mempunyai andil yang besar dalam menentukan akan kemana arah kehidupan keluarga, apakah semakin layak atau semakin berantakan. Anak kebanyakan mengikuti apa yang sudah ditentukan oleh orangtua. Segala hal yang sudah diputuskan orangtua, seorang anak akan menerimanya juga. Misalnya, ketika orangtua sudah memutuskan untuk pindah rumah karena berbagai hal, maka anak juga akan ikut apa yang dikehendaki orangtua. Begitu juga ketika dalam sebuah keluarga seorang anak sudah menikah atau bekerja, maka sebagian besar orangtua tentunya akan merasa beban hidup yang mereka tanggung menjadi semakin berkurang karena anak sudah mampu berpenghasilan sendiri atau sudah mampu berkeluarga, sehingga sudah dianggap mampu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri.

Dalam penelitian ini, ditentukan populasi dan sampelnya adalah sebagai berikut:

Populasi : Seluruh korban lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, yang terdiri dari 62 KK dengan total 243 jiwa.

Sampel : 112 orang (43,6%) dari para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo yang sudah berkeluarga dan memiliki karakteristik sampel seperti yang telah disebutkan di atas.

Adapun proporsi sampel dalam penelitian ini dijelaskan pada tabel 3.2 :

**Tabel 3.2**  
**Jumlah Sampel Pengungsi Korban Lumpur Lapindo Porong Sidoarjo**

Usia	Jenis Kelamin		Jumlah
	Laki-laki	Perempuan	
21 tahun – 30 tahun	8	14	22
31 tahun – 40 tahun	20	25	45
41 tahun – 50 tahun	21	10	31
51 tahun ke atas	6	2	8
<b>Jumlah</b>	55	51	106

Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang dapat dikumpulkan hanya berjumlah 106 responden. Hal ini disebabkan karena beberapa keterbatasan yang dihadapi dalam waktu penyebaran skala, seperti responden yang tidak mau mengisi, absennya responden di tempat pengungsian, dan situasi dan kondisi yang tidak setiap saat dapat dilakukan penelitian. Maka, dalam analisa data selanjutnya peneliti hanya menggunakan jumlah sampel yang sudah terkumpul sebagai data penelitian, yaitu 106 responden.

#### **E. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, sedangkan instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar

pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti cermat, lengkap dan sistematis.<sup>75</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut:

#### 1. Skala

Skala menunjuk pada sebuah instrumen pengumpul data yang bentuknya seperti daftar cocok tetapi alternatif yang disediakan merupakan sesuatu yang berjenjang.<sup>76</sup> Skala psikologi memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dari berbagai bentuk alat pengumpulan data yang lain, yaitu :

- a) Stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur, melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan. Sehingga jawaban yang diberikan akan tergantung pada interpretasi subyek terhadap pertanyaan atau pernyataan tersebut dan jawabannya lebih bersifat proyektif, yaitu berupa proyeksi dari perasaan atau kepribadiannya.
- b) Skala psikologi selalu berisi banyak item. Jawaban subyek terhadap satu item baru merupakan sebagian dari banyak indikasi mengenai atribut yang di ukur. Sedangkan kesimpulan akhir sebagai suatu diagnosis baru dapat dicapai bila semua item telah direspon.
- c) Respon subyek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban “benar” atau “salah”. Semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan secara jujur

---

<sup>75</sup> Arikunto, Suharsimi. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. hal 101.

<sup>76</sup> Arikunto, Suharsimi. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. hal 105.

dan sungguh-sungguh. Hanya saja, jawaban yang berbeda akan diinterpretasikan secara berbeda pula.<sup>77</sup>

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah *skala Likert*, skala yang berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), yaitu suatu pernyataan mengenai obyek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan *favourable* (pernyataan yang berisi tentang hal-hal yang positif dan mendukung obyek sikap yang akan diungkap) dan pernyataan *unfavourable* (pernyataan yang berisi hal-hal yang negatif mengenai obyek sikap, bersifat kontra terhadap obyek sikap yang hendak diungkap).<sup>78</sup>

Item-item skala disajikan dalam bentuk tertutup dengan menyediakan 4 alternatif jawaban, sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Peneliti meniadakan alternatif jawaban ragu-ragu (R) dengan alasan sebagai berikut:

- a) Alternatif jawaban ragu-ragu mempunyai arti ganda, bisa diartikan belum dapat memberikan jawaban, bisa juga diartikan netral.
- b) Tersedianya jawaban di tengah menimbulkan kecenderungan menjawab di tengah (*central tendency effect*), terutama bagi mereka yang ragu-ragu antara setuju dan tidak setuju.
- c) Penggunaan alternatif jawaban dimaksudkan untuk melihat kecenderungan pendapat responden ke arah setuju atau tidak setuju.

---

<sup>77</sup> Azwar, Syaifuddin. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 3-4.

<sup>78</sup> Azwar, Syaifuddin. 2006. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hal 98.

Jika disediakan kategori jawaban di tengah maka akan mengurangi banyaknya informasi yang akan di dapat dari responden.<sup>79</sup>

Dalam menjawab skala, subyek diminta untuk menyatakan kesetujuan atau ketidaksetujuan terhadap isi pernyataan. Untuk pernyataan *favourable* penilaian bergerak dari angka 4 sampai 1, dan untuk pernyataan *unfavourable* penilaian bergerak dari angka 1 sampai 4. Skor untuk jawaban pernyataan dapat dilihat pada tabel 3.3:

**Tabel 3.3**  
**Skor untuk Jawaban Pernyataan**

No	Respon	Skor	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	4
2	Setuju (S)	3	3
3	Tidak Setuju (TS)	2	2
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	1

Berkaitan dengan teknik penelitian di atas, maka peneliti menggunakan tiga macam skala, antara lain skala *Emotional Quotient*, skala *Adversity Quotient*, dan skala stres.

#### 1) Skala *Emotional Quotient* (EQ)

Penyusunan skala *Emotional Quotient* (EQ) ini disusun oleh peneliti dengan merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Daniel Goleman (1995), yang dirinci pada tabel 3.4:

<sup>79</sup> Hadi, Sutrisno. 1994. *Metodologi Research I*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM. hal 49.

**Tabel 3.4**  
**Blue Print *Emotional Quotient* (EQ)**

No	Aspek	Indikator	No Item		$\Sigma$
			F	UF	
1.	Mengenali emosi diri sendiri (kesadaran diri)	- Mampu mengenali emosi diri sendiri	1,2	3	3
		- Percaya pada diri sendiri	4,5	6	3
		- Mengetahui kekuatan dan batasan diri sendiri	7	8	2
2.	Mengelola dan mengendalikan emosi diri (pengaturan diri)	- Peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran	9	10	2
		- Mampu mengontrol emosi dan suasana hati yang sedang dirasakan	11	12	2
		- Mampu pulih kembali dari tekanan emosi	13,14	15	3
3.	Memotivasi diri	- Mempunyai keinginan untuk menjadi lebih baik lagi	16,17	18	3
		- Kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan	19,20	21	3
		- Optimis dalam memperjuangkan sasaran meskipun ada halangan dan kegagalan	22	23	2
4.	Mengenali emosi orang lain (empati)	- Mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain	24,25	26	3
		- Mampu memahami apa yang dibutuhkan orang lain	27,28	29	3
		- Mampu menumbuhkan hubungan saling percaya dengan orang lain	30,31	32	3
5.	Membina hubungan baik dengan orang lain (keterampilan sosial)	- Mampu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain	33,34	35	3
		- Menumbuhkan hubungan yang baik dengan orang lain	36		1
		- Mampu membangun kerjasama dengan orang lain demi tujuan bersama	37	38	2
<b>Jumlah</b>			24	14	38

## 2) Skala *Adversity Quotient* (AQ)

Penyusunan skala *Adversity Quotient* (AQ) mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Stoltz (2005), yang dirinci pada tabel 3.5 :

**Tabel 3.5**



**Blue Print Adversity Quotient (AQ)**

No	Indikator	Deskriptor	No Item		Σ
			F	UF	
1.	Kemampuan mengontrol diri ( <i>Control</i> )	- Mampu mempengaruhi situasi dengan sesuatu yang positif	1,2	3	3
		- Mampu mengendalikan respon terhadap situasi yang sedang terjadi	4,5	6	3
2.	Kemampuan menanggung akibat dari situasi ( <i>Ownership dan Origin</i> )	- Berani menanggung akibat dari situasi yang ada	7,8	9	3
3.	Kemampuan menghadapi kemalangan ( <i>Reach</i> )	- Mampu memahami masalah yang sedang terjadi	10,11	12	3
		- Membatasi dan tidak mencampur adukkan masalah satu dengan masalah yang lain	13,14	15	3
4.	Ketahanan dalam mempersepsi kemalangan yang sedang berlangsung ( <i>Endurance</i> )	- Mempersepsi kesulitan yang ada dengan hal-hal yang baik	16,17	18	3
		- Mampu menciptakan ide atau gagasan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi	19,20	21	3
		- Berani dalam menyelesaikan segala permasalahan yang sedang dialami	22,23	24	3
<b>Jumlah</b>			16	8	24

3) Skala Stres

Penyusunan skala stres merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Agus Hardjana (1994), yang dirinci pada tabel 3.6:

**Tabel 3.6**  
**Blue Print Skala Stres**

No	Indikator	Deskriptor	No Item	Σ
1.	Gejala Fisik	1. Sakit kepala	1	1
		2. Tidur tidak teratur	2	1
		3. Sakit punggung	3	1
		4. Sulit buang air besar	4	1
		5. Gatal-gatal pada kulit	5	1
		6. Urat tegang, terutama pada leher bahu	6	1
		7. Tekanan darah	7	1

		8. Sering berkeringat	8	1
		9. Berubah selera makan	9	1
		10. Lelah atau kehilangan daya energi	10	1
2.	Gejala Emosional	1. Gelisah atau cemas	11	1
		2. Sedih	12	1
		3. Mudah menangis	13	1
		4. Mood berubah-ubah	14	1
		5. Mudah panas atau marah	15	1
		6. Gugup	16	1
		7. Merasa tidak aman	17	1
		8. Mudah tersinggung	18	1
		9. Mudah menyerang orang atau bermusuhan	19	1
3.	Gejala Intelektual	1. Susah berkonsentrasi	20	1
		2. Sulit membuat keputusan	21	1
		3. Mudah lupa	22	1
		4. Pikiran kacau	23	1
		5. Melamun secara berlebihan	24	1
		6. Hilang rasa humor	25	1
		7. Prestasi kerja menurun	26	1
		8. Pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja	27	1
		9. Dalam bekerja bertambah jumlah kekeliruan yang dibuat	28	1
4.	Gejala Interpersonal	1. Kehilangan kepercayaan kepada orang lain	29	1
		2. Mudah mempersalahkan orang lain	30	1
		3. Mudah membatalkan janji	31	1
		4. Suka mencari-cari kesalahan orang lain	32	1
		5. Mendingkan orang lain	33	1
		6. Menyerang orang lain dengan kata-kata	34	1
<b>Jumlah</b>			34	34

Dalam penggunaan skala stres, seluruh item tersusun dalam bentuk pernyataan *favourable*. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari kebosanan responden dalam mengisi skala jika terlalu banyak item pernyataan. Bentuk *favourable* juga dipilih oleh peneliti karena deskriptor yang

dijadikan acuan dalam pembuatan skala sudah sangat jelas, sehingga tidak diperlukan pernyataan dalam bentuk *unfavourable* lagi.

## 2. Wawancara

Wawancara menurut Hadi adalah metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis, yang berlandaskan kepada tujuan penyelidikan.<sup>80</sup> Sedangkan menurut Arikunto, wawancara adalah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara. Wawancara yang digunakan adalah wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara yang dilakukan dengan hanya membuat pedoman garis besar yang akan ditanyakan.

Dalam penelitian ini hasil wawancara digunakan sebagai data pendukung dalam penelitian yang digunakan untuk mencari data awal di lapangan yang dapat menunjang penelitian sesuai dengan rumusan masalah.

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal yang variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen, agenda rapat, dan sebagainya.<sup>81</sup> Dalam penelitian ini metode dokumentasi digunakan untuk memperoleh informasi dari data tertulis yang ada pada subyek penelitian dan yang mempunyai relevansi dengan data yang dibutuhkan, misalnya data jumlah pengungsi di tempat pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, dan sebagainya.

---

<sup>80</sup> Rahayu, Iin Tri & Ardani, Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia. hlm: 1.

<sup>81</sup> Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi revisi V. Jakarta: PT. Rineka Cipta. hal 206.

#### 4. Observasi

Observasi merupakan kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul, dan mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam fenomena tersebut.<sup>82</sup> Observasi yang digunakan peneliti adalah observasi non partisipan, yaitu observasi yang dilakukan oleh observer yang tidak berperan serta ikut ambil bagian dalam kehidupan subyek penelitian.

Observasi disini digunakan sebagai metode pengumpulan data untuk menggali data awal untuk mengetahui permasalahan pada subyek penelitian, yaitu para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

#### F. Uji Coba Instrumen

Setelah skala siap diujikan, maka selanjutnya melaksanakan pengujian terlebih dahulu terhadap item yang ada dengan menggunakan teknik *try out* terpakai, yaitu peneliti langsung menyajikannya pada subjek penelitian lalu peneliti menganalisis validitasnya sehingga diketahui mana item valid dan item yang gugur, apakah instrumen itu cukup andal atau tidak. Jika hasilnya memenuhi syarat (tidak banyak item yang gugur dan reliabel) maka peneliti langsung melanjutkan pada langkah selanjutnya. Jika tidak memenuhi syarat maka peneliti memperbaikinya dan mengadakan uji ulang pada responden.<sup>83</sup>

---

<sup>82</sup> Rahayu, Iin Tri & Ardani, Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia. hlm: 1.

<sup>83</sup> Hadi, Sutrisno. 1994. *Metodologi Research I*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM. Hlm, 112.

Pelaksanaan pengumpulan data yaitu menyebarkan skala kepada para korban lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, dilakukan pada tanggal 9 September – 19 September 2009. Dalam penelitian ini disebarkan skala sebanyak 112 eksemplar, namun hanya terisi sebanyak 106 eksemplar karena adanya beberapa kendala yang dihadapi dalam proses pengumpulan data tersebut.

## **G. Validitas dan Reliabilitas**

Validitas dan reliabilitas merupakan dua hal yang saling berkaitan dan sangat berperan dalam menentukan kualitas suatu alat ukur karena sejauh mana kepercayaan dapat diberikan pada kesimpulan suatu penelitian tergantung antara lain pada validitas dan reliabilitas alat ukurnya.

### **1. Validitas**

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya.<sup>84</sup> Validitas juga diartikan sebagai suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.<sup>85</sup>

Pada umumnya untuk penelitian-penelitian di bidang ilmu pendidikan digunakan taraf signifikansi 0,05 atau 0,01. Apakah suatu koefisien

---

<sup>84</sup> Azwar, Syaifuddin. 2008. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 5.

<sup>85</sup> Arikunto, Suharsimi. *Op. Cit.* hal 144.

validitas dianggap memuaskan atau tidak, penilaiannya dikembalikan kepada pihak pemakai skala atau kepada mereka yang berkepentingan dalam penggunaan hasil ukur skala yang bersangkutan.<sup>86</sup> Kesahihan item tiap-tiap skala *Emotional Quotient*, *Adversity Quotient*, dan stres menggunakan taraf signifikansi  $p < 0,05$ . Jadi dari semua item dianggap sah adalah item yang mempunyai angka peluang ralat  $p$  tidak lebih dari 5% ( $p < 0,05$ ).

Adapun untuk mengukur kesahihan suatu skala dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan validitas kontrak (*validitas internal*) dengan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson* menggunakan program statistik *SPSS 15.0 for windows*.

$$R_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

- $R_{xy}$  = koefisien korelasi product moment  
 $N$  = jumlah subyek  
 $x$  = jumlah skor aitem  
 $y$  = jumlah skor total

Standart pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas item berdasarkan pada pendapat Saifuddin Azwar bahwa suatu item dikatakan valid apabila  $r_{ix} \geq 0,30$ . Namun, apabila jumlah item yang valid ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan

---

<sup>86</sup> Azwar, Syaifuddin. *Op. Cit.* hal 103.

sedikit kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 atau 0,20.<sup>87</sup> Adapun standart yang digunakan oleh peneliti untuk menentukan validitas item pada skala *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* adalah 0,20, dan pada skala stres  $r_{ix} \geq 0,25$ .

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi yaitu yang mampu memberikan hasil ukur yang terpercaya, disebut reliabel.<sup>88</sup> Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi yaitu yang mampu memberikan hasil ukur yang terpercaya, disebut reliabel. Reliabilitas suatu alat dapat diketahui jika alat tersebut mampu menunjukkan sejauh mana pengukurannya dapat memberikan hasil yang relatif sama bila dilakukan pengukuran kembali pada objek yang sama.<sup>89</sup>

Untuk mengetahui reliabilitas dari tiap alat ukur, maka penelitian ini menggunakan rumus *Alpha* yang dibantu dengan program *SPSS 15.00 for windows*. Penggunaan rumus ini dikarenakan skor yang dihasilkan dari instrumen penelitian merupakan rentangan skala 1-4, 1-5, dan seterusnya, bukan dengan hasil 1 dan 0. Adapun rumusnya adalah sebagai berikut:<sup>90</sup>

$$r_{11} = \left[ \frac{K}{K-1} \right] \left[ 1 - \sum \frac{\sigma b^2}{\sigma t^2} \right]$$

<sup>87</sup> Azwar, Syaifuddin. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hal 65.

<sup>88</sup> Azwar, Syaifuddin. 1998. *Sikap Manusia- Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 176.

<sup>89</sup> *Ibid* .hal 92.

<sup>90</sup> Arikunto, Suharsimi. *Op. It.*, hal 171.

Keterangan :

$r_{11}$  = reliabilitas aitem

K = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sigma b^2$  = jumlah variabel butir

$\sigma t^2$  = variabel total

Tinggi rendahnya reliabilitas secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Semakin tinggi koefisien korelasi antara hasil ukur dari dua alat yang paralel berarti konsistensi antara keduanya semakin baik. Biasanya koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai 1,00, jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas.<sup>91</sup>

## H. Metode Analisis Data

### 1. Uji Asumsi

Sebagai syarat penggunaan statistik parametrik, maka sebelum dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data yang diperoleh:

- a. Uji normalitas, dimana nilai Y (variabel terikat) didistribusikan secara normal terhadap nilai X (variabel bebas). Upaya ini dilakukan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi, variabel dependent dan variabel independent atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau

---

<sup>91</sup> Azwar, Syaifuddin. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 83.



mendekati normal. Pedoman yang digunakan untuk normal tidaknya sebaran adalah jika  $p > 0.05$  maka data dikatakan normal, sedangkan apabila  $p < 0.05$  maka data dikatakan tidak normal.

- b. Uji multikolinieritas, dimana antara variabel X (independent) tidak boleh saling berkorelasi. Hal ini dilakukan untuk menguji apakah pada model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel independent. Jika terjadi korelasi maka terdapat problem multikolinieritas (multiko). Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antara variabel independent.
- c. Uji heteroskedastisitas, dimana variasi di sekitar garis regresi seharusnya konstan untuk setiap nilai X. Langkah ini diambil untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi terjadi ketidaksamaan varians dari residual suatu pengamatan ke pengamatan yang lain. Jika varians residual dari suatu pengamatan ke pengamatan yang lain tetap, maka disebut homoskedastisitas. Dan jika varians berbeda disebut heteroskedastisitas. Model regresi yang baik adalah tidak terjadi heteroskedastisitas.<sup>92</sup>

## 2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan secara umum hasil penelitian, yang dilakukan untuk mengetahui kategorisasi tingkatan pada variabel  $X_1$ ,  $X_2$ , dan Y pada subyek penelitian. Pendeskripsian ini

---

<sup>92</sup> Winarsunu, Tulus. 2002. *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM Press. hal 282-284.

dilakukan dengan cara mengklasifikasikan skor subyek berdasarkan norma yang ditentukan.

Penghitungan norma dilakukan untuk melihat tingkat *Emotional Quotient*, *Adversity Quotient*, dan stres pada para korban Lumpur Lapindo Sidoarjo, sehingga dapat diketahui tingkatannya apakah tinggi, sedang, atau rendah. Dalam melakukan pengkategorian ini, peneliti menggunakan skor hipotetik. Adapun langkah-langkah dalam pembuatan skor hipotetik dalam penelitian ini adalah:

a. Menghitung mean hipotetik ( $\mu$ ), dengan rumus:

$$\mu = \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k$$

$\mu$  : rerata hipotetik  
 $i_{\max}$  : skor maksimal item  
 $i_{\min}$  : skor minimal item  
 $\sum k$  : jumlah item

b. Menghitung deviasi standart hipotetik ( $\sigma$ ), dengan rumus :

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$$

$\sigma$  : deviasi standart hipotetik  
 $X_{\max}$  : skor maksimal subyek  
 $X_{\min}$  : skor minimal subyek

c. Kategorisasi:

Rendah :	$X \leq (\mu - 1 \sigma)$
Sedang :	$(\mu - 1 \sigma) \leq X \leq (\mu + 1 \sigma)$
Tinggi :	$X \geq (\mu + 1 \sigma)$

d. Analisis Prosentase

Peneliti menggunakan analisis prosentase setelah menentukan norma kategorisasi dan mengetahui jumlah individu yang ada dalam

suatu kelompok. Rumus dari analisis prosentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

$P$  = prosentase

$f$  = Frekuensi

$N$  = Jumlah Subjek

### 3. Analisis Inferensial

Analisis inferensial digunakan mengetahui hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Khusus dalam proses analisis inferensial ini peneliti menggunakan bantuan komputer program *SPSS 15.0 for Windows*.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk memberikan gambaran tentang bentuk hubungan dari variabel  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$ , maka teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier berganda (*Multiple Regression Analysis*). Suatu variabel dapat diramalkan dari variabel lain apabila antara variabel yang diramalkan (disebut kriterium) dan variabel yang digunakan untuk meramalkan (disebut prediktor) terdapat korelasi yang signifikan. Dalam penelitian ini terdapat dua prediktor yaitu *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient*.

#### Persamaan regresi dua prediktor

$$Y = a_1X_1 + a_2X_2 + K$$

Keterangan :

Y = kriterium

$a_1$  = koefisien prediktor 1

$a_2$  = koefisien prediktor 2

$x_1$  = prediktor 1

$x_2$  = prediktor 2

K = bilangan konstan

Menurut Ferguson (1981), kondisi signifikan didapatkan melalui eksistensi p yang merupakan representasi dari tingkat signifikansi.<sup>93</sup> Adopsi terhadap tingkat signifikansi pada 0,05 atau 0,01 merupakan konvensi umum. Adalah dikatakan cukup signifikan jika probabilitas yang didapatkan berada pada kisaran  $p \leq 0,05$  atau  $p \leq 0,01$ , atau dikatakan sangat signifikan (*highly significant*) jika probabilitas yang didapatkan sama atau lebih kecil dari 0,01 ( $p \leq 0,01$ ).

Selanjutnya untuk mencari besar hubungan yang diperoleh dari kedua variabel penelitian, maka digunakan persamaan koefisien determinan yaitu :  $R^2 \times 100\%$ .

---

<sup>93</sup> Abrori, Lucky. 2004. *Studi Korelasi antara Spiritual Quotient dan Adversity Quotient dengan Kinerja pada Karyawan Bagian Tatausaha UIN Malang*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang. Hlm 96.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Tempat Penelitian**

Desa Kedungsolo adalah sebuah desa kecil di Porong Sidoarjo yang dijadikan tempat pengungsian kedua bagi para korban lumpur Lapindo setelah sebelumnya hampir 2 tahun lebih mereka tinggal di pengungsian Pasar Baru Porong, Sidoarjo. Di desa ini para korban mendirikan gubuk atau barak seadanya di sebuah lokasi seluas sekitar 10 ha, yang berjarak sekitar 5 km arah barat dari pusat semburan Lapindo. Lahan relokasi yang sebagian masih ditanami tebu ini adalah lahan yang dibeli hasil iuran dari uang muka ganti rugi 20% para pengungsi senilai sekitar 10 miliar rupiah. Uang dari hasil iuran ini, sedikit juga disisakan untuk membangun rumah semi permanen di tempat tersebut.

Sekitar 250 orang pengungsi atau 60 KK menempati 80 barak darurat berukuran 3 meter x 5 meter yang berdinding triplek dan beratap asbes. Barak ini dibangun untuk para warga yang belum memiliki rumah kontrakan (belum mampu mengontrak), sedangkan sekitar 200 korban lumpur lainnya lebih memilih tinggal di rumah kontrakan atau tinggal di rumah kerabatnya. Mereka akan tinggal bersama-sama jika rumah semi permanen yang pembangunannya sedang dikerjakan sudah selesai.

Kondisi di pengungsian sekarang juga tidak lebih dari pengungsian sebelumnya (Pasar Baru Porong). Para pengungsi harus mulai membiasakan

hidup dengan segala keterbatasan. Sulitnya mendapatkan air bersih, penyediaan listrik yang masih sulit sehingga untuk sementara menggunakan genset, kondisi lingkungan yang kurang memadai, sampai harus tetap merasakan panasnya terik matahari di siang hari yang sangat menyengat, dan dinginnya suasana malam hari meskipun sudah berada di dalam gubuk. Meskipun begitu, ada semangat baru yang terpancar dari para pengungsi untuk menata hidup dan masa depannya dengan lebih baik lagi di lahan relokasi yang baru.

Pada tanggal 15 Mei 2009, sebanyak 563 keluarga atau 1927 jiwa pengungsi korban lumpur panas Lapindo yang selama ini menempati lokasi pengungsian di Pasar Baru Porong harus meninggalkan tempat tersebut. Batas waktu ini diberikan setelah warga sepakat meninggalkan pengungsian jika uang muka ganti rugi 20% telah dilunasi oleh PT. Minarak Lapindo Jaya.

Sejak pertama kali meluap, 29 Mei 2006, banjir lumpur panas Lapindo telah menimbulkan kerusakan yang sangat parah. Dari berbagai sumber data di lapangan menyebutkan, jumlah bangunan yang terendam meliputi 10.426 tempat tinggal, 33 sekolah, dan 31 pabrik. Lahan sawah yang diperuntukkan tebu yang terendam mencapai 64,02 ha dan sawah untuk tanaman padi yang terendam mencapai 482,65 ha. Banjir lumpur ini telah mengakibatkan ratusan ribu warga kehilangan mata pencahariannya dan ketidakjelasan nasibnya.

Munculnya lumpur panas Lapindo merupakan kegagalan teknologi pengeboran yang besar dan panjang (*the big failure*) yang memicu fenomena alam gunung lumpur (*mud volcano*) dari kedalaman 9.297 kaki setara 2.834 meter tepatnya di sumur eksplorasi Banjarpanji 1 yang termasuk dalam wilayah

Blok Brantas dengan operator Lapindo Brantas, Inc. (LBI). LBI adalah salah satu anak perusahaan PT. Energi Mega Persada, Tbk. yang memegang Kontrak Kerja Sama (KKS) dengan BP Migas Underground Blow Out (BO).

PT. Lapindo Brantas ini adalah sebuah perusahaan yang bergerak di bidang minyak dan gas bumi berlokasi di Kecamatan Porong, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Ketika para karyawan sedang melakukan pengeboran dalam usaha mencari gas bumi pada pertengahan tahun 2006, tiba-tiba keluar lumpur panas dari lubang pengeboran. Pada awal munculnya lumpur panas ini, tidak menimbulkan persoalan. Akan tetapi, karena lumpur panas itu keluar terus-menerus dan tidak bisa dihentikan, akhirnya menyebabkan kolam penampungan yang dibuat tak mampu menampung seluruh material lumpur bercampur air yang mengandung kadar garam tinggi dan bersifat korosif. Lumpur ini menyembur sekitar 50 ribu meter kubik per hari. Akhirnya, lumpur panas itu menjebol tanggul dan kemudian merusak serta menenggelamkan sejumlah rumah dan harta benda penduduk.

Hasil penelitian dari beberapa ahli menyebutkan, bencana lumpur panas ini masih berpotensi untuk menimbulkan bencana dengan skala yang lebih besar. Beberapa hal yang patut menjadi perhatian adalah:

***Bencana Lingkungan Fisik:***

- a. Lumpur yang terus menerus keluar dapat menjadi ancaman, karena tanggul yang dibangun dengan konstruksi seadanya (hanya kurukan tanah dan batu), bila tidak kuat menahan beban dapat jebol. Dan bila jebol ke arah

jalan raya dan kereta api atau tempat yang berpenduduk, maka tidak mungkin hal ini akan menimbulkan celaka yang tidak ringan.

- b. Prediksi bahwa adanya gas beracun yang keluarinya terus menerus (salah satunya H<sub>2</sub>S), dapat menimbulkan masalah pernapasan, meskipun belum sekarang, prediksi yang akan datang perlu diperhatikan. Tambahan pula, adanya prediksi bahwa di daerah semburan lumpur dimungkinkan dapat terjadinya ledakan akibat bahan-bahan dalam perut bumi ataupun pipa gas pertamina yang masih ada di daerah semburan, dan bila ini terjadi korban jiwa dapat saja terjadi.

***Bencana Lingkungan Sosial :***

- a. Perekonomian akan menurun karena banyaknya PHK dan pemukiman yang rusak.
- b. Struktur masyarakat akan terganggu misalnya hubungan antar tetangga yang sudah terbina selama bertahun-tahun akan hilang.
- c. Adanya perubahan budaya karena harus menyesuaikan dengan lingkungan fisik yang baru karena mendadak timbul suatu "*culture shock*".
- d. "Kemiskinan struktural, kemiskinan budaya atau budaya kemiskinan". Hal ini masih memerlukan penelitian yang lebih lanjut karena akibat bencana sosial ini tidak dapat terlihat langsung dalam waktu singkat.

***Bencana Mental dan Spiritual :***

- a. Ketakutan dan kekhawatiran terus menerus dari warga di sekitar semburan lumpur, bahwa bencana ini dapat saja mengenai mereka, secara psikis



tentunya dapat menimbulkan gangguan, karena mereka dalam keadaan stres terus menerus.

- b. Ada kemungkinan timbul keputusasaan yang akhirnya menyalahkan Tuhan dan orang lain, lupa bahwa apa yang terjadi pada diri manusia adalah yang terbaik dipikirkan Tuhan, hal ini yang sulit diterangkan secara ilmiah.

## B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument Penelitian

### 1. Hasil Uji Validitas

#### a. Skala *Emotional Quotient*

Hasil perhitungan dari uji validitas skala *Emotional Quotient* didapatkan hasil bahwa terdapat 14 item yang gugur dari 38 item yang ada, sehingga banyaknya butir item yang sah sebesar 24 item. Adapun item-item yang dipakai dalam penelitian ini ditunjukkan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
Nomor item valid skala *Emotional Quotient*

No	Aspek	Indikator Perilaku	No Item		$\Sigma$
			Valid	Gugur	
1.	Mengenali emosi diri sendiri (kesadaran diri)	- Mampu mengenali emosi diri sendiri	-	1,2,3	3
		- Percaya pada diri sendiri	4,5,6	-	3
		- Mengetahui kekuatan dan batasan diri sendiri	-	7,8	2
2.	Mengelola dan mengendalikan emosi diri (pengaturan diri)	- Peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran	9	10	2
		- Mampu mengontrol emosi dan suasana hati yang sedang dirasakan	11	12	2
		- Mampu pulih kembali dari tekanan emosi	13,14	15	3
3.	Memotivasi diri	- Mempunyai keinginan untuk menjadi lebih baik lagi	16,17,18	-	3
		- Kesiapan untuk memanfaatkan	19,20,21	-	3

		kesempatan			
		- Optimis dalam memperjuangkan sasaran meskipun ada halangan dan kegagalan	22,23	-	2
4.	Mengenali emosi orang lain (empati)	- Mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain	26	24,25	3
		- Mampu memahami apa yang dibutuhkan orang lain	28	27,29	3
		- Mampu menumbuhkan hubungan saling percaya dengan orang lain	32	30,31	3
5.	Membina hubungan baik dengan orang lain (keterampilan sosial)	- Mampu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain	33,34,35	-	3
		- Menumbuhkan hubungan yang baik dengan orang lain	36	-	1
		- Mampu menjalin kerjasama dengan orang lain demi tujuan bersama	37,38	-	2
<b>Jumlah</b>			24	14	38

Dari ringkasan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala *Emotional Quotient* terdiri dari 38 butir item, dimana di dalamnya mencakup aspek mengenali emosi diri sendiri (kesadaran diri) sebanyak 8 item, dengan 3 item valid dan 5 item gugur. Aspek mengelola dan mengendalikan emosi diri (pengaturan diri) sebanyak 7 item, dengan 4 item valid dan 3 item gugur. Aspek memotivasi diri sebanyak 8 item, dan semua item valid. Aspek mengenali emosi orang lain (empati) sebanyak 9 item, dengan 3 item valid dan 6 item gugur. Sedangkan pada aspek membina hubungan baik dengan orang lain (keterampilan sosial), semua item valid yaitu sebanyak 6 butir item. Korelasi aitem total ( $r_{ix}$ ) terpilih bergerak antara 0,222 sampai dengan 0,721.

Dalam mengambil data penelitian, peneliti membuang 14 item yang gugur dan memakai 24 item yang valid. Peneliti sengaja memakai item

valid tanpa mengganti item yang gugur karena item-item tersebut dirasa sudah mewakili masing-masing indikator yang diukur.

#### b. Skala *Adversity Quotient*

Hasil perhitungan uji validitas skala *Adversity Quotient* didapatkan hasil bahwa terdapat 12 item yang gugur dari 24 item yang ada, sehingga butir item yang sah sebesar 12 item. Adapun item-item yang dipakai dalam penelitian ini ditunjukkan dalam tabel berikut :

**Tabel 4.2**  
**Nomor item valid skala *Adversity Quotient***

No	Aspek	Indikator Perilaku	No Item		$\Sigma$
			Valid	Gugur	
1.	Kemampuan mengontrol diri ( <i>Control</i> )	- Mampu mempengaruhi situasi dengan sesuatu yang positif	2	1,3	3
		- Mampu mengendalikan respon terhadap situasi yang sedang terjadi	6	4,5	3
2.	Kemampuan menanggung akibat dari situasi ( <i>Ownership dan Origin</i> )	- Berani menanggung akibat dari situasi yang ada	8,9	7	3
3.	Kemampuan menghadapi kemalangan ( <i>Reach</i> )	- Mampu menjangkau masalah yang sedang terjadi	10,11	12	3
		- Membatasi dan tidak mencampur adukkan masalah satu dengan masalah yang lain	15	13,14	3
4.	Ketahanan dalam mempersepsi kemalangan yang sedang berlangsung ( <i>Endurance</i> )	- Mempersepsi kesulitan yang ada dengan hal-hal yang baik	16,18	17	3
		- Mampu menciptakan ide atau gagasan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi	19,20	21	3
		- Berani dalam menyelesaikan segala permasalahan yang sedang dialami	22	23,24	3
<b>Jumlah</b>			12	12	24

Dari ringkasan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala *Adversity Quotient* terdiri dari 24 butir item, dimana di dalamnya mencakup aspek kemampuan mengontrol diri (*Control*) sebanyak 6 item, dengan 2 item valid dan 4 item gugur. Aspek kemampuan menanggung akibat dari situasi (*Ownership dan Origin*) sebanyak 3 item, dengan 2 item valid dan 1 item gugur. Aspek kemampuan menghadapi kemalangan (*Reach*) sebanyak 6 item, dengan 3 item valid dan 3 item gugur. Sedangkan pada aspek ketahanan dalam mempersepsi kemalangan yang sedang berlangsung (*Endurance*), 5 item dinilai valid dan 4 item gugur dari 9 butir item yang ada. Korelasi aitem total ( $r_{ix}$ ) terpilih bergerak antara 0,222 sampai dengan 0,620.

Dalam mengambil data penelitian, peneliti membuang 12 item yang gugur dan memakai 12 item yang valid. Peneliti sengaja memakai item valid tanpa mengganti item yang gugur karena item-item tersebut dirasa sudah mewakili masing-masing indikator yang diukur.

### c. Skala Stres

Hasil perhitungan uji validitas skala *stres* didapatkan hasil bahwa terdapat 5 item yang gugur dari 34 item yang ada, sehingga butir item yang sah sebesar 29 item. Adapun item-item yang dipakai dalam penelitian ini ditunjukkan dalam tabel berikut :

**Tabel 4.3**  
**Nomor item valid skala Stres**

No	Indikator	Deskriptor	No Item		$\Sigma$
			Valid	Gugur	
1.	Gejala Fisik	1. Sakit kepala	1	-	1
		2. Tidur tidak teratur	2	-	1

		3. Sakit punggung	3	-	1
		4. Sulit buang air besar	4	-	1
		5. Gatal-gatal pada kulit	-	5	1
		6. Urat tegang, terutama pada leher bahu	6	-	1
		7. Tekanan darah	7	-	1
		8. Sering berkeringat	8	-	1
		9. Berubah selera makan	9	-	1
		10. Lelah atau kehilangan daya energi	10	-	1
2.	Gejala Emosional	1. Gelisah atau cemas	11	-	1
		2. Sedih	12	-	1
		3. Mudah menangis	13	-	1
		4. Mood berubah-ubah	14	-	1
		5. Mudah panas atau marah	15	-	1
		6. Gugup	-	16	1
		7. Merasa tidak aman	17	-	1
		8. Mudah tersinggung	18	-	1
		9. Mudah menyerang orang atau bermusuhan	19	-	1
3.	Gejala Intelektual	1. Susah berkonsentrasi	20	-	1
		2. Sulit membuat keputusan	21	-	1
		3. Mudah lupa	-	22	1
		4. Pikiran kacau	23	-	1
		5. Melamun secara berlebihan	24	-	1
		6. Hilang rasa humor	25	-	1
		7. Prestasi kerja menurun	26	-	1
		8. Pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja	27	-	1
		9. Dalam bekerja bertambah jumlah kekeliruan yang dibuat	28	-	1
4.	Gejala Interpersonal	1. Kehilangan kepercayaan kepada orang lain	29	-	1
		2. Mudah mempersalahkan orang lain	-	30	1
		3. Mudah membatalkan janji	31	-	1
		4. Suka mencari-cari kesalahan orang lain	-	32	1
		5. Mendingkan orang lain	33	-	1
		6. Menyerang orang lain dengan kata-kata	34	-	1
<b>Jumlah</b>			29	5	34

Dari ringkasan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala *Adversity Quotient* terdiri dari 34 butir item, dimana di dalamnya mencakup gejala

fisik sebanyak 10 item, dengan 9 item valid dan 1 item gugur. Gejala Emosional sebanyak 9 item, dengan 8 item valid dan 1 item gugur. Gejala intelektual sebanyak 9 item, dengan 8 item valid dan 1 item gugur. Sedangkan pada gejala interpersonal, 4 item dinilai valid dan 2 item gugur dari 6 butir item yang ada. Korelasi aitem total ( $r_{ix}$ ) terpilih bergerak antara 0,257 sampai dengan 0,658.

Dalam mengambil data penelitian, peneliti membuang 5 item yang gugur dan memakai 29 item yang valid. Peneliti sengaja memakai item valid tanpa mengganti item yang gugur karena item-item tersebut dirasa sudah mewakili masing-masing indikator yang diukur.

## 2. Hasil Uji Reliabilitas

Dari hasil analisa statistik pada masing-masing alat ukur, diperoleh nilai reliabilitas andal pada instrument *Emotional Quotient* sebesar 0,873, pada instrument *Adversity Quotient* sebesar 0,800, sedangkan pada instrument stres sebesar 0,905. Adapun hasil reliabilitas variabel *Emotional Quotient*, *Adversity Quotient*, dan Stres secara ringkas dapat dilihat dalam tabel 4.4 :

**Tabel 4.4**  
**Reliabilitas *Emotional Quotient*, *Adversity Quotient*, dan Stres**

Variabel	Alpha	Keterangan
EQ	0,873	Andal
AQ	0,800	Andal
STRES	0,905	Andal

Hasil perhitungan uji reliabilitas ketiga skala tersebut ternyata mempunyai nilai reliabilitas andal, artinya jika ketiga skala tersebut diujikan pada waktu dan subyek yang berbeda maka hasil yang diperoleh tidak akan jauh berbeda (ajeg).

### C. Paparan Hasil Penelitian

#### 1. Tingkat *Emotional Quotient*, *Adversity Quotient*, dan Stres

Gambaran umum data penelitian dapat dilihat pada tabel 4.5 deskripsi data penelitian yang meliputi variabel *Emotional Quotient*, *Adversity Quotient* dan Stres pada korban Lumpur Lapindo :

**Tabel 4.5**  
*Deskripsi Statistik Data Penelitian*

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
EQ	24	96	60	12	50	90	110,26	10,486
AQ	12	48	30	6	22	47	70,75	7,000
Stres	29	116	72,5	14,5	47	98	81,99	13,790

##### a. *Emotional Quotient* (EQ)

Untuk mengetahui deskripsi tingkat *Emotional Quotient*, maka perhitungannya didasarkan pada skor hipotetik. Dipakainya skor hipotetik karena alat ukur *Emotional Quotient* ini belum mempunyai norma yang jelas. Dari hasil skor hipotetik, kemudian dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil selengkapnya dari perhitungan dapat dilihat pada uraian berikut :

1. Menghitung nilai mean ( $\mu$ ) dan deviasi standart ( $\sigma$ ) pada skala *Emotional Quotient* yang diterima, yaitu 24 item.
2. Menghitung mean hipotetik ( $\mu$ ), dengan rumus:

$$\begin{aligned} \mu &= \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k & \mu &: \text{rerata hipotetik} \\ &= \frac{1}{2} (4+1) 24 & i_{\max} &: \text{skor maksimal item} \\ &= 60 & i_{\min} &: \text{skor minimal item} \\ & & \sum k &: \text{jumlah item} \end{aligned}$$

3. Menghitung deviasi standart hipotetik ( $\sigma$ ), dengan rumus :

$$\begin{aligned}\sigma &= \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min}) & \sigma &: \text{deviasi standart hipotetik} \\ &= \frac{1}{6} (96 - 24) & X_{\max} &: \text{skor maksimal subyek} \\ &= 12 & X_{\min} &: \text{skor minimal subyek}\end{aligned}$$

4. Kategorisasi :

**Tabel 4.6**  
**Rumusan Kategori *Emotional Quotient* (EQ)**

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi	$X \geq 72$
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang	$48 \leq X \leq 72$
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah	$X \leq 48$

5. Analisis Prosentase :

**Tabel 4.7**  
**Hasil Prosentase Variabel *Emotional Quotient* Menggunakan Skor Hipotetik**

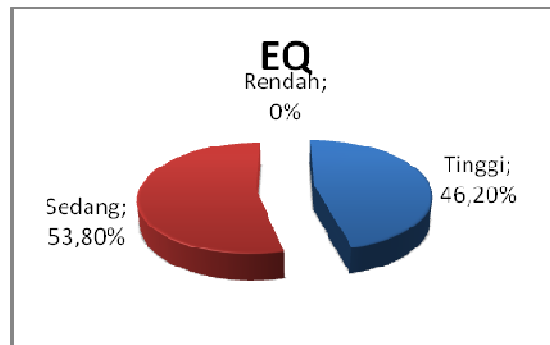
Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	(%)
<i>Emotional Quotient</i>	Tinggi	$X > 72$	49	46,2%
	Sedang	$48 - 72$	57	53,8%
	Rendah	$X < 48$	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>106</b>	<b>100%</b>

Dari data di atas, dapat diketahui bahwa tingkat *Emotional Quotient* korban Lumpur Lapindo yang paling tinggi berada pada kategori sedang dengan nilai sebesar 53,8% (57 orang), sedangkan korban Lumpur Lapindo yang berada pada kategori tinggi sebesar 46,2% (49 orang), dan pada kategori rendah sebesar 0%, atau dengan kata lain tidak ada korban Lumpur Lapindo yang berada pada kategori rendah. Ini berarti sebagian besar dari korban Lumpur Lapindo rata-rata mempunyai tingkat *Emotional Quotient* yang sedang.



Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas tentang hasil di atas, dapat dilihat dalam diagram gambar 4.1 :

**Gambar 4.1**  
**Prosentase tingkat EQ**



Dapat dilihat dari diagram di atas bahwa tingkat *Emotional Quotient* pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu 53,8%.

#### ***b. Adversity Quotient***

Untuk mengetahui deskripsi tingkat *Adversity Quotient*, maka perhitungannya didasarkan pada skor hipotetik. Dipakainya skor hipotetik karena alat ukur *Adversity Quotient* ini belum mempunyai norma yang jelas. Dari hasil skor hipotetik, kemudian dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil selengkapnya dari perhitungan dapat dilihat pada uraian berikut :

1. Menghitung nilai mean ( $\mu$ ) dan deviasi standart ( $\sigma$ ) pada skala

*Adversity Quotient* yang diterima, yaitu 12 item.

2. Menghitung mean hipotetik ( $\mu$ ), dengan rumus:

$$\begin{aligned}\mu &= \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k & \mu &: \text{rerata hipotetik} \\ &= \frac{1}{2} (4+1) 12 & i_{\max} &: \text{skor maksimal item} \\ &= 30 & i_{\min} &: \text{skor minimal item} \\ & & \sum k &: \text{jumlah item}\end{aligned}$$

3. Menghitung deviasi standart hipotetik ( $\sigma$ ), dengan rumus :

$$\begin{aligned}\sigma &= \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min}) & \sigma &: \text{deviasi standart hipotetik} \\ &= \frac{1}{6} (48 - 12) & X_{\max} &: \text{skor maksimal subyek} \\ &= 6 & X_{\min} &: \text{skor minimal subyek}\end{aligned}$$

4. Kategorisasi:

**Tabel 4.8**  
**Rumusan Kategori Adversity Quotient (AQ)**

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi	$X \geq 36$
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang	$24 \leq X \leq 36$
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah	$X \leq 24$

5. Analisis Prosentase :

**Tabel 4.9**  
**Hasil Prosentase Variabel Adversity Quotient Menggunakan Skor Hipotetik**

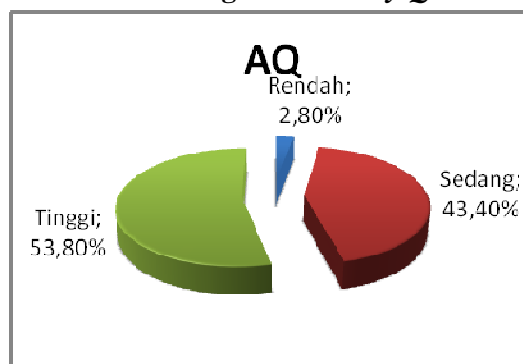
Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	(%)
<i>Adversity Quotient</i>	Tinggi	$X > 36$	57	53,8%
	Sedang	$24 - 36$	46	43,4%
	Rendah	$X < 24$	3	2,8%
<b>Jumlah</b>			<b>106</b>	<b>100%</b>

Dari data di atas, dapat diketahui bahwa tingkat *Adversity Quotient* korban Lumpur Lapindo yang paling tinggi berada pada kategori tinggi dengan nilai sebesar 53,8% (57 orang), sedangkan korban Lumpur

Lapindo yang berada pada kategori sedang sebesar 43,4% (46 orang), dan pada kategori rendah sebesar 2,8% (3 orang). Ini berarti bahwa sebagian besar dari korban Lumpur Lapindo rata-rata mempunyai tingkat *Adversity Quotient* yang tinggi.

Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas tentang hasil di atas, dapat dilihat dalam diagram gambar 4.2 :

**Gambar 4.2**  
**Prosentase tingkat *Adversity Quotient***



Dapat dilihat dari diagram di atas bahwa tingkat *Adversity Quotient* pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo mayoritas berada pada kategori tinggi, yaitu 53,8%.

### c. *Stres*

Untuk mengetahui deskripsi tingkat stres, maka perhitungannya didasarkan pada skor hipotetik. Dipakainya skor hipotetik karena alat ukur stres ini belum mempunyai norma yang jelas. Dari hasil skor hipotetik, kemudian dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil selengkapnya dari perhitungan bisa dilihat pada uraian berikut :

1. Menghitung nilai mean ( $\mu$ ) dan deviasi standart ( $\sigma$ ) pada skala *Stres* yang diterima, yaitu 29 item.

2. Menghitung mean hipotetik ( $\mu$ ), dengan rumus:

$$\begin{aligned}\mu &= \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k & \mu &: \text{rerata hipotetik} \\ &= \frac{1}{2} (4+1) 29 & i_{\max} &: \text{skor maksimal item} \\ &= 72,5 & i_{\min} &: \text{skor minimal item} \\ & & \sum k &: \text{jumlah item}\end{aligned}$$

3. Menghitung deviasi standart hipotetik ( $\sigma$ ), dengan rumus :

$$\begin{aligned}\sigma &= \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min}) & \sigma &: \text{deviasi standart hipotetik} \\ &= \frac{1}{6} (116 - 29) & X_{\max} &: \text{skor maksimal subyek} \\ &= 14,5 & X_{\min} &: \text{skor minimal subyek}\end{aligned}$$

4. Kategorisasi:

**Tabel 4.10**  
**Rumusan Kategori *Stres***

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi	$X \geq 87$
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang	$58 \leq X \leq 87$
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah	$X \leq 58$

5. Analisis Prosentase :

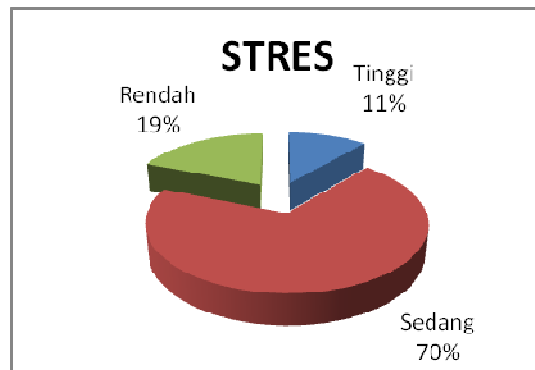
**Tabel 4.11**  
**Hasil Prosentase Variabel *Stres* Menggunakan Skor Hipotetik**

Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	(%)
<i>Stres</i>	Tinggi	$X > 87$	12	11,3%
	Sedang	$58 - 87$	74	69,8%
	Rendah	$X < 58$	20	18,9%
<b>Jumlah</b>			<b>106</b>	<b>100%</b>

Dari data di atas, dapat diketahui bahwa tingkat stres korban Lumpur Lapindo yang paling tinggi berada pada kategori sedang dengan nilai sebesar 69,8% (74 orang), sedangkan korban Lumpur Lapindo yang berada pada kategori rendah sebesar 18,9% (20 orang), dan pada kategori tinggi sebesar 11,3% (12 orang). Ini berarti sebagian besar dari korban Lumpur Lapindo rata-rata mempunyai tingkat stres yang sedang.

Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas tentang hasil di atas, dapat dilihat dalam diagram gambar 4.3 :

**Gambar 4.3**  
**Prosentase Tingkat Stres**



Dapat dilihat dari diagram di atas bahwa tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu 69,8%.

## 2. Hasil Uji Asumsi

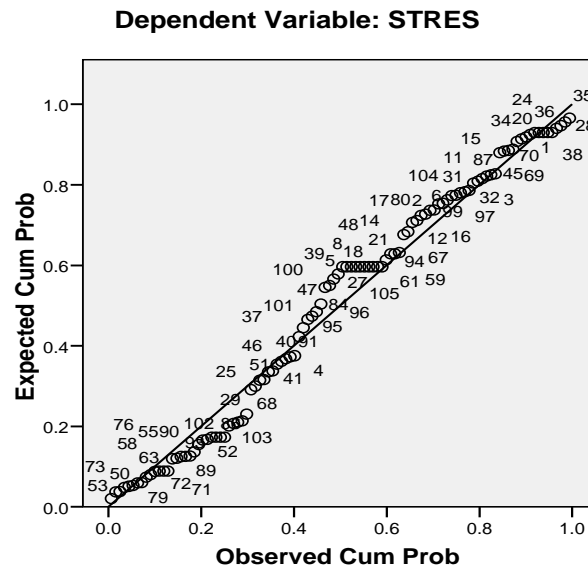
Sebelum melakukan pengujian hipotesis maka terlebih dahulu peneliti harus melakukan uji asumsi yang merupakan syarat sebelum dilakukannya pengujian terhadap nilai korelasi antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat Stres. Uji asumsi ini dilakukan dengan

menggunakan program *SPSS 15.0 for Windows*. Beberapa uji asumsi tersebut antara lain :

1. Uji normalitas, untuk mendeteksi apakah dalam model regresi, variabel dependent, variabel independent atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak. Tanda normalitas dapat dilihat dalam penyebaran titik pada sumbu yang diagonal dari grafik.

**Gambar 4.4**  
**Grafik Uji Normalitas**

**Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual**



Pada grafik di atas, terlihat titik-titik menyebar di sekitar garis diagonal, serta penyebarannya mengikuti arah garis diagonal. Dengan pedoman bahwa jika data menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti garis diagonal, maka model regresi memenuhi asumsi normalitas. Maka, dalam uji ini data penelitian memenuhi asumsi normalitas.

Selain itu untuk menguji apakah sampel penelitian merupakan jenis distribusi normal juga dapat digunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Data dikatakan normal apabila  $p > 0,05$ .

**Tabel 4.12**  
**Hasil Uji Normalitas *One Sample KS***

		EQ	AQ	STRES
N		106	106	106
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	110,26	70,75	81,99
	Std. Deviation	10,486	7,000	13,790
Most Extreme Differences	Absolute	,114	,080	,100
	Positive	,114	,071	,100
	Negative	-,056	-,080	-,096
Kolmogorov-Smirnov Z		1,172	,824	1,031
Asymp. Sig. (2-tailed)		,128	,506	,238

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dari hasil analisis di atas menunjukkan sebaran skor variabel *Emotional Quotient* adalah normal (KS-Z = 1,172 ;  $p = 0,128$ ), variabel *Adversity Quotient* adalah normal (KS-Z = 0,824 ;  $p = 0,506$ ) dan untuk variable stres juga normal (KS-Z = 1,031 ;  $p = 0,238$ ). Jadi, dapat disimpulkan asumsi normalitas sebaran terpenuhi.

2. Uji multikolinieritas, bertujuan untuk mendeteksi adanya multiko yang ditunjukkan dari besaran VIF (*Variance Inflation Factor*) dan tolerance. Model regresi yang baik adalah yang bebas multiko. Sebagai pedoman model regresi yang bebas multiko adalah mempunyai nilai VIF dan angka tolerance mendekati 1.

**Tabel 4.13**  
**Koefisien multikolinieritas**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	EQ	,556	1,798
	AQ	,556	1,798

a. Dependent Variable: STRES

Dari hasil uji multikolinieritas didapatkan nilai VIF 1,798 dan tolerance seharga 0,556. Hal ini menunjukkan bahwa nilai VIF dan tolerance masih berada pada kisaran angka 1.

**Tabel 4.14**  
**Koefisien Korelasi Uji Multikolinieritas**

**Coefficient Correlations<sup>a</sup>**

Model			AQ	EQ
1	Correlations	AQ	1,000	-,666
		EQ	-,666	1,000
	Covariances	AQ	,055	-,024
		EQ	-,024	,024

a. Dependent Variable: STRES

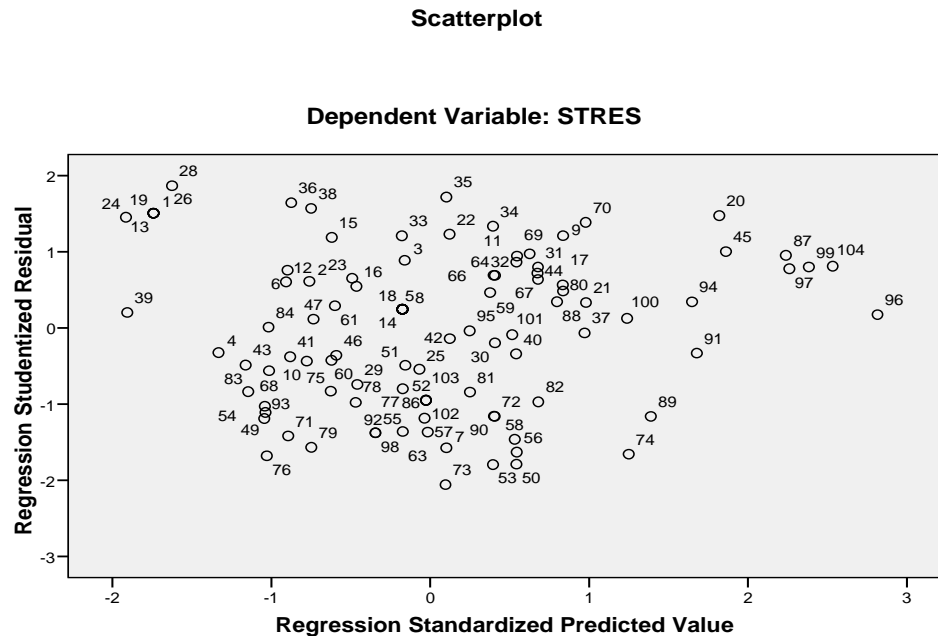
Selain itu untuk mendeteksi adanya problem multiko juga ditunjukkan dengan melihat besaran korelasi antar variabel independent. Jika koefisien korelasi antar variabel independent lemah (di bawah 0,5) maka tidak terdapat problem multikolinieritas. Pada tabel koefisien korelasi terlihat semua angka korelasi antar variabel independent jauh di bawah 0,5 yaitu sebesar -,666. Hal ini menunjukkan tidak adanya problem multiko dalam model regresi di atas.

3. Uji heteroskedastisitas, untuk mendeteksi adanya varians yang berbeda dengan melihat dari ada tidaknya pola tertentu pada grafik *scatterplot*. Sebagai pedoman, jika ada pola tertentu seperti titik-titik yang



membentuk suatu pola yang teratur (gelombang, melebar kemudian menyempit) maka terjadi heteroskedastisitas.

**Gambar 4.5**  
**Grafik Uji Heteroskedastisitas**



Dari grafik di atas, terlihat titik-titik menyebar secara acak, tidak membentuk pola tertentu yang jelas, serta tersebar di atas atau di bawah angka 0 pada sumbu Y. Hal ini berarti tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi.

### 3. Pengujian Hipotesis

Setelah syarat untuk melakukan uji hipotesis terpenuhi, yaitu uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas, uji multikolinieritas, dan uji heteroskedastisitas, maka untuk uji hipotesis pada penelitian ini digunakan analisis regresi linier berganda untuk mengetahui hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres. Pengujian

hipotesis ini ditunjukkan melalui interpretasi tabel hasil *Multiple Regression Analysis*. Penilaian hipotesis didasarkan pada analogi:

- a)  $H_0$  : tidak terdapat hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo
- b)  $H_a$  : terdapat hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo

Dasar pengambilan tersebut berdasarkan pada nilai probabilitas, yaitu sebagai berikut:

- a) Jika nilai  $p < 0.05$  maka  $H_a$  diterima,  $H_0$  ditolak
- b) Jika nilai  $p > 0.05$  maka  $H_0$  diterima,  $H_a$  ditolak

Dari hasil pengolahan data dengan bantuan program *SPSS 15.0 for Windows* dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Hipotesis 1** : *Ada hubungan yang negatif antara Emotional Quotient dan Adversity Quotient dengan Tingkat Stres.*

**Tabel 4.15**  
**Hasil Korelasi**

**Correlations**

		STRES	EQ	AQ
Pearson Correlation	STRES	1,000	-,295	-,436
	EQ	-,295	1,000	,666
	AQ	-,436	,666	1,000
Sig. (1-tailed)	STRES	.	,001	,000
	EQ	,001	.	,000
	AQ	,000	,000	.
N	STRES	106	106	106
	EQ	106	106	106
	AQ	106	106	106

Hubungan masing-masing variabel X terhadap variabel Y dengan menggunakan taraf signifikansi 5% diketahui dari skor EQ  $r_{xy} = -0.295$ , dan

skor AQ  $r_{xy} = -0.436$ . Hal ini menunjukkan bahwa masing-masing variabel bebas (EQ dan AQ) mempunyai hubungan terhadap variabel terikat (stres).

**Tabel 4.16**  
**Hasil Uji ANOVA**

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3792,729	2	1896,364	12,076	,000 <sup>a</sup>
	Residual	16174,262	103	157,032		
	Total	19966,991	105			

a. Predictors: (Constant), AQ, EQ

b. Dependent Variable: STRES

Dari hasil perhitungan analisis regresi linier berganda menghasilkan nilai F sebesar 12,076 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai probabilitas 0,000 ( $p < 0,050$ ) dengan sampel sebanyak 106 responden, maka model regresi ini dapat dipakai untuk memprediksi stres. Dengan kata lain, variabel EQ dan AQ secara bersama-sama mempengaruhi stres. Hal ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara EQ dan AQ dengan tingkat stres.

**Tabel 4.17**  
**Hasil Koefisien Determinan**

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,436 <sup>a</sup>	,190	,174	12,531

a. Predictors: (Constant), AQ, EQ

b. Dependent Variable: STRES

Hasil pada tabel 4.17 menunjukkan besarnya hubungan antara variabel EQ dan AQ jika dikorelasikan secara bersama-sama dengan variabel stres akan menghasilkan korelasi sebesar 0,436. Angka R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,190 atau sama dengan 19%. Ini berarti bahwa

sumbangan efektif ( $R^2 \times 100\%$ ) yang diberikan EQ dan AQ terhadap stres sebesar 19%, sedangkan sisanya yaitu 81% ( $100\% - 19\%$ ) dapat dijelaskan oleh faktor-faktor penyebab lainnya. Faktor-faktor tersebut dapat berupa faktor internal (yang berasal dari dalam diri individu) atau faktor eksternal (faktor yang berasal dari luar individu).

**Tabel 4.18**  
**Koefisien Korelasi Beta**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	143,160	13,883		10,312	,000
EQ	-,011	,156	-,008	-,069	,945
AQ	-,848	,234	-,430	-3,618	,000

a. Dependent Variable: STRES

Dari hasil perhitungan regresi dengan melihat tabel di atas, dapat diperoleh garis persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 143,160 - 0,011 X_1 - 0,848 X_2$$

Dimana:

Y = nilai prediksi tingkat stres

143,160 = bilangan konstanta

- 0,011  $X_1$  = nilai EQ

- 0,848  $X_2$  = nilai AQ

Konstanta sebesar 143,160 menyatakan bahwa jika tidak ada AQ dan EQ maka nilai prediksi tingkat stres sebesar 143,160 point (satuan skor). Koefisien regresi  $X_1$  sebesar 0,011 menyatakan bahwa setiap pengurangan (karena tanda -) 1 point EQ akan meningkatkan stres sebesar 0.011 point. Koefisien regresi  $X_2$  sebesar 0,848 menyatakan bahwa setiap penambahan (karena tanda -) 1 point AQ akan menurunkan stres sebesar 0.848 point.

Dari point ini dapat diketahui bahwa AQ mempunyai pengaruh yang lebih besar daripada EQ dalam menghadapi tingkat stres.

Dengan demikian berarti semakin tinggi EQ dan AQ seseorang maka semakin rendah tingkat stresnya. Demikian juga sebaliknya, semakin rendah EQ dan AQ seseorang maka semakin tinggi stres yang dialaminya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima.

**Hipotesis 2 :** *Ada hubungan negatif antara Emotional Quotient dan tingkat Stres.*

Hasil korelasi yang diperoleh dari analisis regresi berganda adalah besar hubungan antara variabel EQ dan Stres adalah -0,295 dengan nilai  $p = 0,001$ . Artinya hubungan kedua variabel tersebut cukup kuat. Korelasi negatif (-) menunjukkan bahwa hubungan antara EQ dan Stres tidak searah. Artinya, jika EQ seseorang tinggi maka stres yang dialami rendah. Hubungan antara variabel EQ dan stres signifikan dengan melihat dari angka probabilitas (sig) sebesar 0,001 yang lebih kecil dari 0.050 ( $p < 0.050$ ).

Dari hasil paparan di atas dapat diketahui bahwa terbukti ada hubungan negatif yang signifikan antara *Emotional Quotient* dengan stres. Dengan demikian hipotesis kedua diterima.

**Hipotesis 3 :** *Ada hubungan negatif antara Adversity Quotient dan tingkat Stres.*

Hasil korelasi yang diperoleh dari perhitungan dengan menggunakan analisis regresi berganda menunjukkan bahwa besar hubungan antara variabel AQ dan Stres adalah -0,436 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0.050$ ). Hasil korelasi yang negatif (-) menunjukkan hubungan yang tidak searah. Artinya, semakin tinggi AQ seseorang maka tingkat stres yang dialami juga semakin rendah.

Dari hasil paparan di atas dapat diketahui bahwa dari hasil analisa dengan menggunakan regresi berganda ada hubungan negatif yang signifikan antara *Adversity Quotient* dengan stres. Dengan demikian hipotesis ketiga diterima.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Tingkat *Emotional Quotient* (EQ)**

Berdasarkan hasil analisa pada tabel 4.7, dapat diketahui bahwa sebagian besar para korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo memiliki *Emotional Quotient* sedang. Ini dapat dilihat dari data yang didapat bahwa 57 orang dengan prosentase 53,8% berada pada kategori sedang, 49 orang dengan prosentase 46,2% berada pada kategori tinggi, dan tidak didapati para warga pengungsian yang memiliki *Emotional Quotient* pada kategori rendah (0%) dari 106 responden yang menjadi subyek penelitian.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata korban lumpur Lapindo yang menjadi subyek penelitian memiliki tingkat *Emotional*

*Quotient* yang sedang dengan jumlah prosentase 53,8%. *Emotional Quotient* yang sedang mengindikasikan bahwa sebagian besar korban lumpur Lapindo sudah cukup mampu mengenal dan mengendalikan emosi diri sendiri, mampu berinteraksi dan menjalin hubungan baik dengan orang lain maupun lingkungan sekitarnya, mempunyai kemandirian dan cukup mampu menghargai dirinya, cukup mampu mengaktualisasikan potensi yang ada dalam dirinya, dan optimis dalam menjalani hidup.

Hal ini dimungkinkan oleh adanya proses belajar sosial yang telah dilalui oleh para korban lumpur Lapindo selama tinggal di pengungsian. Secara tidak langsung, selama kurang lebih tiga tahun bencana lumpur panas Lapindo melanda, mereka jadi terbiasa untuk saling berbagi dengan para korban lainnya di pengungsian. Mereka sudah bisa merasakan dan memahami emosi orang-orang di sekitarnya. Adanya kesamaan nasib yang harus mereka tanggung membuat para korban bekerjasama dan menjalin hubungan baik demi terwujudnya tujuan bersama, yaitu menata hidup lebih layak untuk masa depan yang lebih baik lagi. Mereka juga jadi terampil dalam mengelola emosi dengan baik serta mampu memotivasi diri sendiri maupun orang lain.

Sebagaimana Goleman menyatakan bahwa tingkat *Emotional Quotient* tidak hanya terikat dengan faktor genetis, tidak juga hanya dapat berkembang selama masa kanak-kanak. Tidak seperti IQ yang berubah hanya sedikit setelah melewati usia remaja, *Emotional Quotient* lebih banyak diperoleh lewat belajar, dan terus berkembang sepanjang hidup

sambil belajar dari pengalaman sendiri. Dalam hal ini, kecerdasan emosi seseorang dapat terus tumbuh. Seseorang makin lama makin baik dalam kemampuan ini sejalan dengan makin terampilnya mereka dalam menangani emosi dan impulsnya sendiri, dalam memotivasi diri, dan dalam mengasah empati dan kecakapan sosial.<sup>94</sup>

Menurut Walgito ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Emotional Quotient*, yaitu faktor eksternal dan faktor internal.<sup>95</sup> Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Dalam hal ini, *Emotional Quotient* para korban lumpur Lapindo dapat disebabkan oleh banyak faktor, antara lain: karena kondisi fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan mereka terganggu dapat dimungkinkan akan mempengaruhi proses pembentukan kecerdasan emosinya. Selain itu juga dari banyaknya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi yang dimiliki masing-masing individu secara langsung maupun tidak langsung akan mengasah kecerdasan emosinya. Sedangkan faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Tingkat *Emotional Quotient* korban lumpur Lapindo bisa juga dipengaruhi oleh lingkungan sekitar mereka yang secara langsung maupun tidak langsung akan memberikan stimulus untuk direspon.

Korban lumpur Lapindo yang memiliki *Emotional Quotient* tinggi berjumlah 49 orang dengan prosentase 46,2%. Hal ini mengindikasikan

---

<sup>94</sup> Goleman, Daniel. 2005. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, hlm 10-11.

<sup>95</sup> <http://lapiyu.blogdetik.com/pengertian-kecerdasan-emosi/> diakses tanggal 3 Maret 2009.



adanya kemampuan mengenal dan mengendalikan diri sendiri dan orang lain dengan sangat baik, mampu beradaptasi dengan baik, serta mampu membangun hubungan baik dan kerjasama dengan orang lain maupun lingkungan sekitarnya. *Emotional Quotient* tinggi juga menunjukkan adanya kesiapan untuk selalu memanfaatkan kesempatan, keinginan besar untuk menjadi lebih baik lagi, dan selalu bergairah dalam menjalani aktivitas hidupnya.

Pada tabel 4.7 didapati juga bahwa tidak ada korban lumpur Lapindo yang mempunyai tingkat *Emotional Quotient* pada kategori rendah. Hal ini tentunya merupakan hal yang sangat menggembirakan, karena dapat dikatakan bahwa para korban lumpur Lapindo secara keseluruhan sudah benar-benar mampu untuk memahami, mengenali, dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain, mampu berempati dengan orang lain, menunda kesenangan, mengendalikan dorongan-dorongan hati, mampu bertahan dan bergaul secara efektif dengan orang lain demi terciptanya tujuan bersama.

## **2. Tingkat *Adversity Quotient* (AQ)**

Berdasarkan hasil analisa pada tabel 4.9, diketahui bahwa sebagian besar para korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi. Ini dapat dilihat dari data yang didapat bahwa 57 orang dengan prosentase 53,8% berada pada kategori tinggi, 46 orang dengan prosentase 43,4% berada pada kategori tinggi, dan 3 orang dengan prosentase 2,8% berada pada kategori rendah dari 106 responden yang menjadi subjek penelitian.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata korban lumpur Lapindo yang menjadi subyek penelitian memiliki tingkat *Adversity Quotient* yang tinggi dengan jumlah prosentase 53,8%. *Adversity Quotient* yang tinggi mengindikasikan adanya kemampuan dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan sangat baik, serta memiliki daya tahan yang tinggi dalam menghadapi situasi yang sulit. Mereka tidak asing dengan situasi yang sulit karena kesulitan merupakan bagian dari hidup. Menyambut baik setiap perubahan, bahkan ikut mendorong setiap perubahan tersebut ke arah yang positif. Memahami dan menyambut baik resiko menyakitkan yang ditimbulkan karena bersedia menerima kritik. Menyambut baik tantangan, memotivasi diri, memiliki semangat tinggi, dan berjuang mendapatkan yang terbaik dalam hidup.

Stoltz menyebut mereka yang memiliki *Adversity Quotient* tinggi dengan sebutan “*Climbers*” (pendaki). *Climbers* adalah pemikir yang selalu memikirkan kemungkinan-kemungkinan, dan tidak pernah membiarkan umur, jenis kelamin, ras, cacat fisik atau mental, atau hambatan lainnya menghalangi pendakiannya. Kelompok ini memang menantang perubahan-perubahan. Kesulitan ataupun krisis akan dihadapi walaupun perlu banyak energi, dedikasi, dan pengorbanan.<sup>96</sup>

Korban lumpur Lapindo yang memiliki *Adversity Quotient* sedang berjumlah 46 orang dengan prosentase 43,4%. Hal ini menunjukkan bahwa mereka yang memiliki *Adversity Quotient* sedang merasa cukup puas sudah

---

<sup>96</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 18-20

mencapai suatu tahapan tertentu. Mereka masih memiliki sejumlah inisiatif, cukup semangat, dan beberapa usaha. Mengorbankan kemampuan yang dimilikinya untuk mendapatkan kepuasan, dan menahan diri terhadap perubahan, meskipun kadang tidak menyukai perubahan besar karena mereka merasa nyaman dengan kondisi yang ada. Mereka yang berada pada kategori ini sebenarnya dapat mengatasi kesulitan yang ada dengan cara mengubah cara pandang mereka dalam menghadapi setiap tantangan yang ada.

Stoltz menyebut mereka yang memiliki *Adversity Quotient* sedang dengan sebutan “*Campers*” (mereka yang berkemah). *Campers* adalah mereka yang tidak memanfaatkan potensi mereka sepenuhnya. Mereka sudah merasa cukup senang dengan ilusinya sendiri tentang apa yang sudah ada dan mengorbankan kemungkinan untuk melihat atau mengalami apa yang masih mungkin terjadi. Mereka puas dengan mencukupi diri dan tidak mau mengembangkan diri, sehingga mereka kurang berhasil dalam belajar, tumbuh dan berprestasi.

Korban lumpur Lapindo yang memiliki *Adversity Quotient* rendah berjumlah 3 orang dengan prosentase 2,8%. Hal ini merupakan hasil yang baik, karena didapati sedikit sekali subyek penelitian yang memiliki *Adversity Quotient* rendah. Dengan kata lain, sedikit sekali dari mereka yang ketika dalam menghadapi perubahan cenderung untuk melawan, menolak atau lari. Bekerja sekedar cukup untuk hidup, kemampuannya kecil atau bahkan tidak ada sama sekali. Mereka tidak memiliki keyakinan akan masa

depannya. Cenderung menghindari tantangan berat yang muncul dari komitmen yang sesungguhnya.

Stoltz menyebut mereka yang memiliki *Adversity Quotient* rendah dengan sebutan “*Quitters*” (mereka yang berhenti). *Quitters* adalah mereka yang melarikan diri dari tantangan, akibatnya mungkin menjalani kehidupan dengan penuh kecemasan. Mereka lebih memilih menghindari kewajiban, mundur meninggalkan impian-impianya dan memilih jalan yang dianggapnya lebih datar dan mudah. Mereka juga sering menjadi pemarah dan frustrasi, murung, suka menyalahkan orang lain dan membenci orang yang terus menggerakkan tujuan ke depan. Ia selalu mencari pelarian untuk menenangkan hati dan pikiran, sehingga mereka cenderung mengabaikan potensi yang mereka miliki.

Dalam buku “*Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*” Stoltz (2005) menyebutkan bahwa semakin rendah *Adversity Quotient* seseorang, maka semakin mudah ia menyerah pada nasib, sedangkan orang yang memiliki *Adversity Quotient* tinggi adalah mereka pemikir-pemikir kemungkinan. Respon bawah sadar mereka selalu mengatakan bahwa pasti selalu ada jalan dalam menyelesaikan semua kesulitan.<sup>97</sup>

Stoltz juga menyebutkan bahwa dalam kebanyakan situasi, seseorang membentuk realitasnya sendiri. Mereka yang AQ-nya rendah menciptakan nasib yang murung, berlangsung lama seperti yang mereka ramalkan

---

<sup>97</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 185.

sendiri. Orang-orang yang AQ-nya sedang akan melihat dan menciptakan suatu realitas tentang kerugian yang sangat luar biasa dan akan kembali lagi dengan penuh susah payah. Orang-orang yang AQ-nya lebih tinggi menggunakan situasi sulit sebagai jalan untuk terus maju dan bergerak ke depan serta ke atas dalam kehidupan mereka.<sup>98</sup>

Bagi para korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian desa Kedungsolo Porong, datangnya bencana lumpur panas yang telah menenggelamkan seluruh harta benda dan mata pencaharian, merampas rasa aman dan ketenangan hidup mereka merupakan permasalahan besar yang sangat tidak diduga. Belum lagi oleh pemerintah mereka harus diusir dari kampung halaman untuk tinggal di pengungsian, dan segala penanganan korban yang tidak maksimal membuat para korban harus melakukan sesuatu agar tetap bisa bertahan hidup. Dengan diberikannya ganti rugi sebanyak 20%, para korban menggunakannya untuk membeli tanah di pengungsian baru di desa Kedungsolo. Hal ini menunjukkan bahwa mereka berusaha untuk bangkit dan menata hidup dengan lebih baik lagi di tempat yang baru. Meskipun selama hampir tiga tahun hidup mereka terkatung-katung tidak jelas di pengungsian Pasar Baru Porong, tidak membuat mereka berpangku tangan hanya mengandalkan perhatian dan belas kasihan dari orang lain. Mereka memotivasi diri untuk bangkit, tetap bertahan, dan terus berusaha dengan segala cara dari diri mereka sendiri untuk keluar dari masalah ini.

---

<sup>98</sup> *Ibid.* hlm 187

### 3. Tingkat Stres

Berdasarkan hasil analisa pada tabel 4.11, dapat diketahui bahwa sebagian besar para korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo memiliki tingkat stres yang sedang. Ini bisa dilihat dari data yang didapat bahwa 74 orang dengan prosentase 69,8% berada pada kategori sedang, 20 orang dengan prosentase 18,9% berada pada kategori rendah, dan 12 orang dengan prosentase 11,3% berada pada kategori tinggi dari 106 sampel penelitian.

Dari hasil tersebut diketahui bahwa rata-rata korban lumpur Lapindo yang menjadi subyek penelitian memiliki tingkat stres yang sedang dengan jumlah prosentase 69,8%. Tingkat stres yang sedang menunjukkan bahwa sebagian besar korban lumpur Lapindo sudah cukup mampu mengatasi dan menerima segala permasalahan hidup yang selama ini menyebabkan stres. Mereka sudah bisa menelaraskan antara kebutuhan atau keinginan sesuai dengan kondisi yang sedang mereka hadapi sekarang. Meskipun terkadang kebutuhan dan keinginan sebagai manusia mendesak untuk segera terpenuhi, tapi mereka sudah cukup mampu untuk menekan keinginan tersebut menjadi hal-hal yang lebih positif.

Bagi korban lumpur Lapindo, tenggelamnya rumah dan harta benda mereka tiga tahun yang lalu tentu tidak mudah diterima begitu saja. Apalagi pembayaran ganti rugi dari pihak Lapindo yang tidak kunjung terealisasi, membuat beban hidup yang harus mereka tanggung menjadi semakin berat. Sementara itu, tuntutan hidup di pengungsian juga semakin tinggi. Kondisi

semacam ini secara psikologis sangat rentan membuat para korban terkena stres, bahkan sampai depresi.

Stres yang menimpa seseorang mempunyai pengaruh yang buruk dan berakibat sangat serius bagi kesehatan fisik maupun psikis seseorang. Menurut Stein dan Howard (2002), dalam Samsul Munir Amin (2007), mengatakan bahwa stres dapat menimbulkan kecemasan, kurang berkonsentrasi, tidak mampu mengambil keputusan dengan baik, depresi, sulit tidur, dan menyebabkan penyakit fisik seperti sesak nafas, sakit dada, rasa mual, dan lain-lain. Lebih dari itu, stres yang berlangsung cukup lama dan tidak ada penanganan secara intensif juga dapat menyebabkan hilangnya motivasi dan tujuan hidup, rasa kesepian yang sangat mendalam, depresi klinis yang berat atau bahkan sampai *skizofrenia*.<sup>99</sup>

Dari hasil analisa data diketahui juga bahwa para korban yang memiliki tingkat stres pada kategori rendah jauh lebih banyak daripada stres pada kategori tinggi, yaitu kategori rendah sebanyak 20 orang dengan prosentase 18,9%, dan kategori tinggi sebanyak 12 orang dengan prosentase 11,3%. Meskipun hanya berbeda sedikit antara kategori rendah dengan kategori tinggi, namun hal ini menunjukkan hasil yang bagus bagi para korban lumpur Lapindo di pengungsian.

Individu yang memiliki stres yang rendah menunjukkan adanya kemampuan dalam menekan sumber-sumber munculnya stres agar tidak kembali naik ke permukaan sehingga memunculkan keguncangan jiwa,

---

<sup>99</sup> Amin, Samsul Munir. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. Hlm 4-5.

ketegangan pikiran dan emosional, hingga menyebabkan seseorang melakukan tindakan yang adaptif.<sup>100</sup> Orang yang memiliki stres rendah juga mampu menguasai dan mengontrol pemenuhan motif-motif dasar sebagai manusia dengan terus menguatkan dan mengendalikan kesadaran fisiologisnya agar tidak berlebihan.

Bagi sebagian besar korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian, memiliki tingkat stres yang sedang menunjukkan hasil yang cukup memuaskan. Seiring dengan berjalannya waktu, lambat laun para warga korban lumpur Lapindo di pengungsian sudah mulai bisa membiasakan diri untuk menerima keadaan dengan terus mengendalikan diri ketika situasi, orang-orang, dan kejadian-kejadian yang ada di sekitarnya memberi tuntutan yang berlebihan. Selain itu, adanya kepedulian sosial antara sesama warga pengungsian, pola hidup yang penuh kekeluargaan karena merasa senasib seperjuangan, tenggang rasa, dan saling memahami antara warga di pengungsian bisa menyebabkan stres yang dialami mereka menjadi menurun.

Seperti yang telah dijelaskan oleh Ardani dalam bukunya *Psikologi Klinis*, stres bersumber dari frustrasi dan konflik yang dialami individu yang dapat berasal berbagai kehidupan manusia. Konflik antara dua atau lebih kebutuhan atau keinginan yang ingin dicapai, yang terjadi secara berbenturan juga bisa menjadi penyebab timbulnya stres.<sup>101</sup> Dengan mengetahui sumber-sumber stres, maka upaya penanganan akan lebih

---

<sup>100</sup> Amin, Samsul Munir. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. Hlm 6.

<sup>101</sup> Ardani, Ardi. dkk. 2007. *Psikologi Klinis*. Yogyakarta: Graha Ilmu. Hlm 43.



mudah dilakukan untuk mewujudkan individu yang berjiwa sehat, pribadi yang harmonis dan seimbang.

#### **4. Hubungan antara *Emotional Quotient* dengan Tingkat Stres**

Hasil analisa dengan menggunakan regresi linier berganda diketahui bahwa terbukti ada hubungan antara *Emotional Quotient* dengan tingkat stres. Hal ini dapat dilihat dari nilai korelasi sebesar -0,295 dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,050$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai hubungan yang dihasilkan oleh *Emotional Quotient* terhadap stres ada hubungan negatif yang signifikan, yaitu jika *Emotional Quotient* seseorang tinggi maka stres yang dialami rendah dan sebaliknya, sehingga hipotesis diterima.

Stres adalah kondisi jiwa dan raga, fisik dan psikis seseorang yang tidak berfungsi secara normal, dan bisa terjadi setiap saat terhadap setiap orang tanpa mengenal jenis kelamin, usia, kedudukan, jabatan atau status sosial ekonomi.<sup>102</sup> Stres dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk menikmati hidup secara maksimal. Reaksi stres dipicu oleh persepsi seseorang terhadap bahaya, baik fisik maupun emosional.

Ketika memandang tiga bagian tubuh manusia, yaitu fisik, mental, dan emosional, maka akan dengan jelas terlihat bagaimana stres dapat sangat merusak ketiga bagian tubuh tersebut. Ada banyak faktor pemicu stres, seperti kemarahan dalam pekerjaan, pernikahan yang tidak bahagia, kekecewaan emosional, kehilangan harta benda, kurangnya kebahagiaan dalam hidup, bencana alam, kesepian, rasa bersalah, dan lain sebagainya.

---

<sup>102</sup> Abbas, Bin Abdullah. 2007. *Kiat Mengatasi Stres Anak Melalui Kasih Sayang*. Jakarta: Restu Agung. hal 1.

Secara fisik, hal ini tentu dapat menimbulkan gejala-gejala seperti sakit kepala, badan lemas, insomnia, tekanan tinggi pada darah, ketegangan otot, gugup, dan kurang energi. Gejala-gejala tersebut dapat berakibat pada masalah yang lebih serius, seperti perilaku kompulsif, kekerasan karena kecanduan alkohol, penyalahgunaan obat-obatan, merokok, cepat marah, agresif, dan sejumlah masalah lainnya. Secara mental stres dapat mengakibatkan masalah ingatan, kondisi kritis, sikap berlebihan, ide-ide terdistorsi, dan masalah-masalah sikap lainnya. Dengan demikian, maka dapat dilihat bahwa stres berpengaruh bukan hanya pada mekanisme tubuh saja, tetapi juga berpengaruh pada mental dan emosional.<sup>103</sup> Namun, tidak semua stres itu buruk, negatif, dan bahkan harus dihindari. Adanya stres pada diri seseorang akan menimbulkan suatu kekuatan pada dirinya untuk mengatasi hal tersebut. Keadaan stres pada tingkat tertentu justru akan berdampak positif bagi diri seseorang, sehingga akan terpacu kreativitasnya untuk terus berusaha.

Stres itu terkadang bisa meningkatkan kinerja seseorang, tetapi jika tingkat stres tersebut berlebihan dan di luar batas kemampuan individu untuk dapat mengatasinya, akan berdampak negatif bagi diri individu itu sendiri. Di sinilah letak seninya, bagaimana strategi individu dalam menghadapi suatu lingkungan yang penuh dengan macam-macam stres dan bagaimana mengatasinya agar kinerja justru meningkat. Masalahnya adalah, sejauh mana individu dapat memahami dirinya sendiri dan mampu

---

<sup>103</sup> Vries, Jan De. 2009. *Emotional Healing*. Surabaya: Selasar Publising. Hlm 5.

memahami kemampuan dirinya, mampu memahami tingkatan stres yang berdampak positif bagi diri individu dan tentunya bagaimana individu tersebut berperilaku biasa-biasa saja saat stres melanda.<sup>104</sup>

*Emotional Quotient* (kecerdasan emosional) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, serta mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual. Orang yang memiliki kecerdasan emosional yang berkembang dengan baik, kemungkinan besar akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan. Mereka mampu mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan sangat baik, dan mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif sehingga bisa memberikan banyak keuntungan dalam setiap bidang kehidupan. Orang yang tidak bisa mengendalikan emosinya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi pada karir atau pekerjaan atau untuk memiliki pikiran yang jernih.<sup>105</sup>

Jadi, korban lumpur Lapindo di pengungsian yang sebagian besar memiliki *Emotional Quotient* sedang, mereka tetap bisa terkena stres. Hanya saja mereka mampu mengendalikannya, karena individu yang memiliki *Emotional Quotient* sedang masih cukup mampu memberi tanggapan yang berbeda terhadap konflik dan ketidakpastian dengan mengelola emosinya.

---

<sup>104</sup> Atmadji, Gunadi. 2009. *Stres itu Positif*. <http://www.surabayapost.co.id/?mnu=berita&act>. Diakses tanggal 28 September 2009.

<sup>105</sup> Iman, Eko. 2005. *Paradigma Baru Kecerdasan Manusia*. [http://beranda.blogsome.com/2005/11/13/paradigma\\_baru\\_kecerdasan\\_manusia/](http://beranda.blogsome.com/2005/11/13/paradigma_baru_kecerdasan_manusia/). Diakses tanggal 15 September 2009

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mempunyai *Emotional Quotient* yang rendah cenderung akan mengalami stres. Mereka mengalami kesulitan dalam bergaul serta kurang mampu mengendalikan emosi mereka, karena stres itu sendiri juga bisa datang dari emosi yang tidak bisa dikontrol.

##### **5. Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan Tingkat Stres**

Hasil analisa dengan menggunakan regresi linier berganda diketahui bahwa terbukti ada hubungan antara *Adversity Quotient* dengan tingkat stres. Hal ini dapat dilihat dari nilai korelasi sebesar -0,436 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,050$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai hubungan yang dihasilkan oleh *Adversity Quotient* terhadap stres ada hubungan negatif yang signifikan, yaitu jika *Adversity Quotient* seseorang tinggi maka stres yang dialami rendah dan sebaliknya, sehingga hipotesis diterima.

Stres merupakan fenomena yang sangat unik yang setiap orang berpotensi untuk mengalaminya. Menurut Stein dan Howard (2002), dalam Samsul Munir (2007), istilah stres pertama kali digunakan pada hewan dan manusia pada tahun 1930-an. Ketika itu, para ilmuwan penganut paham evolusi menunjukkan bahwa pada masa lalu, dalam situasi tertentu yang mengancam, dapat menyebabkan gerakan tubuh tertentu. Lingkungan sekitar atau bahaya dapat menyebabkan tubuh menanggapi dengan “*lawan atau lari*”. Reaksi tubuh ini merupakan indikasi adanya stres dalam diri seseorang.<sup>106</sup> Stres merupakan ketegangan pikiran yang mampu mempengaruhi emosi, proses pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Stres

---

<sup>106</sup> Amin, Samsul Munir. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. hlm 43.

timbul dari berbagai macam rangsangan yang tidak dapat diterima oleh tubuh dan pikiran. Misalnya, banjir yang datang tiba-tiba, gempa bumi, bencana alam yang merenggut keluarga dan harta bendanya, hilangnya pekerjaan, dan lain-lain. Keadaan sulit seperti demikian jika tidak segera dicari solusi pemecahannya akan menyebabkan orang mengalami stres semakin berlarut-larut dan berlangsung lama. Hal ini akan memberikan dampak yang buruk bagi individu dalam kelangsungan hidupnya nanti.

*Adversity Quotient* adalah kecerdasan seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan atau kesulitan dalam kehidupan, serta memiliki ketahanan mental, pengendalian diri, motivasi, kreativitas, produktivitas, harapan, kegembiraan, dan respon terhadap perubahan. *Adversity Quotient* adalah variabel yang menentukan apakah seseorang tetap menaruh harapan dan terus memegang kendali dalam situasi yang sulit. Kemampuan untuk mendaki menembus adversitas ditentukan oleh *Adversity Quotient*. Kebanyakan tiap individu mengetahui apa yang dibutuhkan untuk bisa sukses. Seperti sebatang pohon yang tumbuh di gunung, banyaknya angin kencang yang menerpa akan membuat pohon itu tetap berdiri dengan tegak. Tiap individu diberkahi berbagai macam unsur penting untuk mencapai kesuksesan. Tetapi kenyataannya adalah jika seseorang memiliki *Adversity Quotient* yang relatif rendah dan karenanya tidak mempunyai kemampuan untuk bertahan dalam kesulitan, potensinya juga akan tetap kerdil.

Sebaliknya, orang dengan *Adversity Quotient* yang cukup tinggi akan berkembang pesat seperti pohon di gunung tadi.<sup>107</sup>

Penanganan stres dari dalam diri sendiri dengan mengembangkan *Adversity Quotient* akan memberikan dampak yang sangat positif bagi tubuh. Kondisi sulit yang menyebabkan seseorang mudah mengalami stres, dapat dilewati dengan mudah karena adanya daya juang dan semangat yang kuat. Dengan begitu, secara tidak langsung, kondisi jiwa, fisik, dan pikiran kembali sehat dari tekanan yang diterima.

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, juga dapat diketahui bahwa sebagian besar korban lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru mulai bisa berlapang dada menerima musibah yang tengah dialami hingga saat ini. Mereka juga jarang lagi mengeluh, melamun, atau hanya berpangku tangan menunggu uluran bantuan. Para korban mencoba untuk menata hidup lebih baik lagi di tempat yang baru. Karenanya, setiap hari mereka selalu bergotong royong membantu pembangunan rumah agar cepat selesai. Selain itu mereka juga menata kondisi pengungsian agar lebih layak, seperti membuat saluran air, sumur, membersihkan jalan, membangun jembatan, dan memelihara tanaman dan bunga.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan orang yang memiliki *Adversity Quotient* tinggi akan mempunyai sedikit sekali kecenderungan mengalami stres, karena mereka yang mempunyai *Adversity Quotient* tinggi dapat menjadikan suatu tantangan atau kesulitan menjadi suatu peluang

---

<sup>107</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. Hlm 40-41.

yang dapat mereka manfaatkan dalam kehidupannya. Sedangkan, orang yang mempunyai *Adversity Quotient* rendah cenderung akan mengalami stres jika mereka tidak berusaha untuk mengatasinya dengan baik serta tidak memanfaatkan segala kesulitan sebagai awal dari segala kesuksesan dalam hidup mereka. Semua bakat dan hasrat di dunia ini tidak akan pernah terwujud jika terus ditimbuni *Adversity Quotient* yang rendah. Orang yang memiliki *Adversity Quotient* sedang dapat saja mengalami stres, sampai mereka mampu dan merasa yakin dapat mengoptimalkan segala potensi yang mereka punya.

#### **6. Hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan Tingkat Stres**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik analisa regresi linier berganda diperoleh nilai EQ  $r_{xy}$  sebesar -0,295 dengan p sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ), nilai *Adversity Quotient*  $r_{xy}$  sebesar -0,436 dengan p sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan ada hubungan negatif antara masing-masing variabel.

Dari hasil uji ANOVA juga diketahui nilai F sebesar 12, 076 dengan  $p = 0,000$ . Nilai p yang kurang dari 0,050 ( $p < 0,050$ ) dengan jumlah sampel 106 subyek menunjukkan bahwa variabel *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* secara bersama-sama dapat dipakai untuk memprediksi tingkat stres atau mempengaruhi stres. Ini berarti semakin tinggi *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* diikuti dengan semakin rendahnya tingkat stres yang dialami, dan sebaliknya, semakin rendah *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* diikuti dengan semakin tingginya tingkat stres yang

dialami. Hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan negatif antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban lumpur Lapindo di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo.

Sumbangan efektif yang dihasilkan dari perhitungan analisis regresi linier berganda diperoleh nilai R Square sebesar 0,190. Ini berarti bahwa *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* secara bersama-sama memberikan sumbangan pengaruh sebesar 19% terhadap stres. Hasil ini mendukung pendapat yang dikemukakan oleh Samsul Munir Amin (2007) yang menyatakan bahwa perbedaan tingkat stres yang dialami oleh masing-masing individu sangat tergantung dan dipengaruhi oleh tinggi rendahnya kedewasaan dalam menghadapi hidup, kecerdasan spiritual, kecerdasan emosi (kematangan emosi) yang dimiliki masing-masing individu yang bersangkutan.<sup>108</sup>

Dalam beberapa tahun belakangan ini, kecerdasan emosi (*Emotional Quotient*) sering diperbincangkan dan dianggap tidak kalah penting, atau malah lebih penting, dari kecerdasan intelektual (IQ). Kecerdasan emosi dipercayai oleh sebagian ahli sebagai faktor yang lebih penting dalam menjamin kesuksesan seseorang, dan tidak seperti IQ, kecerdasan emosi bisa dilatih dan dikembangkan.<sup>109</sup>

Kecerdasan emosional (*Emotional Quotient*) adalah kemampuan individu untuk mengenali perasaannya sehingga dapat mengatur dirinya

---

<sup>108</sup> Amin, Samsul Munir. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. Hlm 4.

<sup>109</sup> *Ibid.* hlm 11.



sendiri dan menimbulkan motivasi dalam dirinya untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Sementara di lingkungan sosial ia mampu berempati dan membina hubungan baik terhadap orang lain.<sup>110</sup> Emosi manusia dikoordinasi oleh otak, dan bagian otak yang mengatur emosi adalah sistem limbik. Struktur-struktur dalam sistem limbik mengelola beberapa aspek emosi, yaitu pengenalan emosi melalui ekspresi wajah, tendensi berperilaku dan penyimpanan memori emosi.<sup>111</sup> Dengan kata lain, setiap emosi yang kuat yang tidak mampu dikelola dan dikendalikan dengan baik, akan sangat mudah memberikan dorongan-dorongan yang negatif karena tidak seimbang kerjanya otak.

Seseorang dikatakan memiliki kecerdasan emosi ketika ia mampu mengendalikan emosinya. Orang yang tidak pandai mengendalikan emosi, atau orang yang sering dikendalikan oleh emosinya, merupakan orang yang tidak cerdas secara emosi. Emosi memiliki banyak bentuk, ia bisa berupa kemarahan, rasa takut, rasa cinta atau keinginan yang kuat, rasa cemas, dan lain sebagainya. Seorang yang tidak pandai mengendalikan emosi-emosi ini merupakan orang yang tidak cerdas secara emosi.

Jika dikaitkan dengan stres, orang yang memiliki *Emotional Quotient* yang rendah akan sangat rentan terkena stres. Seperti yang dijelaskan oleh Munir dan Haryanto,<sup>112</sup> bahwa bagaimana stres bisa timbul dilihat dari kondisi emosi seseorang. Emosi adalah setiap kegiatan pergolakan pikiran,

---

<sup>110</sup> Goleman, Daniel. 2004. *EI: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum. Hlm 45.

<sup>111</sup> *Ibid.* hlm 47.

<sup>112</sup> Amin, Samsul Munir. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah. hlm 47.

perasaan, dan nafsu. Dalam diri manusia terdapat dua emosi yang berseberangan (berlawanan), yakni positif dan negatif. Dengan begitu harus dilakukan pengelolaan emosi dengan baik, agar emosi positif bisa berkembang sedangkan emosi negatif bisa ditekan.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan kepada beberapa korban, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mereka sudah mampu mengelola emosi dengan baik. Mereka terlihat lebih tenang dalam menyikapi segala permasalahan hidup. Selain itu, banyak warga yang merasa sudah capek jika terus-terusan meluapkan emosi. Misalnya, ketika masih tinggal di pengungsian Pasar Baru Porong Sidoarjo, mereka sering melakukan demo-demo menuntut ganti rugi agar cepat direalisasikan. Namun, dari pihak Lapindo Brantas sendiri tidak pernah ada tanggapan. Karenanya, sejak tinggal di pengungsian baru di desa Kedungsolo Porong Sidoarjo, para korban sudah benar-benar ingin memulai hidup dari awal lagi dengan lebih baik.

Stres tidak akan mengidap orang-orang yang mempunyai *Emotional Quotient* yang baik, karena orang yang cerdas secara emosional mempunyai kemampuan untuk mengendalikan diri, semangat dan ketekunan. Ia juga mampu memotivasi diri sendiri dan bisa bertahan menghadapi frustrasi. Sanggup mengendalikan dorongan hati dan emosi. Ia tidak melebih-lebihkan kesenangan, mampu mengatur suasana hati (*mood*), dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir serta membaca perasaan terdalam orang lain (empati), bahkan mampu memelihara

hubungan dengan sebaik-baiknya. Dengan begitu, ia mempunyai kemampuan untuk menyelesaikan konflik, sehingga stres yang dialami tidak akan membebani hidupnya.

Namun, dari hasil analisa pada bab sebelumnya dapat dilihat bahwa hubungan AQ dengan tingkat stres mempunyai nilai korelasi yang lebih besar daripada nilai korelasi EQ dengan tingkat stres, yaitu  $r_{xy} \text{ AQ} = -0,436$  dengan nilai  $p=0,000$ . *Adversity Quotient* (AQ) adalah kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan hidup. Untuk menghadapi ujian dalam hidup, seseorang tidak hanya harus cerdas secara emosi saja, tetapi juga harus mampu menciptakan perubahan dalam hidup dengan terus melawan segala tantangan dan rintangan yang ada.

Stres timbul karena adanya kesenjangan antara kebutuhan dan keinginan manusia dengan kemampuan dan pengetahuan yang terbatas, dapat dihadapi dengan *Adversity Quotient* yang tinggi. Paul G. Stoltz sebagai pelopor teori *Adversity Quotient* menyebut orang yang memiliki *Adversity Quotient* tinggi dengan "*Climbers*".<sup>113</sup> Individu yang memiliki *Adversity Quotient* yang tinggi akan selalu berusaha menghadapi dan mengatasi segala kesulitan dengan sebaik mungkin. Ia selalu memotivasi diri, memiliki semangat tinggi, dan berjuang keras untuk mendapatkan yang terbaik dalam hidup, sehingga segala kesulitan yang timbul hingga menyebabkan stres, dapat dihadapinya dengan semangat yang tinggi,

---

<sup>113</sup> Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo. hal 18-20.

motivasi yang besar, dan berusaha keras untuk segera keluar dari segala kesulitan.

Faktor-faktor penyebab stres sangat beragam. Seperti yang disebutkan oleh Abdullah bin Abbas<sup>114</sup>, stres dapat terjadi karena adanya kekecewaan, dendam, perasaan cemburu, penyakit yang tidak kunjung sembuh, keadaan fisik yang kurang sempurna, kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh, Pemutusan Hubungan Kerja (PHK), keluarga kurang harmonis, perceraian, kemarau panjang, banjir, bencana alam, atau kehidupan politik dan ekonomi yang tidak stabil, dan lain-lain. Kondisi semacam ini jika tidak diimbangi dengan tingginya *Adversity Quotient* yang dimiliki oleh individu akan banyak menimbulkan berbagai penyakit mental, seperti stres.

*Adversity Quotient* membuat seseorang memperoleh semangat untuk mengakhiri segala kesulitan yang menimpanya dengan melakukan berbagai usaha sesuai dengan kemampuannya. Hasil akhirnya dapat dilihat dari seberapa besar *Adversity Quotient* yang dimiliki oleh masing-masing individu. Orang yang memiliki *Adversity Quotient* tinggi akan terus berusaha untuk segera menyelesaikan segala kesulitan yang ada agar dapat hidup dengan tenang. Sebaliknya, orang yang memiliki *Adversity Quotient* rendah akan tetap berada di tempat, dengan hanya menerima segala kesulitan tanpa berusaha melakukan sesuatu. Selain itu, tingkat stres yang dialami juga akan berbeda. Orang yang memiliki daya juang tinggi tidak mudah terkena stres karena segala kesulitan yang menyebabkannya tertekan

---

<sup>114</sup> Abbas, Bin Abdullah Bin Abbas. 2007. *Kiat Mengatasi Stres Anak Melalui Kasih Sayang*. Jakarta: Restu Agung. hal 1.

sudah dapat dilewati. Sedangkan orang yang memiliki daya juang rendah akan rentan terkena stres karena banyaknya tekanan yang diterima tanpa mampu ia mengatasinya.

Orang yang memiliki *Adversity Quotient* tinggi juga selalu yakin bahwa setiap kesulitan pasti ada jalan keluarnya, tinggal bagaimana usaha dari tiap individu untuk menemukannya. Berbeda dengan orang yang memiliki *Adversity Quotient* rendah, ketika ada kesulitan yang menghadang mereka hanya mampu terpaksa meratapi nasib tanpa tahu apa yang harus dilakukan untuk keluar dari semua kesulitan tersebut.

Di dalam Islam sendiri Allah telah berfirman dalam Al-Qur'an surat Asy-syrah ayat 5:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

“Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”.<sup>115</sup>

Dalam ayat tersebut, Allah swt dengan jelas berfirman bahwa dalam setiap kesulitan pasti akan selalu ada kemudahan. Bahkan Allah swt menegaskan ayat tersebut sebanyak dua kali. Hal ini jelas menggambarkan, bahwa Allah swt tidak akan pernah memberikan cobaan kepada hamba-Nya tanpa dibarengi dengan jalan keluarnya.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres seseorang. Meskipun sumbangan efektif yang diberikan oleh kedua

<sup>115</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.

variabel tersebut hanya sebesar 19%, namun *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* yang ada dalam diri masing-masing individu harus tetap dikembangkan. Stres yang dialami oleh setiap orang tidak sama, meskipun faktor penyebabnya boleh jadi sama. Dengan kata lain, yang membedakan tingkat stres dari masing-masing individu adalah bagaimana cara mereka menghadapi stres itu sendiri, dan salah satunya adalah dengan memiliki *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* yang tinggi.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan analisa pada bab IV maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *Emotional Quotient* pada korban Lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo didapatkan 49 orang (46,2%) berada pada tingkatan tinggi dan 57 orang (53,8%) berada pada tingkatan sedang. Dari 106 sampel penelitian, tidak ditemui adanya warga pengungsian yang berada pada tingkatan rendah (0%). Jadi *Emotional Quotient* yang dimiliki oleh para korban Lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo berada pada taraf sedang.
2. Tingkat *Adversity Quotient* pada korban Lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo didapatkan 57 orang (53,8%) berada pada tingkatan tinggi, 46 orang (43,4%) berada pada tingkatan sedang, dan 3 orang (2,8%) berada pada tingkatan rendah dari 106 orang yang diambil sebagai sampel penelitian. Jadi *Adversity Quotient* yang dimiliki oleh para korban Lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo berada pada taraf tinggi.

3. Tingkat stres pada korban Lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo didapatkan 12 orang (11,3%) berada pada tingkatan tinggi, 74 orang (69,8%) berada pada tingkatan sedang, dan 20 orang (18,9%) berada pada tingkatan rendah dari keseluruhan jumlah sampel penelitian, yaitu 106 orang. Jadi tingkat stres yang dialami oleh para korban Lumpur Lapindo yang tinggal di pengungsian baru desa Kedungsolo Porong Sidoarjo berada pada taraf sedang.
4. Hubungan secara bersama-sama antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres diperoleh hasil penelitian dengan menggunakan analisis regresi linier berganda bahwa nilai F sebesar 12,076 dengan  $p = 0,000$ , taraf signifikansi 5% dengan jumlah sampel sebanyak 106 subyek. Ini berarti bahwa dapat dinyatakan ada hubungan yang signifikan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada korban lumpur Lapindo karena nilai  $p < 0,050$ . Maka hal ini menunjukkan hipotesis diterima.

## **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat penulis berikan berkaitan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Saran-saran tersebut, antara lain:

### **1. Bagi Korban Lumpur Lapindo**

Para korban lumpur Lapindo harus memahami bahwa dengan dimilikinya *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* yang tinggi maka



akan sangat berpengaruh dalam menurunkan stres yang sedang dialami. Para korban harus dapat terus mengembangkan *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient*, terutama *Adversity Quotient*, yang ada pada dirinya agar dapat menghadapi pengaruh ataupun masalah yang datang baik dari luar maupun dari dalam dirinya pada saat berada di pengungsian.

## 2. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti hubungan antara *Emotional Quotient* dan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres agar terlebih dahulu melakukan uji coba alat ukur sebelum melakukan penelitian. Hal ini untuk menghindari banyaknya item yang gugur. Saran lain sebaiknya agar lebih berhati-hati dalam pembuatan item skala sehingga item lebih dapat dipahami oleh subyek penelitian, serta lebih jelas lagi dalam membuat instruksi pengisian skala sehingga subyek dapat lebih memahami cara pengisian skala.

Peneliti selanjutnya hendaknya juga menambahkan variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres, serta menambah jumlah populasi atau sampel agar hasil penelitian lebih spesifik. Selain itu pengelompokan sampel berdasarkan rentang usia dan gender juga dirasa perlu dilakukan agar penelitian lebih fokus dan mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, Abdullah. 2007. *Kiat Mengatasi Stres Anak Melalui Kasih Sayang*. Jakarta: Restu Agung.
- Abrori, Lucky. 2004. *Studi Korelasi antara Spiritual Quotient dan Adversity Quotient dengan Kinerja pada Karyawan Bagian Tatausaha UIN Malang*. Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Malang: tidak diterbitkan.
- Agus, Achdiat. dkk. 2003. *Teori dan Manajemen Stres*. Malang: Taroda.
- Agustian, Ari Ginanjar. 2003. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual*. Jakarta: Arga.
- Amin, Samsul Munir. dkk. 2007. *Kenapa Harus Stres*. Jakarta: Amzah.
- Ardani, Tristiadi Ardi, dkk. 2007. *Psikologi Klinis*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arianto, Effendi. 2007. *Strategi Kecerdasan Emosional*. www. google. com. Akses: 3 Maret 2009.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi revisi V. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Atmadji, Gunadi. 2009. *Stres itu Positif*. <http://www.surabayapost.co.id/?mnu=berita&act>. Diakses tanggal 28 September 2009.
- Azwar, Syaifuddin. 1998. *Sikap Manusia - Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2008. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Bakran Adz-Dzakiey, Hamdani. 2006. *Kecerdasan Kenabian*. Yogyakarta: Pustaka Al-Furqan
- Chaplin. 2002. *Kamus Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Craig, Anne Jeanne. 2004. *Bukan Seberapa Cerdas Diri Anda Tetapi Bagaimana Anda Cerdas*. Batam: Interaksara.
- Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: CV. Asy Syifa'.
- Finkelor, Dorothy C. 2007. *Peranan Emosi dalam Hidup Anda*. Yogyakarta: Dolphin Books.
- Fithrotin, Anny. 2004. *Korelasi Antara Kecerdasan Adversity dengan Kemampuan Problem Solving oleh Mantan Pengguna Narkoba di PRSPP Teratai Surabaya*. Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Malang: tidak diterbitkan.
- Fuaturosida, Rika. 2006. *Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Manajemen Konflik Interpersonal pada Penghuni Lembaga Pemasyarakatan Anak Blitar*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang: tidak diterbitkan.
- Goleman, Daniel. 2004. *Emotional Intelligence; Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. 2005. *Working With Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goliszek, Andrew. 2005. *:60 Second Manajemen Stres*. Jakarta: PT. Buana Ilmu Populer.
- Hadi, Sutrisno. 1995. *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hardjana, Agus M. 1994. *Stres Tanpa Distres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hude, Darwis M. 2002. *Emosi, Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Erlangga.

- Iman, Eko. 2005. *Paradigma Baru Kecerdasan Manusia*. [http://beranda.blogsome.com/2005/11/13/paradigma\\_baru\\_kecerdasan\\_manusia/](http://beranda.blogsome.com/2005/11/13/paradigma_baru_kecerdasan_manusia/). Diakses tanggal 15 September 2009.
- Kasiram, Moh. 2008. *Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*. Malang: UIN Malang Press.
- Looker, Terry, & Olga Gregson. 2005. *Managing Stress, Mengatasi Stres Secara Mandiri*. Yogyakarta: Baca!.
- Maramis. 1994. *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga Press.
- Mulyadi dan Mufita, Rizka. Januari 2006/Vol. 3/ jurnal PsikoIslamika. *Pengaruh Adversity Quotient dan Emotional Quotient terhadap Kecemasan Menghadapi Persaingan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Malang*./ Malang: UIN Press.
- Nazir, Moh. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Republika Online. 2006. *Cerdas Menghadapi Tantangan*. <http://www.republika.co.id.htm>. Diakses tanggal 15 Juni 2009.
- Santoso, S. 2002. *Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik*. Jakarta: PT. Elek Media Komputindo.
- Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient, Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Suara Pembaruan. 2006. *Kecerdasan*. <http://www.suarapembaruandaily.com/kecerdasan.htm>. Diakses tanggal 28 Agustus 2009.
- Sulaiman, Wahid. 2004. *Analisis Regresi Menggunakan SPSS, Contoh Kasus & Pemecahannya*. Yogyakarta: Andi.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharnan. 2005. *Psikologi Kognitif*. Surabaya: Srikandi.

- Tim Pelaporan Penanganan Bencana Luapan Lumpur Porong (BPL2P). 2006. *Laporan Perkembangan Penanganan Bencana Luapan Lumpur di Kabupaten Sidoarjo*.
- Tri Rahayu, Iin & Ardani, Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia.
- Ummah, Khairul. dkk. 2005. *5 Kecerdasan Utama Meraih Bahagia & Sukses*. Bandung: Ahaa Pustaka.
- Vries, Jan De. 2009. *Emotional Healing*. Surabaya: Selasar Publising.
- Wojowasito, S. 2001. *Kamus Lengkap Inggris-Indonesia*. Bandung: Hasta.

# LAMPIRAN

**LAMPIRAN 1****Biodata Responden**

Nama : .....(L/P)

Usia : .....

**Petunjuk Pengisian**

Di bawah ini terdapat 30 pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan tersebut, kemudian anda diminta untuk mengemukakan apakah pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda, dengan cara memberi tanda silang (x) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia di kolom.

**SS : Bila Sangat Setuju****S : Bila Setuju****TS : Bila Tidak Setuju****STS : Bila Sangat Tidak Setuju**

Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, karena itu pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

**SKALA EQ**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	<i>Saya tahu kapan saya merasa sedih dan kapan merasa gembira</i>	SS	S	TS	STS
2	<i>Ketika marah, saya tahu penyebab kemarahan saya</i>	SS	S	TS	STS
3	<i>Saya tidak menyadari apa yang sebenarnya saya rasakan sepanjang waktu</i>	SS	S	TS	STS
4	Apapun keadaan saya sekarang, saya yakin akan mampu membahagiakan keluarga dan anak-anak	SS	S	TS	STS
5	Saya percaya akan berhasil dalam kehidupan ini jika saya mau terus bekerja keras dan mengoptimalkan kemampuan yang saya punya	SS	S	TS	STS
6	Saya merasa tidak mempunyai kelebihan apa-apa	SS	S	TS	STS
7	<i>Saya tahu betul mana masalah yang bisa saya tangani sendiri dan mana yang tidak</i>	SS	S	TS	STS
8	<i>Saya tidak tahu kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri saya</i>	SS	S	TS	STS
9	Saya rela memberikan sebagian uang belanja untuk membantu tetangga saya yang sedang kesulitan, meskipun dengan itu saya harus menunda membeli baju yang sudah lama saya inginkan	SS	S	TS	STS

10	<i>Ketika ada anak tetangga saya jatuh dari sepeda, saya pura-pura tidak melihatnya karena saya tidak ingin pekerjaan yang saya lakukan saat itu jadi terganggu</i>	SS	S	TS	STS
11	Saya berusaha tetap tenang meskipun banyak masalah yang sedang saya hadapi	SS	S	TS	STS
12	<i>Saya sulit mengendalikan amarah saya</i>	SS	S	TS	STS
13	Ketika merasa sedih atau kesal, saya berusaha untuk tetap tersenyum di depan anak-anak	SS	S	TS	STS
14	Meskipun sedih karena harus tinggal di pengungsian dan belum mendapatkan ganti rugi, saya terus berusaha untuk bangkit dari keterpurukan ini	SS	S	TS	STS
15	<i>Saya mudah sekali tenggelam dalam kesedihan sehingga tidak mampu berbuat apapun dalam mengatasi kesedihan saya</i>	SS	S	TS	STS
16	Saya ingin menjadi manusia yang berguna bagi keluarga dan orang-orang di sekitar saya	SS	S	TS	STS
17	Ketika saya melakukan kesalahan, saya berusaha untuk segera memperbaikinya	SS	S	TS	STS
18	Saya adalah orang yang mudah menyerah	SS	S	TS	STS
19	Sejak tinggal di pengungsian, saya rela bekerja apa saja asalkan halal, agar mampu menghidupi anak dan keluarga saya	SS	S	TS	STS
20	Meskipun hanya mampu berjualan kue-kue kecil, saya tidak malu untuk melakukannya demi untuk tetap bisa menghidupi keluarga	SS	S	TS	STS
21	Saya malas mencoba lagi jika pernah gagal dalam pekerjaan yang sama	SS	S	TS	STS
22	Saya yakin setiap kesulitan yang saya hadapi sekarang pasti akan berakhir dengan indah karena dimana ada kemauan di situ ada jalan	SS	S	TS	STS
23	Saya merasa tidak mampu menyelesaikan setiap masalah yang menimpa diri saya	SS	S	TS	STS
24	<i>Saya merasa sedih jika salah satu dari tetangga saya mengalami kesusahan</i>	SS	S	TS	STS
25	<i>Saya dapat merasakan rasa sakit pada orang lain, meskipun mereka tidak membicarakannya</i>	SS	S	TS	STS
26	<i>Saya tidak peduli dengan segala peristiwa yang terjadi pada orang-orang di sekitar saya</i>	SS	S	TS	STS
27	<i>Saya suka membantu orang-orang yang memerlukan bantuan saya</i>	SS	S	TS	STS
28	Ketika orang-orang di sekitar saya sedang tertimpa masalah, saya sangat tahu apa yang mereka butuhkan	SS	S	TS	STS



29	<i>Saya tidak pernah tahu apa kebutuhan orang-orang di sekitar saya karena bagi saya itu tidaklah penting</i>	SS	S	TS	STS
30	<i>Saya dan warga sekitar pengungsian suka berbagi cerita dalam segala hal</i>	SS	S	TS	STS
31	<i>Saya tidak merasa keberatan, ketika ada tetangga yang mencurahkan perasaan yang sedang dialaminya kepada saya</i>	SS	S	TS	STS
32	Saya mudah curiga pada orang lain	SS	S	TS	STS
33	Saya berusaha menahan diri untuk tidak marah jika ada orang yang menyinggung perasaan saya	SS	S	TS	STS
34	Ketika berkumpul dengan warga sekitar, saya bersikap seperti biasa meskipun suasana hati saya sedang tidak enak	SS	S	TS	STS
35	Jika ada orang yang menghina saya, saya akan membalas dengan menghinanya juga	SS	S	TS	STS
36	Saya berusaha untuk terus menjalin hubungan baik dengan banyak orang	SS	S	TS	STS
37	Dalam pembangunan musholla di pengungsian baru, saya dengan senang hati akan membantu agar cepat selesai	SS	S	TS	STS
38	Saya lebih memilih sendirian dalam menyelesaikan masalah kelompok, daripada harus bekerjasama dengan orang lain	SS	S	TS	STS

**Keterangan:**

Item yang dicetak miring adalah item yang gugur.

## LAMPIRAN 2

## SKALA AQ

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	<i>Saya yakin akan mampu mengatasi segala kesulitan yang sedang saya alami saat ini</i>	SS	S	TS	STS
2	<i>Saya lebih suka mengajak warga di pengungsian untuk melakukan kerja bakti daripada harus demo di jalanan</i>	SS	S	TS	STS
3	<i>Ketika dalam rapat warga yang saya ikuti suasananya sedang tidak stabil, maka saya lebih memilih pergi</i>	SS	S	TS	STS
4	<i>Saya mampu menahan diri untuk tidak memukul, ketika sedang bertengkar dengan siapapun</i>	SS	S	TS	STS
5	<i>Saya tidak pernah melampiaskan kemarahan saya dengan merusak barang-barang di sekitar saya</i>	SS	S	TS	STS
6	<i>Saya termasuk orang yang mudah tersinggung dan cepat marah</i>	SS	S	TS	STS
7	<i>Saya adalah orang yang tidak pernah lari dari tanggung jawab</i>	SS	S	TS	STS
8	<i>Saya siap menanggung segala konsekuensi dari apa yang sudah saya kerjakan</i>	SS	S	TS	STS
9	<i>Saya tidak mau menanggung akibat dari situasi yang sedang terjadi selama saya tidak tahu apa penyebabnya</i>	SS	S	TS	STS
10	<i>Saya yakin mampu mengatasi setiap masalah yang saya alami</i>	SS	S	TS	STS
11	<i>Saya berusaha menyelesaikan masalah dengan sebaik mungkin</i>	SS	S	TS	STS
12	<i>Saya tidak bisa memahami masalah yang sedang terjadi</i>	SS	S	TS	STS
13	<i>Meskipun sedang banyak masalah, tidak membuat saya lupa akan kewajiban sebagai orangtua</i>	SS	S	TS	STS
14	<i>Saya tidak suka mencampur adukkan setiap masalah yang sedang saya hadapi</i>	SS	S	TS	STS
15	<i>Masalah yang sedang saya hadapi dalam keluarga sering mempengaruhi saya dalam bekerja</i>	SS	S	TS	STS
16	<i>Musibah banjir lumpur yang saya dan warga lain alami, membuat saya semakin dekat dengan Allah swt</i>	SS	S	TS	STS
17	<i>Selalu ada hikmah yang dapat saya ambil dari</i>	SS	S	TS	STS

	<i>masalah atau musibah yang menimpa saya</i>				
18	Kesulitan yang saya hadapi adalah karena kebodohan saya	SS	S	TS	STS
19	Ketika bermusyawarah dengan para warga, saya sering menyumbangkan ide-ide atau gagasan untuk dipertimbangkan	SS	S	TS	STS
20	Saya selalu berperan serta dalam kegiatan-kegiatan bermasyarakat yang membutuhkan informasi, ide-ide, dan gagasan	SS	S	TS	STS
21	<i>Saya sering mengalami jalan buntu ketika memikirkan apa yang harus saya lakukan untuk menyelesaikan masalah yang sedang saya alami</i>	SS	S	TS	STS
22	Saya akan menyelesaikan setiap pekerjaan yang menjadi tanggung jawab saya, meskipun saya tidak menyukainya	SS	S	TS	STS
23	<i>Setiap masalah yang saya alami, akan saya hadapi dan selesaikan dengan kemampuan saya sendiri</i>	SS	S	TS	STS
24	<i>Saya sering lari dari masalah</i>	SS	S	TS	STS

**Keterangan:**

Item yang dicetak miring adalah item yang gugur.

## LAMPIRAN 3

## SKALA STRES

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sering merasa sakit di bagian kepala	SS	S	TS	STS
2	Saya tidak bisa tidur dengan teratur	SS	S	TS	STS
3	Punggung saya tiba-tiba terasa sakit	SS	S	TS	STS
4	Saya sulit buang air besar	SS	S	TS	STS
5	<i>Saya merasa gatal-gatal pada kulit</i>	SS	S	TS	STS
6	Urut leher dan bahu saya sering terasa tegang	SS	S	TS	STS
7	Tekanan darah saya tidak normal	SS	S	TS	STS
8	Saya mudah sekali berkeringat	SS	S	TS	STS
9	Selera makan saya tidak seperti biasanya	SS	S	TS	STS
10	Saya mudah lelah	SS	S	TS	STS
11	Saya mulai gelisah jika uang ganti rugi untuk korban lumpur lapindo tidak segera diberikan	SS	S	TS	STS
12	Sangat menyedihkan bagi saya jika memikirkan nasib anak-anak yang harus rela tinggal di pengungsian	SS	S	TS	STS
13	Sering saya menangis jika memikirkan nasib saya dan keluarga sejak bencana lumpur melanda	SS	S	TS	STS
14	Terkadang saya merasa bahagia, namun tiba-tiba juga merasa sedih	SS	S	TS	STS
15	Saya langsung marah jika ada seseorang yang melakukan hal-hal yang tidak saya sukai	SS	S	TS	STS
16	<i>Saya mudah sekali gugup</i>	SS	S	TS	STS
17	Saya sering merasa tidak aman sejak tinggal di pengungsian baru	SS	S	TS	STS
18	Saya termasuk orang yang mudah tersinggung	SS	S	TS	STS
19	Banyak orang yang tidak menyukai saya, karena menganggap saya mudah menyakiti mereka	SS	S	TS	STS
20	Saya merasa susah berkonsentrasi	SS	S	TS	STS
21	Saya sering merasa bingung ketika suami/istri saya meminta saya mengambil keputusan apa atas masalah yang sedang terjadi	SS	S	TS	STS
22	<i>Saya sekarang mudah sekali lupa</i>	SS	S	TS	STS
23	Banyaknya masalah yang harus saya hadapi membuat saya tidak bisa berfikir dengan tenang	SS	S	TS	STS
24	Saya sering menghabiskan waktu dengan melamun	SS	S	TS	STS
25	Saat sedang banyak masalah, saya malas bercanda dengan keluarga ataupun tetangga saya	SS	S	TS	STS
26	Saya sering merasa malas untuk berangkat kerja	SS	S	TS	STS

27	Saya tidak bisa memikirkan hal-hal lain ketika sedang menghadapi masalah	SS	S	TS	STS
28	Tidak jarang saya melakukan kesalahan sehingga pekerjaan saya jadi berantakan	SS	S	TS	STS
29	Saya sulit untuk bisa menaruh kepercayaan terhadap orang lain	SS	S	TS	STS
30	<i>Saya suka menyalahkan orang lain</i>	<i>SS</i>	<i>S</i>	<i>TS</i>	<i>STS</i>
31	Tidak sulit bagi saya untuk membatalkan janji dengan siapapun, ketika suasana hati saya sedang tidak stabil	SS	S	TS	STS
32	<i>Jika saya tidak menyukai orang, maka yang saya lakukan adalah mencari-cari kesalahannya kemudian menceritakannya pada orang lain</i>	<i>SS</i>	<i>S</i>	<i>TS</i>	<i>STS</i>
33	Saya malas bergaul dengan orang lain jika sedang banyak masalah	SS	S	TS	STS
34	Jika ada orang yang menyakiti hati saya, saya akan membalas dengan menghinanya	SS	S	TS	STS

**Keterangan:**

Item yang dicetak miring adalah item yang gugur.

**LAMPIRAN 10****EQ UJI 1****Reliability  
Scale: EMOTIONAL QUOTIENT****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	98	92,5
	Excluded <sup>a</sup>	8	7,5
	Total	106	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,790	38

## Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,77	,928	98
VAR00002	2,74	,750	98
VAR00003	2,45	,996	98
VAR00004	3,54	,629	98
VAR00005	3,42	,555	98
VAR00006	2,40	1,091	98
VAR00007	2,62	,969	98
VAR00008	1,78	,819	98
VAR00009	2,58	1,004	98
VAR00010	3,21	,803	98
VAR00011	2,82	,804	98
VAR00012	2,85	,842	98
VAR00013	3,28	,685	98
VAR00014	3,39	,568	98
VAR00015	2,48	,922	98
VAR00016	3,33	,639	98
VAR00017	3,35	,675	98
VAR00018	2,93	,662	98
VAR00019	3,44	,593	98
VAR00020	3,41	,571	98
VAR00021	2,89	,973	98
VAR00022	3,31	,506	98
VAR00023	2,93	,579	98
VAR00024	2,52	1,048	98
VAR00025	2,08	,904	98
VAR00026	3,01	,601	98
VAR00027	3,03	,890	98
VAR00028	2,85	,878	98
VAR00029	3,06	,553	98
VAR00030	2,91	,943	98
VAR00031	3,13	,586	98
VAR00032	3,13	,768	98
VAR00033	2,52	,852	98
VAR00034	2,61	1,032	98
VAR00035	2,65	1,095	98
VAR00036	3,24	,627	98
VAR00037	3,36	,646	98
VAR00038	2,88	,646	98

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	108,11	103,152	,052	,795
VAR00002	108,13	101,168	,216	,787
VAR00003	108,43	107,155	-,153	,805
VAR00004	107,34	101,999	,205	,787
VAR00005	107,46	99,570	,462	,780
VAR00006	108,48	93,056	,511	,773
VAR00007	108,26	99,759	,222	,787
VAR00008	109,10	99,288	,309	,783
VAR00009	108,30	98,046	,299	,784
VAR00010	107,66	101,855	,154	,789
VAR00011	108,06	97,543	,429	,779
VAR00012	108,03	103,226	,062	,793
VAR00013	107,60	97,417	,525	,777
VAR00014	107,49	98,644	,535	,778
VAR00015	108,40	100,407	,202	,788
VAR00016	107,55	99,590	,392	,782
VAR00017	107,53	98,458	,454	,779
VAR00018	107,95	100,771	,285	,785
VAR00019	107,44	100,125	,381	,782
VAR00020	107,47	101,777	,251	,786
VAR00021	107,99	96,526	,394	,779
VAR00022	107,57	100,866	,381	,783
VAR00023	107,95	98,688	,519	,779
VAR00024	108,36	103,531	,017	,798
VAR00025	108,80	100,205	,219	,787
VAR00026	107,87	99,230	,452	,780
VAR00027	107,85	98,894	,300	,784
VAR00028	108,03	98,339	,338	,782
VAR00029	107,82	102,626	,184	,788
VAR00030	107,97	103,453	,034	,795
VAR00031	107,74	103,945	,059	,791
VAR00032	107,74	98,996	,354	,782
VAR00033	108,36	99,098	,305	,784
VAR00034	108,27	98,651	,258	,786
VAR00035	108,22	97,021	,314	,783
VAR00036	107,63	101,637	,235	,786
VAR00037	107,52	99,448	,398	,781
VAR00038	108,00	99,938	,359	,782

## Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
110,88	104,995	10,247	38



## EQ UJI 2

**Reliability**  
**Scale: EMOTIONAL QUOTIENT**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	98	92,5
	Excluded <sup>a</sup>	8	7,5
	Total	106	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,873	24

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00004	3,54	,629	98
VAR00005	3,42	,555	98
VAR00006	2,40	1,091	98
VAR00009	2,58	1,004	98
VAR00011	2,82	,804	98
VAR00013	3,28	,685	98
VAR00014	3,39	,568	98
VAR00016	3,33	,639	98
VAR00017	3,35	,675	98
VAR00018	2,93	,662	98
VAR00019	3,44	,593	98
VAR00020	3,41	,571	98
VAR00021	2,89	,973	98
VAR00022	3,31	,506	98
VAR00023	2,93	,579	98
VAR00026	3,01	,601	98
VAR00028	2,85	,878	98
VAR00032	3,13	,768	98
VAR00033	2,52	,852	98
VAR00034	2,61	1,032	98
VAR00035	2,65	1,095	98
VAR00036	3,24	,627	98
VAR00037	3,36	,646	98
VAR00038	2,88	,646	98

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	69,70	80,025	,357	,870
VAR00005	69,83	80,640	,350	,871
VAR00006	70,85	72,481	,579	,864
VAR00009	70,66	78,617	,270	,875
VAR00011	70,43	76,557	,514	,866
VAR00013	69,97	75,679	,695	,861
VAR00014	69,86	76,928	,721	,862
VAR00016	69,92	80,261	,329	,871
VAR00017	69,90	76,402	,642	,863
VAR00018	70,32	80,487	,295	,872
VAR00019	69,81	78,240	,557	,866
VAR00020	69,84	79,086	,494	,867
VAR00021	70,36	73,201	,618	,862
VAR00022	69,94	82,141	,222	,873
VAR00023	70,32	79,703	,425	,869
VAR00026	70,23	80,635	,319	,871
VAR00028	70,40	75,046	,567	,864
VAR00032	70,11	77,070	,502	,866
VAR00033	70,72	77,336	,425	,869
VAR00034	70,63	76,379	,388	,871
VAR00035	70,59	75,811	,390	,872
VAR00036	70,00	81,505	,224	,874
VAR00037	69,89	77,255	,595	,864
VAR00038	70,37	79,864	,359	,870

## Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
73,24	84,434	9,189	24

## LAMPIRAN 11

## AQ UJI 1

**Reliability**  
**Scale: ADVERSITY QUOTIENT**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	98	92,5
	Excluded <sup>a</sup>	8	7,5
	Total	106	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,710	24

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3,06	,701	98
VAR00002	3,13	,970	98
VAR00003	2,31	,957	98
VAR00004	2,83	,897	98
VAR00005	2,52	1,077	98
VAR00006	2,69	,878	98
VAR00007	2,85	,889	98
VAR00008	3,21	,736	98
VAR00009	3,09	,788	98
VAR00010	3,24	,733	98
VAR00011	3,13	,549	98
VAR00012	2,69	,680	98
VAR00013	3,41	,671	98
VAR00014	2,77	,757	98
VAR00015	2,52	1,018	98
VAR00016	3,56	,719	98
VAR00017	3,30	,629	98
VAR00018	2,79	,815	98
VAR00019	3,05	,830	98
VAR00020	2,85	1,039	98
VAR00021	2,70	,899	98
VAR00022	3,02	,556	98
VAR00023	2,90	,891	98
VAR00024	3,21	,828	98

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	67,78	48,444	,225	,703
VAR00002	67,70	45,654	,346	,693
VAR00003	68,53	50,582	-,027	,727
VAR00004	68,01	46,917	,277	,699
VAR00005	68,32	50,177	-,014	,729
VAR00006	68,14	44,866	,467	,683
VAR00007	67,99	50,319	,001	,722
VAR00008	67,62	47,268	,328	,696
VAR00009	67,74	46,790	,345	,694
VAR00010	67,59	45,481	,517	,682
VAR00011	67,70	47,551	,432	,693
VAR00012	68,14	48,680	,209	,705
VAR00013	67,43	48,639	,218	,704
VAR00014	68,07	47,469	,296	,698
VAR00015	68,32	45,167	,360	,691
VAR00016	67,28	46,923	,374	,693
VAR00017	67,54	48,705	,231	,703
VAR00018	68,05	46,606	,346	,694
VAR00019	67,79	46,191	,377	,691
VAR00020	67,99	46,113	,279	,700
VAR00021	68,13	48,776	,123	,713
VAR00022	67,82	47,203	,473	,690
VAR00023	67,94	49,068	,101	,714
VAR00024	67,62	47,557	,253	,701

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
70,84	51,128	7,150	24

## AQ UJI 2

### Reliability

#### Scale: ADVERSITY QUOTIENT

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	94,3
	Excluded <sup>a</sup>	6	5,7
	Total	106	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,800	12

##### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00002	3,14	,964	100
VAR00006	2,70	,870	100
VAR00008	3,22	,733	100
VAR00009	3,09	,793	100
VAR00010	3,25	,730	100
VAR00011	3,14	,551	100
VAR00015	2,53	1,010	100
VAR00016	3,57	,714	100
VAR00018	2,79	,808	100
VAR00019	3,06	,827	100
VAR00020	2,87	1,041	100
VAR00022	3,02	,550	100

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	33,24	24,608	,445	,787
VAR00006	33,68	23,775	,620	,768
VAR00008	33,16	25,974	,439	,786
VAR00009	33,29	26,248	,359	,794
VAR00010	33,13	25,124	,565	,776
VAR00011	33,24	27,033	,429	,789
VAR00015	33,85	24,109	,471	,784
VAR00016	32,81	26,095	,437	,787
VAR00018	33,59	25,396	,460	,784
VAR00019	33,32	24,543	,558	,775
VAR00020	33,51	26,333	,222	,814
VAR00022	33,36	26,637	,503	,785

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
36,38	29,794	5,458	12

**LAMPIRAN 12****STRES UJI 1****Reliability  
Scale: STRES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	104	98,1
	Excluded <sup>a</sup>	2	1,9
	Total	106	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,901	34

## Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,84	,925	104
VAR00002	2,73	,906	104
VAR00003	2,47	,903	104
VAR00004	2,11	,812	104
VAR00005	2,18	,773	104
VAR00006	2,44	,834	104
VAR00007	2,90	,819	104
VAR00008	2,55	,749	104
VAR00009	2,37	,777	104
VAR00010	2,41	,843	104
VAR00011	2,82	,993	104
VAR00012	3,01	,806	104
VAR00013	2,96	,762	104
VAR00014	2,79	,692	104
VAR00015	2,35	,694	104
VAR00016	2,05	,564	104
VAR00017	2,68	,938	104
VAR00018	2,42	,856	104
VAR00019	1,91	,726	104
VAR00020	2,14	,841	104
VAR00021	2,40	,842	104
VAR00022	2,20	,805	104
VAR00023	2,77	,672	104
VAR00024	1,97	,875	104
VAR00025	2,48	1,024	104
VAR00026	2,01	,782	104
VAR00027	2,44	,890	104
VAR00028	2,31	,893	104
VAR00029	2,28	,675	104
VAR00030	1,82	,785	104
VAR00031	2,48	,836	104
VAR00032	2,10	,830	104
VAR00033	2,72	,980	104
VAR00034	2,10	1,219	104



## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	79,37	177,285	,531	,896
VAR00002	79,48	176,019	,599	,895
VAR00003	79,74	179,359	,458	,898
VAR00004	80,11	180,969	,440	,898
VAR00005	80,03	185,698	,235	,901
VAR00006	79,77	179,538	,492	,897
VAR00007	79,31	178,817	,537	,896
VAR00008	79,66	182,517	,403	,898
VAR00009	79,85	182,209	,402	,898
VAR00010	79,80	179,833	,473	,897
VAR00011	79,39	174,824	,588	,895
VAR00012	79,20	179,056	,534	,896
VAR00013	79,25	181,121	,465	,898
VAR00014	79,42	183,897	,365	,899
VAR00015	79,87	182,487	,441	,898
VAR00016	80,16	189,886	,066	,902
VAR00017	79,53	175,902	,581	,895
VAR00018	79,79	181,955	,370	,899
VAR00019	80,30	184,638	,308	,900
VAR00020	80,07	183,170	,323	,900
VAR00021	79,81	182,118	,370	,899
VAR00022	80,01	185,563	,229	,901
VAR00023	79,44	180,735	,557	,897
VAR00024	80,24	183,116	,310	,900
VAR00025	79,73	174,024	,598	,895
VAR00026	80,20	182,240	,397	,899
VAR00027	79,77	178,820	,488	,897
VAR00028	79,90	178,826	,486	,897
VAR00029	79,93	181,753	,496	,897
VAR00030	80,39	185,076	,259	,901
VAR00031	79,73	181,713	,392	,899
VAR00032	80,12	185,093	,241	,901
VAR00033	79,49	174,213	,621	,895
VAR00034	80,12	171,152	,583	,895

## Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
82,21	191,236	13,829	34

**STRES UJI 2****Reliability  
Scale: STRES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	104	98,1
	Excluded <sup>a</sup>	2	1,9
	Total	106	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,905	29

## Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,84	,925	104
VAR00002	2,73	,906	104
VAR00003	2,47	,903	104
VAR00004	2,11	,812	104
VAR00006	2,44	,834	104
VAR00007	2,90	,819	104
VAR00008	2,55	,749	104
VAR00009	2,37	,777	104
VAR00010	2,41	,843	104
VAR00011	2,82	,993	104
VAR00012	3,01	,806	104
VAR00013	2,96	,762	104
VAR00014	2,79	,692	104
VAR00015	2,35	,694	104
VAR00017	2,68	,938	104
VAR00018	2,42	,856	104
VAR00019	1,91	,726	104
VAR00020	2,14	,841	104
VAR00021	2,40	,842	104
VAR00023	2,77	,672	104
VAR00024	1,97	,875	104
VAR00025	2,48	1,024	104
VAR00026	2,01	,782	104
VAR00027	2,44	,890	104
VAR00028	2,31	,893	104
VAR00029	2,28	,675	104
VAR00031	2,48	,836	104
VAR00033	2,72	,980	104
VAR00034	2,10	1,219	104

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	69,03	153,562	,563	,900
VAR00002	69,13	152,428	,630	,898
VAR00003	69,39	156,222	,457	,902
VAR00004	69,76	157,990	,426	,902
VAR00006	69,42	155,936	,514	,901
VAR00007	68,96	155,222	,561	,900
VAR00008	69,32	159,636	,378	,903
VAR00009	69,50	159,223	,383	,903
VAR00010	69,45	157,163	,448	,902
VAR00011	69,05	151,483	,609	,899
VAR00012	68,86	155,406	,561	,900
VAR00013	68,90	157,758	,470	,902
VAR00014	69,08	160,305	,374	,903
VAR00015	69,52	159,242	,435	,902
VAR00017	69,18	152,675	,595	,899
VAR00018	69,44	158,637	,370	,903
VAR00019	69,95	161,697	,277	,905
VAR00020	69,72	160,572	,284	,905
VAR00021	69,46	159,668	,327	,904
VAR00023	69,10	157,622	,550	,901
VAR00024	69,89	160,872	,257	,905
VAR00025	69,38	150,103	,645	,898
VAR00026	69,86	158,299	,428	,902
VAR00027	69,42	154,907	,525	,900
VAR00028	69,56	155,744	,484	,901
VAR00029	69,59	158,789	,476	,902
VAR00031	69,38	159,754	,326	,904
VAR00033	69,14	150,552	,658	,898
VAR00034	69,77	147,927	,605	,899

## Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
71,87	167,341	12,936	29

## LAMPIRAN 13

## HASIL UJI MULTIKOLINERITAS

## Regression

Variables Entered/Removed<sup>b</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	AQ, EQ <sup>a</sup>	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: STRES

Model Summary<sup>a</sup>

a. Dependent Variable: STRES

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	EQ	,556	1,798
	AQ	,556	1,798

a. Dependent Variable: STRES

Coefficient Correlations<sup>a</sup>

Model			AQ	EQ
1	Correlations	AQ	1,000	-,666
		EQ	-,666	1,000
	Covariances	AQ	,055	-,024
		EQ	-,024	,024

a. Dependent Variable: STRES

Collinearity Diagnostics<sup>a</sup>

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	EQ	AQ
1	1	2,992	1,000	,00	,00	,00
	2	,005	24,064	,98	,11	,24
	3	,003	31,228	,02	,89	,76

a. Dependent Variable: STRES

Residuals Statistics<sup>a</sup>

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	70,47	98,91	81,99	6,010	106
Residual	-25,568	22,777	,000	12,411	106
Std. Predicted Value	-1,916	2,815	,000	1,000	106
Std. Residual	-2,040	1,818	,000	,990	106

a. Dependent Variable: STRES

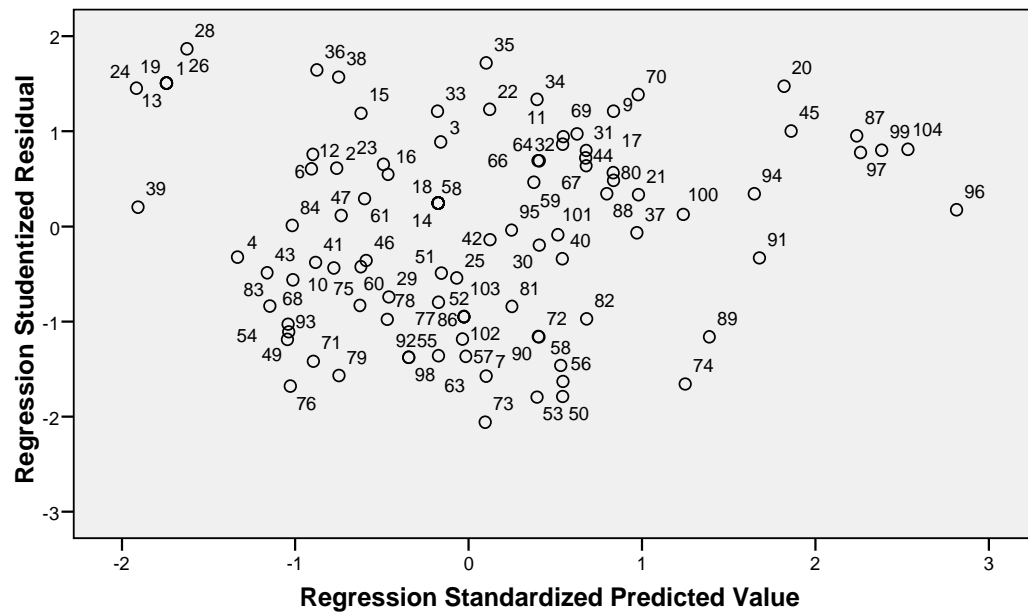
## LAMPIRAN 14

### HASIL UJI HETEROSKEDASTISITAS

#### Charts

#### Scatterplot

Dependent Variable: STRES



## LAMPIRAN 15

## HASIL UJI NORMALITAS

## NPar Tests

## Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	Percentiles		
						25th	50th (Median)	75th
EQ	106	110,26	10,486	76	137	102,75	110,00	118,00
AQ	106	70,75	7,000	51	84	67,00	71,50	76,00
STRES	106	81,99	13,790	55	111	70,00	84,00	93,00

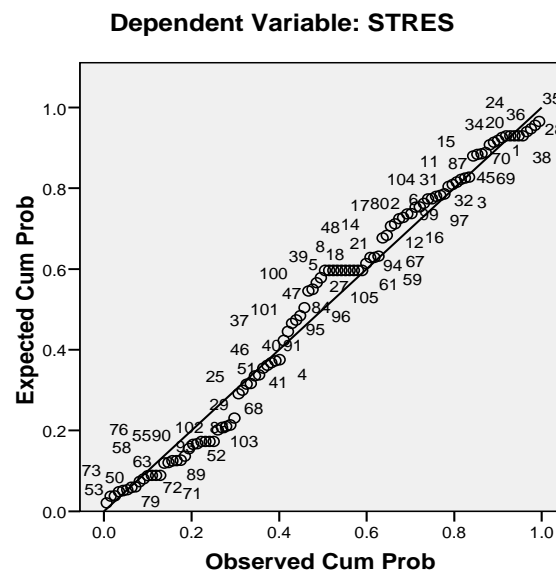
## One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		EQ	AQ	STRES
N		106	106	106
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	110,26	70,75	81,99
	Std. Deviation	10,486	7,000	13,790
Most Extreme Differences	Absolute	,114	,080	,100
	Positive	,114	,071	,100
	Negative	-,056	-,080	-,096
Kolmogorov-Smirnov Z		1,172	,824	1,031
Asymp. Sig. (2-tailed)		,128	,506	,238

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



## LAMPIRAN 16

## HASIL UJI REGRESI BERGANDA

## Regression

## Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
STRES	81,99	13,790	106
EQ	110,26	10,486	106
AQ	70,75	7,000	106

## Correlations

		STRES	EQ	AQ
Pearson Correlation	STRES	1,000	-,295	-,436
	EQ	-,295	1,000	,666
	AQ	-,436	,666	1,000
Sig. (1-tailed)	STRES	.	,001	,000
	EQ	,001	.	,000
	AQ	,000	,000	.
N	STRES	106	106	106
	EQ	106	106	106
	AQ	106	106	106

Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	AQ, EQ <sup>b</sup>	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: STRES

Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,436 <sup>a</sup>	,190	,174	12,531

a. Predictors: (Constant), AQ, EQ

b. Dependent Variable: STRES



**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3792,729	2	1896,364	12,076	,000 <sup>a</sup>
	Residual	16174,262	103	157,032		
	Total	19966,991	105			

a. Predictors: (Constant), AQ, EQ

b. Dependent Variable: STRES

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95% Confidence Interval for B	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound
1	(Constant)	143,160	13,883		10,312	,000	115,628	170,693
	EQ	-,011	,156	-,008	-,069	,945	-,321	,299
	AQ	-,848	,234	-,430	-3,618	,000	-1,312	-,383

a. Dependent Variable: STRES

**Residuals Statistics<sup>a</sup>**

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	70,47	98,91	81,99	6,010	106
Residual	-25,568	22,777	,000	12,411	106
Std. Predicted Value	-1,916	2,815	,000	1,000	106
Std. Residual	-2,040	1,818	,000	,990	106

a. Dependent Variable: STRES

**LAMPIRAN 17****DATA JUMLAH PENGUNGSY KORBAN LUMPUR LAPINDO  
DI PENGUNGSYAN BARU DESA KEDUNGSOLO-PORONG-SIDOARJO**

No	Nama	Usia (thn)	Pekerjaan	Keterangan
1.	Saroni	46	Sopir	1
2.	Suliati	48	Swasta	
3.	Ainul Khuri	24		
4.	Umi Sa'diyah	18	Pelajar	
5.	Dian Islamiyati	7	Pelajar	
6.	Siswandi	41	Wiraswasta	2
7.	Rofi'ah	32		
8.	Novia Sandi	13		
9.	Olan Intani	7		
10.	Kasi	60		Mertua
11.	Napipah	56		Mertua
12.	Achmad Rofi'i	38	Dagang	3
13.	Marsidatul Maghfiroh	26		
14.	Mochammad Iqbal Lutfi	7		
15.	Sarifatul Ainiyah	4		
16.	Paeda	67		Mertua
17.	Sinawan	44	Petani	4
18.	Anis Roita	41		
19.	Jaidin	19		
20.	Hartono	15		
21.	Nita Sahara	13		
22.	Lukman Hidayanto	7		
23.	Budi Slamet	44	Swasta	5
24.	Sri Hartatik	37		
25.	Desikhdianto	14		
26.	Gari Akbar	7		
27.	Kusnoto	41	Swasta	6
28.	Anis Makhidah	36		
29.	Andri Nirwanto	14		
30.	Novita Diana Lestari	11		
31.	Sadun	94		Orangtua
32.	Lilis Nur Indah Sari	6		
33.	Gunariyo	64	Dagang	7
34.	Parni	57		
35.	Suryat	60		8
36.	Sumini	58		
37.	Hadie Harsono	28		
38.	Fatkur Rokhman	31	Swasta	9

39	Muslikah	32		
40	Ahmad Farhan Fernanda	6		
41	Iskandar	28	Swasta	10
42	Daumi	27		
43	Vivi Yanti	7		
44	Kunaeni	54	Janda	11
45	Nur Ali	41	Swasta	12
46	Sulistinah	38		
47	Agus Ardiansya	19		
48	Afiatus Masnunah	10		
49	Ela Fajah Resa	7		
50	Sukram	52	Petani	13
51	Paimah	44		
52	Suliyani	23		
53	Mutmainah	15		
54	Choirotun Nisa	5		
55	Purnto	37	Swasta	14
56	Agustin Yulianti	33		
57	Ach. Teguh Jamaludin	10		
58	Ida Rachmatika Putri	6		
59	Sanib	48	Swasta	15
60	Asfeiyah	46		
61	Anang Rusdianto	26		
62	Andra Hariyanto	22		
63	M. Faisol Anwar	15		
64	Aldi Firmansyah	6		
65	Supangat	41	Swasta	16
66	Supraptiningsih	30		
67	Selamet Hadi Priyanto	14		
68	Shendy Aulia	4		
69	M. Yasin	38	Swasta	17
70	Yunanik	37		
71	Rina Setyaningsih	13		
72	Yeni Dwi Anggraeni	5		
73	Akhmad Mukhlis Solahudin	39	Swasta	18
74	Sulaikah	37		
75	Imam Sayyid Raam	7		
76	Zalqira Nazarillah	5		
77	Hadi Supriyo	38	Swasta	19
78	Lilik Hartini	33		
79	Ali Suwardi	10		
80	Fitri Ilmiyah	7		
81	Sundari	42	Janda	20
82	Much. Daniel Harianto	5		

83	Sudiro	36	Swasta	21
84	Jamilah	30		
85	Siti Munadivah	6		
86	Sugiono	30	Swasta	22
87	Suprpti	29		
88	Widiyarti Lestari	7		
89	Kabit	53		23
90	Tu'ini	51		
91	Mansur	41	Swasta	24
92	Eni Yulianti	36		
93	Moch. Andreanto	7		
94	Umi Fitria	6		
95	Suyanto	49	Swasta	25
96	Faizah	45		
97	Zahrotu Adhny Musfiroh	5		
98	Hariyanto	33		26
99	Muslimah	25		
100	Moch. Salim Fahmi	7		
101	Toyem	68		Nenek
102	Mahmudon	30	Swasta	27
103	Lismawati	24		
104	Akmat Dany Irvandi	7		
105	Tohari	51		28
106	Tamiatun	47		
107	Joko Slamet	14		
108	Tanoyo	23	Sopir	29
109	Nanik	23		
110	Nawang Wulan	6		
111	Wulan Dari	4		
112	Mateman	44		30
113	Siti Romlah	39		
114	Moh. Amry Arif Furqon	14		
115	Riris Putri Firdaus	6		
116	Sudarto	59	Swasta	31
117	Mujiati	44		
118	Tomi Fendi Arta	24		
119	Maria Ulfa	23		
120	Johan Widiarto	20		
121	M. David Kurniawan	3		
122	Yudo Wintoko	34		32
123	Mufidah	28		
124	Adinda Satya Widianti	6		
125	Rena Muhajirah	2		
126	M. Ghofar	41		33

127	Sekar Sari	34		
128	Lia Ernawati	13		
129	M. Rafli	6		
130	M. Kusaeri	27		34
131	Wartini	32		
132	Ainu Vadila	6		
133	Fayakun	40		35
134	Siti Julaikah	34		
135	M. Alfiyanto	14		
136	M. Ilham	6		
137	Jema'in	37		36
138	Yeni Setyaningsih	32		
139	M. Ali Fahmi	11		
140	Halimatul Aliyah	5		
141	Keris Budiharto	28		37
142	Evi Indarwati	29		
143	Marissa Kharisma	4		
144	Kusen	44		38
145	Mamik	41		
146	Nur Khomsah	21		
147	Irwanto	13		
148	Naila Niyazi	5		
149	M. Mujib	47	Swasta	39
150	Nur Azizah	38		
151	Abdul Ghofar	17		
152	Muthohiriya	11		
153	Safinatus Jalafi	14		
154	Napiya	79		Nenek
155	A'rofatul Chukmiyah	4		
156	Hono	49	Swasta	40
157	Rokimah	39		
158	Harsono	16		
159	Muchlisin	7		
160	Achwan	33	Swasta	41
161	Khusnul Khotimah	35		
162	Syaiful Rizal	11		
163	Mukrimatul Ajizah	3		
164	Matroji	31		42
165	Ani Widiartuti	27		
166	Rizky Putri Audina	6		
167	Fakriatul Nija	19		
168	Nasron	42		43
169	Lilik Darwati	36		
170	Yusri Khoirudin	16		

171	Aulia Puspita Sari	4		
172	Lasikin	28	Swasta	44
173	Sri Riwayatini	29		
174	Putri Eka Cahyani	5		
175	Suparkan	40	Swasta	45
176	Sri Rahmawati	36		
177	Ach. Febrianto	17		
178	Deny Anggrianto	12		
179	Kiki Marselina	19		
180	Fachri Novendra	7		
181	M. Rochim	35	Tukang	46
182	Waki'ah	30		
183	Devina Kumalasari	7		
184	M. Rotib	38	Karyawan	47
185	Suningsih	33		
186	M. Syafi'i	13		
187	Fitria Dwi Ningsih	5		
188	Sutari	37	Tukang	48
189	Astifah	37		
190	Faridatul H	15		
191	Lukman Hakim	6		
192	Jaidil	49	Swasta	49
193	Miayah	46		
194	Sugeng Andrianto	16		
195	Saiful W	20		
196	Hermanto	22		bekerja
197	Anggi Permata	6		
198	Aman	46	Swasta	50
199	Nartiningsih	44		
200	David Agustyar	15		
201	Parti	52	Janda	51
202	Dedik Rustiawan	24		Bekerja
203	Sami'an	49	Tani	52
204	Sutami	47		
205	Sunardi	18		
206	Andra P	13		
207	Ponidi	39	Swasta	53
208	Harwati	39		
209	Mira Agustiningsih	11		
210	Ach. Yudistiro	23	Swasta	54
211	Mujiati	21		
212	NV	2		
213	Hartono	42	Swasta	55
214	Dewi Astuti	31		

215	Aulia Firanda	12		
216	M. Ebim Bakhtiar	4		
217	M. Sobiki	41	Swasta	56
218	Mariyati	41		
219	Sukirno	20		
220	Ermawati	16		
221	Herawati	13		
222	Tegar Prasetyo	7		
223	Bambang Sukirman	39	Swasta	57
224	Sunami	34		
225	Rachul Alnanto	14		
226	Rafli Aditya	8		
227	Ravela Andini	5		
228	Tapa	57	Tani	58
229	Solika	54		
230	Kustiya	21		
231	Sri Wahyuni	20		
232	Misdi	59	Dagang	59
233	Suyatno	16		Cucu
234	Sugianto	11		Cucu
235	Rika	6		Cucu
236	Suwarno	49		60
237	Subiantoro	23		Bekerja
238	Suliatiani	19		
239	Tiami	50		61
240	Khoiril	34	Swasta	
241	Kunaeni	54	Janda	62
242	Pitanto	31		Menikah
243	Aisya Izza Azahro	5		