

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Spiritualitas

1. Definisi Spiritualitas

Menurut Adler, manusia adalah makhluk yang sadar, yang berarti bahwa ia sadar terhadap semua alasan tingkah lakunya, sadar inferioritasnya, mampu membimbing tingkah lakunya, dan menyadari sepenuhnya arti dari segala perbuatan untuk kemudian dapat mengaktualisasikan dirinya. (dalam Mahpur&Habib,2006:35)

Spiritualitas diarahkan kepada pengalaman subjektif dari apa yang relevan secara eksistensial untuk manusia. Spiritualitas tidak hanya memperhatikan apakah hidup itu berharga, namun juga fokus pada mengapa hidup berharga.

Menjadi spiritual berarti memiliki ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material. Spiritualitas merupakan kebangkitan atau pencerahan diri dalam mencapai tujuan dan makna hidup. Spiritualitas merupakan bagian esensial dari keseluruhan kesehatan dan kesejahteraan seseorang. (Hasan, 2006:288)

Carl Gustav Jung mengatakan,

“Dari sekian banyak pasien yang saya hadapi, tak satupun dari mereka yang *problem* utamanya bukan karena pandangan religius, dengan kata lain mereka sakit karena tidak ada rasa beragama dalam diri mereka, apalagi semuanya sembuh

setelah bertekuk lutut di hadapan agama.” (dalam Ihsan, 2012:9)

Ternyata, kemudian ilmu pengetahuan dan agama keduanya merupakan kunci berharga untuk membuka pintu rumah berharga dunia untuk mengetahui Dia sebagai Pencipta. (Piedmont, 1999:985)

Menurut Fontana&Davic, definisi spiritual lebih sulit dibandingkan mendefinisikan agama atau *religion*, dibanding dengan kata *religion*, para psikolog membuat beberapa definisi spiritual, pada dasarnya spiritual mempunyai beberapa arti, diluar dari konsep agama, kita berbicara masalah orang dengan *spirit* atau menunjukkan *spirit* tingkah laku . kebanyakan *spirit* selalu dihubungkan sebagai faktor kepribadian. Secara pokok spirit merupakan energi baik secara fisik dan psikologi, (dalam Tamami,2011:19)

Secara terminologis, spiritualitas berasal dari kata “*spirit*”. Dalam literatur agama dan spiritualitas, istilah *spirit* memiliki dua makna substansial, yaitu:

- a. Karakter dan inti dari jiwa-jiwa manusia, yang masing-masing saling berkaitan, serta pengalaman dari keterkaitan jiwa-jiwa tersebut yang merupakan dasar utama dari keyakinan spiritual. “*Spirit*” merupakan bagian terdalam dari jiwa, dan sebagai alat komunikasi atau sarana yang memungkinkan manusia untuk berhubungan dengan Tuhan.
- b. “*Spirit*” mengacu pada konsep bahwa semua “spirit” yang saling berkaitan merupakan bagian dari sebuah kesatuan

(*consciousness and intellect*) yang lebih besar.

(<http://www.wikipedia.com>)

Menurut kamus Webster (1963) kata spirit berasal dari kata benda bahasa latin '*Spiritus*' yang berarti nafas (breath) dan kata kerja "*Spirare*" yang berarti bernafas. Melihat asal katanya , untuk hidup adalah untuk bernafas, dan memiliki nafas artinya memiliki spirit. Menjadi spiritual berarti mempunyai ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material. Spiritualitas merupakan kebangkitan atau pencerahan diri dalam mencapai makna hidup dan tujuan hidup. Spiritual merupakan bagian esensial dari keseluruhan kesehatan dan kesejahteraan seseorang. (dalam Tamami, 2011:19)

Spiritualitas kehidupan adalah inti keberadaan dari kehidupan. Spiritualitas adalah kesadaran tentang diri dan kesadaran individu tentang asal, tujuan, dan nasib. (Hasan, 2006:294)

Pada penelitian-penelitian awal, baik spiritualitas maupun agama sering dilihat sebagai dua istilah yang memiliki makna yang hampir sama. Apa yang dimaksud dengan spiritualitas dan apa yang dimaksud dengan agama sering dianggap sama dan kadang membingungkan. Namun kemudian, spiritualitas telah dianggap sebagai karakter khusus (*connotations*) dari keyakinan seseorang yang lebih pribadi, tidak terlalu dogmatis, lebih terbuka terhadap pemikiran-pemikiran baru dan beragam

pengaruh, serta lebih pluralistik dibandingkan dengan keyakinan yang dimaknai atau didasarkan pada agama-agama formal (<http://www.wikipedia.com>)

Dalam penelitian Piedmont selalu menggunakan konsep pengukuran spiritualitas yang dilandaskan pada kepribadian seseorang sebagai bukti perbedaan karakter individu. Piedmont mengadopsi konsep kepribadian *Five-Factor Model* (FFM). Model tersebut telah dikembangkan secara empiris (dalam Costa dan McCrae, 1992), dan berisi dimensi *Neuroticism*, *Extraversion*, *Openness*, *Agreeableness*, dan *Conscientiousness*. Variasi dimensi-dimensi tersebut telah ditemukan turun temurun. Kelima dimensi tersebut bukanlah penggambaran ringkas perilaku akan tetapi pengelompokkan kecenderungan individu dalam berpikir, berperilaku, dan merasakan dalam cara yang konsisten. Kelima hal itu telah ditunjukkan mendekati stabil diantara orang dewasa normal, dan memprediksi jarak yang lebih lebar atas akibat kehidupan relevan, termasuk kesejahteraan dan kemampuan *coping*. (Piedmont, 1999:987)

Akhirnya, jika konstruk spiritualitas menemukan penerimaan sampai ilmu sosial yang lebih luas, peneliti akan membutuhkan pengumpulan dokumen tambahan dan nilai empiris begitu dimensi terlengkapi. (Piedmont, 1999:987)

Menurut perspektif Piedmont (1999:988), sebagai manusia erat menyadari kefanaan diri sendiri. Dengan demikian, kita berusaha untuk

membangun hasrat terhadap tujuan dan makna bagi memimpin kehidupan kita. Piedmont mempertanyakan tujuan eksistensi manusia dan nilai hidup yang diterapkan di dunia yang ditinggali. Jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tentang eksistensi manusia membantu kita untuk merajut 'benang' bagi kehidupan kita yang beragam bagi lebih berarti dampaknya yang memberikan kemauan dalam diri dan hidup produktif. Jawaban-jawaban ini juga menuntun kita untuk mengembangkan rasa transendensi spiritual, atau kapasitas individu untuk berdiri dari waktu dan tempat diluar yang mereka rasakan secara langsung, untuk melihat kehidupan dari yang lebih besar, perspektif yang lebih obyektif. Perspektif transenden ini adalah salah satu di mana orang melihat kesatuan fundamental yang mendasari aspirasi beragam alam.

Secara eksplisit, Piedmont memandang spiritualitas sebagai rangkaian karakteristik motivasional (*motivational trait*), kekuatan emosional umum yang mendorong, mengarahkan, dan memilih beragam tingkah laku individu. (Piedmont, 2001:7)

Lebih jauh, Piedmont mendefinisikan spiritualitas sebagai usaha individu untuk memahami sebuah makna yang luas akan pemaknaan pribadi dalam konteks kehidupan setelah mati (*eschatological*). Hal ini berarti bahwa sebagai manusia, kita sepenuhnya sadar akan kematian (*mortality*). Dengan demikian, kita akan mencoba sekuat tenaga untuk membangun beberapa pemahaman akan tujuan dan pemaknaan akan hidup yang sedang kita jalani. (Piedmont, 2001:5)

Spiritualitas merupakan dimensi yang berbeda dari perbedaan individu. Sebagai dimensi yang berbeda, spiritualitas membuka pintu untuk memperluas pemahaman kita tentang motivasi manusia dan tujuan kita, sebagai makhluk, mengejar dan berusaha untuk memuaskan diri. Kita tidak harus menjadi terlalu antusias tentang kemampuan spiritualitas untuk memberikan jawaban akhir untuk pertanyaan kami tentang kondisi manusia. (Piedmont, 2001:9-10)

Dengan landasan pengembangan ukuran spiritualitas dalam taksonomi berbasis sifat, secara eksplisit, Piedmont (2001) melihat spiritualitas sebagai sifat motivasi, adanya kekuatan afektif nonspesifik yang mendorong, mengarahkan, dan memilih perilaku. (Piedmont, 2001:7)

Transendensi spiritual merefleksikan kemampuan individu berdiri tegak dalam rasa terhadap waktu dan tempat dan memandang hidup dari pandangan lebih jamak, perspektif yang berbeda. ini merefleksikan sebuah realisasi bahwa ada makna lebih dalam dan tujuan hidup yang termasuk dalam sebuah hubungan lebih abadi atau lama, hubungan dengan yang di atas. (Piedmont, 2009:5)

Transendensi merupakan pengalaman, kesadaran dan penghargaan terhadap dimensi transendental terhadap kehidupan di atas diri seseorang.. (Hasan, 2006:289)

Sedangkan, menurut Wigglesworth (dalam Schreurs:2002), spiritualitas memiliki dua komponen yaitu vertikal dan horizontal:

- a. Komponen vertikal, yaitu sesuatu yang suci, tidak terbatas tempat dan waktu, sebuah kekuatan yang tinggi, sumber, kesadaran yang luar biasa. Keinginan untuk berhubungan dengan dan diberi petunjuk oleh sumber ini.
- b. Komponen horizontal, yaitu melayani teman-teman manusia dan planet secara keseluruhan. (<http://google.com/usu>)

Ahli lain menyebutkan definisi lain terkait spiritualitas, yakni spiritualitas merupakan pencarian terhadap sesuatu yang bermakna (*a search of the sacred*). (Synder&Lopez,2005)

Spiritualitas merupakan terjemahan dari kata *ruhaniyah*. Ruhaniyah itu sendiri secara kebahasaan berasal dari kata ruh. Al Qur'an menginformasikan bahwa ruh manusia ditiupkan langsung oleh Allah setelah fisik terbentuk dalam rahim. (Aman, 2013:22)

Menurut Aman (2013:20), Spiritual dalam pengertian luas merupakan hal yang berhubungan dengan *spirit*, sesuatu yang spiritual memiliki kebenaran yang abadi yang berhubungan dengan tujuan hidup manusia, sering dibandingkan dengan Sesuatu yang bersifat duniawi, dan sementara, Didalamnya mungkin terdapat kepercayaan terhadap kekuatan supernatural seperti dalam agama , tetapi memiliki penekanan terhadap pengalaman pribadi. Spiritual dapat merupakan ekspresi dari kehidupan yang dipersepsikan lebih tinggi, lebih kompleks atau lebih terintegrasi dalam pandangan hidup seseorang,dan lebih dari pada hal yang bersifat inderawi. Salah satu aspek dari menjadi spiritual adalah memiliki arah

tujuan, yang secara terus menerus meningkatkan kebijaksanaan dan kekuatan berkehendak dari seseorang, mencapai hubungan yang lebih dekat dengan ketuhanan dan alam semesta dan menghilangkan ilusi dari gagasan salah yang berasal dari alat indera, perasaan, dan pikiran. Pihak lain mengatakan bahwa aspek spiritual memiliki dua proses, pertama proses keatas yang merupakan tumbuhnya kekuatan internal yang mengubah hubungan seseorang dengan Tuhan, kedua proses ke bawah yang ditandai dengan peningkatan realitas fisik seseorang akibat perubahan internal. Konotasi lain perubahan akan timbul pada diri seseorang dengan meningkatnya kesadaran diri, dimana nilai-nilai ketuhanan didalam akan termanifestasi keluar melalui pengalaman dan kemajuan diri,

Menurut Nico Syukur (dalam Tamami, 2013:20-21), apakah ada perbedaan antara spiritual dan religius, spiritualitas adalah kesadaran diri dan kesadaran individu tentang asal , tujuan dan nasib. Agama adalah kebenaran mutlak dari kehidupan yang memiliki manifestasi fisik diatas dunia. Agama merupakan praktek prilaku tertentu yang dihubungkan dengan kepercayaan yang dinyatakan oleh institusi tertentu yang dihubungkan dengan kepercayaan yang dinyatakan oleh institusi tertentu yang dianut oleh anggota-anggotanya. Agama memiliki kesaksian iman , komunitas dan kode etik, dengan kata lain spiritual memberikan jawaban siapa dan apa seseorang itu (keberadaan dan kesadaran) , sedangkan agama memberikan jawaban apa yang harus dikerjakan seseorang (prilaku

atau tindakan). Seseorang bisa saja mengikuti agama tertentu , namun memiliki spiritualitas . Orang – orang dapat menganut agama yang sama, namun belum tentu mereka memiliki jalan atau tingkat spiritualitas yang sama.

Menurut Rosito (2010:37), spiritualitas meliputi upaya pencarian, menemukan dan memelihara sesuatu yang bermakna dalam kehidupannya. Pemahaman akan makna ini akan mendorong emosi positif baik dalam proses mencarinya, menemukannya dan mempertahankannya. Upaya yang kuat untuk mencarinya akan menghadirkan dorongan (*courage*) yang meliputi kemauan untuk mencapai tujuan walaupun menghadapi rintangan, dari luar maupun dari dalam. Pada dorongan itu tercakup kekuatan karakter keberanian (*bravery*), kegigihan (*persistence*), semangat (*zest*). Apabila sesuatu yang bermakna tersebut ditemukan, maka karakter itu akan semakin kuat di dalam diri seseorang, terutama dalam proses menjaga dan mempertahankannya. Semakin seseorang memiliki makna akan hidupnya, semakin bahagia dan semakin efektif dalam menjalani kehidupannya.

Spiritualitas telah dianggap sebagai karakter khusus (*connotations*) dari keyakinan seseorang yang lebih pribadi, tidak terlalu dogmatis, lebih terbuka terhadap pemikiran-pemikiran baru dan beragam pengaruh, serta lebih pluralistic dibandingkan dengan keyakinan yang dimaknai atau didasarkan pada agama-agama formal. (<http://www.wikipedia.com>)

Spiritualitas berhubungan erat dengan pengalaman pribadi yang bersifat transendental dan individual dalam hubungan individu dengan sesuatu yang dianggapnya bermakna. (Rosito, 2010:37)

2. Aspek-aspek Spiritualitas

Piedmont (2001:7) mengembangkan sebuah konsep spiritualitas yang disebutnya *Spiritual Transendence*. Yaitu kemampuan individu untuk berada di luar pemahaman dirinya akan waktu dan tempat, serta untuk melihat kehidupan dari perspektif yang lebih luas dan objektif. Perspektif transendensi tersebut merupakan suatu perspektif dimana seseorang melihat satu kesatuan fundamental yang mendasari beragam kesimpulan akan alam semesta. Konsep ini terdiri atas tiga aspek, yaitu:

- a. *Prayer Fulfillment* (pengamalan ibadah), yaitu sebuah perasaan gembira dan bahagia yang disebabkan oleh keterlibatan diri dengan realitas transeden.
- b. *Universality* (universalitas), yaitu sebuah keyakinan akan kesatuan kehidupan alam semesta (*nature of life*) dengan dirinya.
- c. *Connectedness* (keterkaitan), yaitu sebuah keyakinan bahwa seseorang merupakan bagian dari realitas manusia yang lebih besar yang melampaui generasi dan kelompok tertentu.

Dari konsep di atas, dalam literatur sebelumnya, Piedmont (1999:989) memaparkan secara gamblang terkait ketiga komponen tersebut, terdiri atas :

1. *A sense of connectedness* menggambarkan suatu keyakinan atas salah satu bagian terbesar kontribusi kehidupan manusia sangat diperlukan dalam menciptakan kehidupan demi kelanjutan keharmonisan.
2. *Universality*, menggambarkan suatu keyakinan atas kesatuan alam dalam kehidupan.
3. *Prayer fulfillment* menggambarkan suatu perasaan gembira dan kesukaan atas hasil dari pertemuan manusia dengan realitas transenden.

Kedua konsep Piedmont di atas yang memaparkan aspek spiritualitas yang terdiri dari tiga aspek, yang termanifestasi melalui suatu alat ukur spiritualitas yang dikembangkan Piedmont (1999:985-986) yaitu *Spiritual Transcendence Scale* (STS) memiliki beberapa indikator dan deskripsi perilaku spiritual, yaitu:

- a. Pengamalan ibadah, sebuah pengalaman perasaan berbahagia dan bersukacita serta keterlibatan diri yang dialami *prayer*. *Prayer* memiliki rasa kekuatan pribadi. *Prayer* mengambil manfaat atas ibadah yang dilakukan.

- b. Universalitas, suatu keyakinan terhadap kesatuan dan tujuan hidup, sebuah perasaan bahwa kehidupan saling berhubungan dan hasrat berbagi tanggungjawab pada makhluk ciptaan lainnya.
- c. Keterkaitan, suatu hasrat tanggungjawab pribadi terhadap yang lain yang meliputi hubungan vertikal, komitmen antar generasi, dan hubungan horizontal serta komitmen terhadap kelompoknya.

Segi ketiga dimensi spiritualitas tersebut berasal dari dua sumber, pertama, pemahaman penulis terkait spiritualitas yang merupakan representasi atas agama yang beragam dan pembacaan karakteristik psikologis dalam area itu. Kedua, penulis mengumpulkan kelompok fokus terdiri atas pelajar/cendekiawan agama dari tradisi bermacam-macam, termasuk kelompok Kristen, Yahudi, Buddha dan Hindu. (Piedmont, 1999:989)

Aspek di atas senada dengan Elkins, dkk (dalam Adami, 2006:33) menjelaskan spiritualitas sebagai bentuk multidimensi yang dibangun dari Sembilan aspek utama, yaitu:

- a. Dimensi transendental (*transcendent dimension*), yakni meyakini secara lebih dalam dari apa yang dilihat dan dirasakan. Hal ini mungkin atau mungkin juga tidak terkait kepercayaan kepada

Tuhan, serta meyakini bahwa keinginan diri sendiri ditentukan melalui hubungan harmonis dengan dimensi ini.

- b. Makna dan tujuan dalam hidup (*meaning and purpose in life*), yakni setiap orang memiliki tujuan hidup yang muncul dari sebuah proses pencarian makna secara terus menerus.
- c. Misi dalam hidup (*mission of life*), yakni memiliki rasa tanggungjawab terhadap hidup dengan memahami bahwa eksistensi dirinya terdiri dari beragam kewajiban yang harus dijalani.
- d. Kesucian dalam hidup (*sacredness of life*), yakni meyakini bahwa semua kehidupan dan semua hal di dalamnya adalah suci.
- e. Nilai-nilai kebendaan (*material values*), yakni menyadari bahwa kepuasan dan kebahagiaan tertinggi berasal dari nilai-nilai spiritual, bukan berasal dari hal-hal yang bersifat kebendaan.
- f. Altruisme (*altruism*) yakni meyakini keadilan sosial, dan menyadari bahwa tidak ada seorang pun yang dapat hidup tanpa adanya interaksi sosial dengan orang lain.
- g. Idealisme (*idealism*), yaitu menghormati potensi-potensi positif dalam semua aspek kehidupan seseorang.
- h. Kesadaran akan kemampuan tinggi untuk berempati (*awareness of high emphatic capacity*), yakni kesadaran yang mendalam untuk mengambil makna dari rasa sakit, penderitaan, serta kematian, bahwa hidup itu bernilai.

- i. Manfaat spiritualitas (*fruits of spirituality*), yakni nilai-nilai spiritualitas bisa diwujudkan dalam hubungan dengan diri sendiri, oranglain, dan alam.

Smith (1994) merangkum sembilan aspek spiritualitas yang diungkapkan oleh Elkins, dkk. tersebut menjadi empat aspek sebagaimana berikut:

- a. Merasa yakin bahwa hidup sangat bermakna. Hal ini mencakup rasa memiliki misi dalam hidup.
- b. Memiliki sebuah komitmen aktualisasi potensi-potensi positif dalam setiap aspek kehidupan. Hal ini mencakup kesadaran bahwa nilai-nilai spiritual menawarkan kepuasan yang lebih besar dibandingkan nilai-nilai material, serta spiritualitas memiliki hubungan integral dengan seseorang, diri sendiri, dan semua orang.
- c. Menyadari akan keterkaitan dan tersentuh oleh penderitaan orang lain.
- d. Meyakini bahwa berhubungan dengan dimensi transedensi adalah menguntungkan. Hal ini mencakup perasaan bahwa segala hal dalam hidup adalah suci.

Menurut Piedmont (1999:989), ketiga aspek atau dimensi transedensi spiritual telah dievaluasi terutama dalam penelitiannya terdahulu, dan terdapat perkiraan bidang itu. Bagaimanapun juga, ada beberapa segi lain yang butuh dieksplorasi yang terdiri atas :

1. *Tolerance of paradoxes*, yakni kemampuan untuk hidup dengan tidak menetap dan berlawanan dengan kehidupan sendiri, berpikir hal-hal secara terminologi “*both-and*” daripada “*either-or*”.
2. *Nonjudgmentality*, yakni sebuah kemampuan untuk menerima hidup dan lainnya dalam masanya sendiri, menghindari membuat nilai keputusan, sensitifitas terhadap kebutuhan dan kesusahan hidup lainnya.
3. *Existentiality*, yakni sebuah hasrat hidup sesaat dan mencakup pengalaman-pengalaman bahwa kehidupan menghadapi kita dengan sebuah kesempatan tumbuh dan bahagia.
4. *Gratefulness*, yakni sebuah rasa bawaan agar hebat dan bersyukur atas semua rejeki atau anugrah dan keutamaan langka dalam kehidupan.

Spiritualitas menggambarkan bidang terorganisir bertingkat atas fungsi psikologis. Pada tingkat lebih global memberikan indeks keseluruhan dari tingkat individu yang berkomitmen pada realita yang dapat diraba, dan derajat pengalaman dukungan emosi selanjutnya. Sebuah analisis beberapa segi mengijinkan untuk mengevaluasi lebh bagaimana individu bernegosiasi pada pencarian atau pemaknaan dirinya sendiri. (Piedmont, 1997:989)

Pendapat di atas senada dengan pendapat Koziar (2004) mengungkapkan bahwa dimensi spiritual berupaya untuk mempertahankan keharmonisan atau keselarasan dengan dunia luar, berjuang untuk menjawab atau mendapatkan kekuatan ketika sedang menghadapi stress emosional, penyakit fisik, atau kematian. Dimensi spiritual juga dapat menumbuhkan kekuatan yang timbul di luar kekuatan manusia. (<http://www.google.com/usu>)

Menurut Hawari (2002), spiritualitas sebagai suatu yang multidimensi, yaitu dimensi eksistensi dan dimensi agama, dimensi eksistensial berfokus pada tujuan dan arti kehidupan, sedangkan dimensi agama lebih berfokus pada hubungan seseorang dengan Tuhan Yang Maha Kuasa. Spiritualitas sebagai konsep dua dimensi. Dimensi vertikal adalah hubungan dengan Tuhan atau Yang Maha Tinggi yang menuntuk kehidupan seseorang, sedangkan dimensi horizontal adalah hubungan seseorang dengan diri sendiri, dengan oranglain dan dengan lingkungan. Terdapat hubungan yang terus menerus antara dua dimensi tersebut. (<http://www.google.com/usu>)

Menurut Holt, dkk (dalam Adami, 2006:31), sedikitnya ada dua bentuk dimensi dari spiritualitas, yaitu:

- a. Dimensi keimanan (*the beliefs dimension*) yang melibatkan keyakinan spiritual dari aktifitas yang tak kasat mata. Misalnya, merasakan hubungan yang dekat dengan Tuhan.

- b. Dimensi perilaku atau amal (*the behavioral dimension*) yang dicirikan dengan aktifitas-aktifitas spiritual yang bisa diamati serta melibatkan materi-materi religius atau menghadiri peribadatan agama.

3. Faktor yang Berhubungan dengan Spiritualitas

Spiritualitas adalah komponen prediksi penting dalam jenis hasil psikososial positif. Kecenderungan-kecenderungan kesejahteraan emosi, kematangan psikologis, gaya interpersonal, dan altruistik semuanya berhubungan signifikan pada satu orientasi spiritual. Penemuan tersebut secara konsisten dengan literatur besar mengumpulkan pengaruh spiritualitas yang mudah pada kesehatan mental. Spiritualitas membuat kontribusi langka pada pemahaman kita terhadap akibat atau hasil. (Piedmont, 2007:103)

Dyson dalam Young (2007) menjelaskan tiga faktor yang berhubungan dengan spiritualitas, yaitu:

- a. Diri sendiri

Jiwa seseorang dan daya jiwa merupakan hal yang fundamental dalam eksplorasi atau penyelidikan spiritualitas.

- b. Sesama

Hubungan seseorang dengan sesama sama pentingnya dengan diri sendiri. Kebutuhan untuk menjadi anggota masyarakat dan saling

keterhubungan telah lama diakui sebagai bagian pokok pengalaman manusiawai.

c. Tuhan

Pemahaman tentang tuhan dan hubungan manusia dengan Tuhan secara tradisional dipahami dalam kerangka hidup keagamaan. Akan tetapi, dewasa ini telah dikembangkan secara lebih luas dan tidak terbatas. Tuhan dipahami sebagai daya yang menyatukan, prinsip hidup atau hakikat hidup. Kodrat Tuhan mungkin mengambil berbagai macam bentuk dan mempunyai makna yang berbeda bagi satu orang dengan oranglain. Manusia mengalami Tuhan dalam banyak cara seperti dalam suatu hubungan, alam, music seni, dan hewa peliharaan. (<http://www.google.com/usu>)

Howard (2002) menambahkan satu faktor yang berhubungan dengan spiritualitas, yaitu lingkungan. Young (2007) mengartikan bahwa lingkungan adalah segala sesuatu yang berada di sekitar seseorang.

Piedmont memiliki konsep pengukuran Spiritualitas yang disebut dengan *Spiritual Transendence Scale* (STS), yang mana aitem-aitem didalamnya disesuaikan atau digeneralisir sesuai dengan tradisi keagamaan yang ada di dunia ini, sehingga dapat diterapkan dimanapun. Pengukuran spiritualitas tersebut dikembangkan melalui landasan kepribadian, dan pemahaman Piedmont spiritualitas bagian dari motivasi intrinsic individu dalam memaknai kehidupan, terutama kehidupan setelah mati.

Spiritualitas dapat diukur dengan mengukur seberapa sukses individu dalam pencarian terhadap sesuatu yang bermakna dengan menggunakan kriteria yang berorientasi pada spiritualitas seperti kebahagiaan spiritual (*spiritual well-being*). Spiritualitas dapat juga diukur melalui kesehatan mental, fisik dan kehidupan sosial yang dapat diamati. (Rosito, 2010:34)

Spiritualitas yang matang akan mengantarkan seseorang bisa menempatkan diri pada tempat yang sesuai atau pas dan melakukan apa yang seharusnya dilakukan, serta mampu menemukan hal-hal yang ajaib. (Aman, 2013:25)

4. Spiritualitas dalam Perspektif Islam

Dalam terminologi Islam, konsep spiritualitas berhubungan langsung dengan Al Qur'an dan Sunnah Nabi. Nasr (1994) menyatakan bahwa ayat-ayat Al Qur'an dan perilaku Nabi Muhammad mengandung praktik-praktik serta makna-makna spiritual. Al Qur'an maupun Sunnah Nabi mengajarkan beragam cara untuk meraih kehidupan spiritual yang tertinggi. Dalam sejarah Islam, aspek tradisi ini dikenal sebagai (jalan menuju Tuhan), yang sekarang lebih dikenal dengan tasawuf. Tasawuf bertujuan untuk mempertahankan nilai-nilai Al Qur'an dan Sunnah Nabi melalui sikap hidup yang baik. Hal ini menyangkut kesucian batin dari segala aspek, menjaga kejujuran, ketulusan, kesungguhan, kesederhanaan,

kepedulian, serta kemampuan untuk mencari dan memahami substansi islam dalam maknanya yang paling dalam. (Adami, 2006:30)

Spiritualitas ialah kesadaran ruhani untuk berhubungan dengan kekuatan besar, merasakan nikmatnya ibadah (mistik), menemukan nilai-nilai keabadian, menemukan makna hidup dan keindahan, membangun keharmonisan dan keselarasan dengan semesta alam, menangkap sinyal dan pesan di balik fakta, menemukan pemahaman yang menyeluruh, dan berhubungan dengan hal-hal yang gaib. (Aman, 2013:24)

Menurut Baharuddin (2004:135-136), dalam konsep psikologi islami ada istilah *Al-Ruh*, sebagai dimensi spiritual psikis manusia. Dimensi dimaksudkan adalah sisi psikis yang memiliki kadar dan nilai tertentu dalam system 'organisasi jiwa manusia'. Dimensi spiritual dimaksudkan adalah sisi jiwa yang memiliki sifat-sifat *ilahiyah* (ketuhanan) dan memiliki daya untuk menarik dan mendorong dimensi-dimensi lainnya untuk mewujudkan sifat-sifat Tuhan dalam dirinya. Pemilikan sifat-sifat Tuhan bermakna memiliki potensi-potensi luhur batin. Potensi-potensi itu melekat pada dimensi-dimensi psikis manusia dan memerlukan aktualisasi.

Dimensi psikis manusia yang bersumber secara langsung dari Tuhan ini adalah dimensi *al-ruh*. Dimensi al-ruh ini membawa sifat-sifat dan daya-daya yang dimiliki oleh sumbernya, yaitu Allah. Dimensi al-ruh

merupakan daya potensialitas internal dalam diri manusia yang akan mewujudkan secara actual sebagai khalifah Allah. (Baharuddin, 2004:136)

Manusia adalah makhluk Allah yang sempurna yang diciptakan untuk menjadi khalifah Allah di muka bumi dengan tujuan semata-mata beribadah kepada-Nya. Allah berfirman :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

Artinya :

"Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya."

(QS. At-Tin : 4, Al Qur'an Mushaf Aisyah, 2010)

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً
قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ
بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya :

"Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para Malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." Mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak

kamu ketahui."” (QS.Al Baqarah:30, Al Qur'an Mushaf Aisyah, 2010)

Kedua ayat di atas menggambarkan komponen atau aspek spiritualitas Piedmont pengalaman ibadah (*prayer fulfillment*) sebagai bentuk keintiman antara hamba dan Tuhannya (hubungan transenden), *connectedness* (keyakinan antara keterakitan diri sendiri dengan generasi lain lintas waktu) dan *universality* yang mana manusia merupakan satu kesatuan dengan alam di sekitarnya.

Pemikiran Piedmont juga termaktub dalam ayat lain yang menandakan kedekatan Allah SWT dengan hamba-hamba-Nya, yaitu :

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ
فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾

Artinya:

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu (Muhammad) tentang Aku, maka sesungguhnya Aku dekat. Aku kabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada-Ku. Hendaklah mereka itu memenuhi (perintah)-Ku dan beriman kepada-Ku agar mereka memperoleh kebenaran.” (Al-Baqarah:186, Al Qur'an Mushaf Aisyah, 2010)

Spiritualitas manusia di dalam Islam disebutkan banyak dalam Al Qur'an seperti di atas yang kemudian diperkuat oleh firman Allah SWT sebagai berikut:

﴿٥٦﴾ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya :

“Aku tidak menciptakan jin dan manusia, melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku.” (QS. Adz-Zaariyat:56, Al Qur'an Mushaf Aisyah, 2010)

Konsep tersebut adalah dasar bertasawuf dalam Islam. Menurut Rasulullah SAW, setiap muslim hendaklah selalu menjalin hubungan yang intim dengan tuhan-Nya setiap saat. Sebab, bagi muslim, setiap gerak anggota badan, panca indera dan bahkan hati, adalah rangkaian pemenuhan kewajiban ibadah kepada-Nya. (Tamami, 2011:25)

Dalam konsep Piedmont yang lebih mengarahkan pada kesadaran makna hidup dan kehidupan setelah mati selaras dengan firman Allah SWT tentang kembalinya makhluk hidup pada-Nya melalui proses kematian, yaitu:

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

Artinya :

“*Sesungguhnya kami adalah milik Allah SWT, dan sesungguhnya kami kepada-Nya akan kembali.*” (QS.Al-Baqarah:156, Al Qur’an Mushaf Aisyah, 2010)

Ayat di atas menjelaskan bahwa tidak ada yang kekal di dunia ini kecuali sang Pemilik Kekuatan Tak Terbatas yakni Allah SWT. Manusia diajarkan untuk terus berkesadaran bahwa ada kehidupan lain setelah kematian. Dan, sebagai manusia seharusnya terus meningkatkan spiritualitas selama hidup agar memenuhi ketiga aspek spiritualitas menurut konsep Piedmont.

B. Resiliensi *Survivor* Remaja Pasca Bencana

1. Definisi Resiliensi

Menurut beberapa ahli (dalam Rosyani, C.Rizky.2012:5-6) dalam awal studi resiliensi mengatakan bahwa pada awalnya, resiliensi dianggap *trait* kepribadian yang bekerja setelah seseorang mengalami peristiwa traumatis dalam hidup (Klohn, 1996, Hermann, Stewart, Diaz-Granados, Berger, Jackson & Yuen, 2011). *Trait* itu sendiri merupakan disposisi yang relative permanen pada seorang individu dimana hal tersebut disimpulkan dari tingkah laku (Feist & Feist, 2009). Seiring dengan berjalannya waktu, pandangan mengenai resiliensi bergeser menjadi sebuah state atau predisposisi untu bertingkah laku yang relatif sementara, dimana hal ini berlawanan dengan *trait* kepribadian (Cohen & Swerdik, 2010). Salah satu ahli yang memandang resiliensi sebagai sebuah state

adalah Wagnild dan Young (1993), serta fungsi keluarga yang efektif (Richmond & Beradslee, 1988 dalam Wagnild & Young, 1993).

Menurut Grotberg (1996) dalam *The International Resilience Project Findings from the Research and the Effectiveness of Interventions*, "Resiliensi adalah kapasitas universal yang memungkinkan individu, kelompok atau komunitas untuk mencegah, meminimalisir atau mengatasi pengaruh merugikan atas kesengsaraan atau kesulitan. Resiliensi dapat mengubah atau membuat lebih kuat kehidupan yang memiliki resilien. Perilaku resiliensi bisa jadi dalam bentuk respon atas kesengsaraan atau perkembangan normal." (Desmita, 2013:228)

Menurut Grotberg (1995:1), Konsep resiliensi menitikberatkan pada pembentukan kekuatan individu sehingga kesulitan dapat dihadapi dan diatasi, walaupun konsep resiliensi bukanlah satu-satunya, dalam penjelasannya kebetulan menyisakan suatu masalah. Satu poin penting yang para peneliti telah mengenali faktor-faktor khusus seperti kepercayaan dalam hubungan relasi, di luar dukungan emosi keluarga, harga diri, dorongan motivasi diri sendiri, harapan, tanggungjawab mengambil resiko, rasa kasih sayang, prestasi sekolah, meyakini Tuhan dan moralitas, cinta yang tak terduga pada seseorang. Akan tetapi, tidak cukup memahami dinamika interaksi faktor-faktor tersebut, nilai-nilainya berbeda konteks, ekspresi dan sumbernya.

Masih menurut Grotberg, resiliensi adalah suatu kemampuan atau kapasitas universal yang memungkinkan dimiliki seseorang, kelompok atau komunitas untuk mencegah, meminimalkan atau menghadapi/menghilangkan pengaruh yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan. Resiliensi dapat mengubah atau lebih menguatkan hidup bagi siapapun yang resilien (berdaya lentur). Perilaku resilien akan menyesuaikan kondisi yang tidak menyenangkan dalam bentuk hambatan atau perkembangan normal meskipun kondisi tidak menyenangkan atau membuat mereka berhasil melewatinya dengan baik. Selanjutnya, resiliensi tentunya tidak dianjurkan karena kondisi yang tidak menyenangkan, tetapi, memang dikembangkan dalam mengantisipasi kondisi tak menyenangkan yang tidak terelakkan. (Grotberg, 1997:3)

Dalam sumber berbeda Grotberg berpendapat bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari, atau berubah melalui kesulitan-kesulitan yang tidak terhindarkan. (Grotberg, 2003:107)

Pendapat Grotberg di atas didukung dengan Reivich dan Shatte (2002) menyatakan resiliensi adalah kapasitas untuk merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi adalah hal yang penting ketika membuat keputusan yang berat dan sulit di saat-saat terdesak. Selanjutnya

dijelaskan bahwa resiliensi merupakan *mind-set* yang mampu meningkatkan seseorang untuk mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai proses yang meningkat.

Selanjutnya, resiliensi tidak hanya penting sebatas dikenalkan pada saat kondisi tak menyenangkan itu terjadi, akan tetapi faktanya dapat dikembangkan dalam mengantisipasi kondisi tak menyenangkan yang tak terelakkan. (Grotberg, 1997:4)

Ada beberapa sebab terjadinya suatu hal pada anak-anak dan orang dewasa menghadapi dan mengatasi kesengsaraan hidup mereka berdasarkan fakta bahwa kenyataan mereka menyorankan mereka akan dihadapkan pada kemalangan. Inilah beberapa pengalaman realita orang-orang yang pernah alami. (Grotberg,1995:4)

Resiliensi dapat menciptakan dan memelihara sikap positif untuk mengeksplorasi, sehingga seseorang menjadi percaya diri berhubungan dengan orang lain, serta lebih berani mengambil resiko atas tindakannya. Setiap individu memiliki kapasitas untuk menjadi resilien. Konsep resiliensi menitikberatkan pada pembentukan kekuatan individu sehingga kesulitan dapat dihadapi dan diatasi.

Menurut Benson, resiliensi merupakan salah satu bentuk kesadaran seseorang untuk mengubah pola pikir dalam menghadapi permasalahan sehingga tidak mudah putus asa. Begitu juga menurut Kendall, resiliensi juga dipahami sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi, sehingga

dapat menempatkan diri dengan baik terhadap pengalaman yang tidak menyenangkan. Salah satu contoh yaitu dalam menghadapi permasalahan. (dalam Dewi, Djoenaina & Melisa. 2004:103)

Menurut Hiew, mengatakan bahwa resiliensi merupakan adaptasi yang ada dalam diri individu untuk mengatasi permasalahan yang sulit dalam hidupnya dan tetap terbebas dari simtom psikopatologi. (dalam Dewi, Djoenaina & Melisa. 2004:103)

Menurut Reich et al:2010 (dalam Iqbal, 2011:17), resiliensi telah menjadi salah satu konsep psikologi yang integratif dan *heuristic* yang muncul pada abad ke-21 dalam kajian ilmu sosial. Meskipun banyak terdapat variasi dalam definisi dan karakteristik, resiliensi muncul menjadi dua domain utama dalam arus berpikir manusia yang kemudian menjadi pokok dari arti konsep ini, yaitu:

- a. Sebagai respon atas stress, resiliensi fokus pada pemulihan (*recovery*), yaitu kemampuan untuk kembali dari kondisi stress, atau suatu kapasitas untuk mendapatkan kembali keseimbangan (*equilibrium*) secara cepat, serta mampu kembali pada kondisi kesehatan manusia.
- b. Sebagai dimensi pokok yang sama, yaitu ketahanan, yang menyatakan keberlangsungan pertumbuhan dan peningkatan fungsi sebagai hasil reaksi kesehatan atas stress.

Sementara Waxman, Gray dan Padron (dalam Iqbal, 2011:18), menjelaskan bahwa dalam literatur psikologi, konsep resiliensi digunakan untuk menggambarkan tiga kategori pokok fenomena:

- a. Kategori pertama mencakup kajian-kajian mengenai perbedaan individu dalam pemulihan pasca trauma.
- b. Kategori kedua dibentuk untuk individu dari kelompok dengan resiko tinggi untuk memperoleh hasil yang lebih baik daripada hasil yang secara khusus diharapkan individu tersebut.
- c. Kategori ketiga mengacu pada kemampuan individu untuk beradaptasi dalam kondisi stress

Connor & Davidson (2003) mengatakan bahwa resiliensi merupakan kualitas seseorang dalam hal kemampuan untuk menghadapi penderitaan. Block & Kreman (Xianon&Zhang, 2007) menyatakan bahwa resiliensi digunakan untuk menyatakan kapabilitas individual untuk bertahan/*survive* dan mampu beradaptasi dalam keadaan stress dan mengalami penderitaan. (Iqbal, 2011:59)

Berdasarkan uraian berdasarkan beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu, untuk beradaptasi dengan keadaan, dengan merespon secara sehat dan produktif untuk memperbaiki diri, sehingga mampu menghadapi dan mengatasi tekanan hidup sehari-hari.

2. Sumber Pembentukan Resiliensi

Grotberg (2003:7), dalam “*Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*”, menjelaskan karakteristik resiliensi dalam tiga hal, yaitu : I HAVE, I AM, dan I CAN. Seseorang yang resilien dapat dilihat dari karakteristiknya, karena karakteristik itu terlihat setelah terbentuk berdasarkan sumber-sumber resiliensi yang sesuai dengan konsep Grotberg, yaitu:

a. I HAVE (*External Supports*)

I HAVE adalah resiliensi yang mencakup dukungan dari luar terhadap individu, yaitu individu merasa memiliki keluarga, dan orang-orang yang mendukung dan peduli terhadapnya.

b. I AM (*Inner Strengths*)

I AM adalah dimensi resiliensi yang mencakup kekuatan atau potensi positif dari dalam diri, dimana individu merasa optimis, memiliki harga diri, dan empati terhadap oranglain.

c. I CAN (*Interpersonal and Problem-Solving Skills*)

I CAN adalah dimensi resiliensi yang mencakup hubungan interpersonal dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Menurut Grotberg (dalam Desmita, 2013:229), upaya mengatasi kondisi-kondisi *adversity* dan mengembangkan resiliensi remaja, sangat

bergantung pada pemberdayaan tiga faktor dalam diri remaja, disebut sebagai tiga sumber dari resiliensi (*three sources of resilience*), yaitu *I Have* (Aku punya), *I Am* (Aku Ini), *I Can* (Aku Dapat).

I Have (Aku punya) merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. Sumber *I Have* ini memiliki beberapa kualitas yang memberikan sumbangan bagi pembentukan resiliensi, yaitu :

- a. Hubungan yang dilandasi oleh kepercayaan penuh.
- b. Struktur dan peraturan di rumah.
- c. Model-model peran
- d. Dorongan untuk mandiri (otonomi)
- e. Akses terhadap layanan kesehatan, pendidikan, keamanan dan kesejahteraan

I Am (Aku ini) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh remaja, yang terdiri dari perasaan, sikap dan keyakinan pribadi. Beberapa kualitas pribadi yang mempengaruhi *I Am* ini adalah:

- a. Disayang dan disukai oleh banyak orang.
- b. Mencinta, empati dan kepedulian pada oranglain
- c. Bangga dengan dirinya sendiri

- d. Bertanggungjawab terhadap perilaku sendiri dan menerima konsekuensinya.
- e. Percaya diri, optimistik, dan penuh harap.

I Can (Aku dapat) adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh remaja sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal. Keterampilan-keterampilan ini meliputi:

- a. Berkomunikasi
- b. Memecahkan masalah
- c. Mengelola perasaan dan empiris impuls
- d. Mengukur temperamen sendiri dan oranglain
- e. Menjalin hubungan-hubungan yang saling mempercayai

Sedangkan, menurut Reivich dan Shatte (2002) memandang resiliensi dapat terbentuk berdasarkan kemampuan individu, sebenarnya berbanding lurus dengan konsep Grotberg yang membagi langsung pada sumber pembentuk dan gejala perilakunya, namun Reivich dan Shatte penjabarannya lebih spesifik, ada tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi menurut Reivich dan Shatte, yaitu :

- a. Pengendalian emosi

Pengendalian emosi adalah suatu kemampuan untuk tetap tenang meskipun berada di bawah tekanan. Individu yang mempunyai

resiliensi yang baik, menggunakan kemampuan positif untuk membantu mengontrol emosi, memusatkan perhatian dan perilaku. Mengekspresikan emosi dengan tepat adalah bagian dari resiliensi. Individu yang tidak resilient cenderung lebih mengalami kecemasan, kesedihan, dan kemarahan dibandingkan dengan individu yang lain, dan mengalami saat yang berat untuk mendapatkan kembali kontrol diri ketika mengalami kekecewaan. Individu lebih memungkinkan untuk terjebak dalam kemarahan, kesedihan atau kecemasan, dan kurang efektif dalam menyelesaikan masalah.

b. Kemampuan untuk mengontrol impuls

Kemampuan untuk mengontrol impuls berhubungan dengan pengendalian emosi. Individu yang kuat mengontrol impulsnya cenderung mampu mengendalikan emosinya. Perasaan yang menantang dapat meningkatkan kemampuan untuk mengontrol impuls dan menjadikan pemikiran lebih akurat, yang mengarahkan kepada pengendalian emosi yang lebih baik, dan menghasilkan perilaku yang lebih resilient.

c. Optimis

Individu dengan resiliensi yang baik adalah individu yang optimis, yang percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik. Individu mempunyai harapan akan masa depan dan dapat

mengontrol arah kehidupannya. Optimis membuat fisik menjadi lebih sehat dan tidak mudah mengalami depresi. Optimis menunjukkan bahwa individu yakin akan kemampuannya dalam mengatasi kesulitan yang tidak dapat dihindari di kemudian hari. Hal ini berhubungan dengan *self-efficacy*, yaitu keyakinan akan kemampuan untuk memecahkan masalah dan menguasai dunia, yang merupakan kemampuan penting dalam resiliensi. Penelitian menunjukkan bahwa optimis dan self efficacy saling berhubungan satu sama lain. Optimis memacu individu untuk mencari solusi dan bekerja keras untuk memperbaiki situasi.

d. Kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah

Analisis penyebab menurut Martin Seligman (dalam Reivich dan Shatte, 2002), adalah gaya berpikir yang sangat penting untuk menganalisis penyebab, yaitu gaya menjelaskan. Hal itu adalah kebiasaan individu dalam menjelaskan sesuatu yang baik maupun yang buruk yang terjadi pada individu. Individu dengan resiliensi yang baik sebagian besar memiliki kemampuan menyesuaikan diri secara kognitif dan dapat mengenali semua penyebab yang cukup berarti dalam kesulitan yang dihadapi, tanpa terjebak di dalam gaya menjelaskan tertentu. Individu tidak secara refleks menyalahkan orang lain untuk menjaga *self-esteem*-nya atau membebaskan dirinya dari rasa bersalah. Individu tidak menghambur-hamburkan persediaan resiliensinya yang

berharga untuk merenungkan peristiwa atau keadaan di luar kontrol dirinya. Individu mengarahkan dirinya pada sumber-sumber problem solving ke dalam faktor-faktor yang dapat dikontrol, dan mengarah pada perubahan.

e. Kemampuan untuk berempati

Beberapa individu mahir dalam menginterpretasikan apa yang para ahli psikologi katakan sebagai bahasa non verbal dari orang lain, seperti ekspresi wajah, nada suara, bahasa tubuh, dan menentukan apa yang orang lain pikirkan dan rasakan. Walaupun individu tidak mampu menempatkan dirinya dalam posisi orang lain, namun mampu untuk memperkirakan apa yang orang rasakan, dan memprediksi apa yang mungkin dilakukan oleh orang lain. Dalam hubungan interpersonal, kemampuan untuk membaca tanda-tanda non verbal menguntungkan, dimana orang membutuhkan untuk merasakan dan dimengerti orang lain.

f. *Self-efficacy*

Self-efficacy adalah keyakinan bahwa individu dapat menyelesaikan masalah, mungkin melalui pengalaman dan keyakinan akan kemampuan untuk berhasil dalam kehidupan. *Self efficacy* membuat individu lebih efektif dalam kehidupan. Individu yang tidak yakin dengan *self-efficacy* bagaikan kehilangan jati dirinya, dan secara

tidak sengaja memunculkan keraguan dirinya. Individu dengan self efficacy yang baik, memiliki keyakinan, menumbuhkan pengetahuan bahwa dirinya memiliki bakat dan ketrampilan, yang dapat digunakan untuk mengontrol lingkungannya.

Kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan. Resiliensi membuat individu mampu meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupan. Resiliensi adalah sumber dari kemampuan untuk meraih.

Beberapa orang takut untuk meraih sesuatu, karena berdasarkan pengalaman sebelumnya, bagaimanapun juga, keadaan menyulitkan akan selalu dihindari. Meraih sesuatu pada individu yang lain dipengaruhi oleh ketakutan dalam memperkirakan batasan yang sesungguhnya dari kemampuannya.

Connor & Davidson (2003), mengatakan bahwa resiliensi akan terkait dengan hal-hal di bawah ini :

- a. Kompetensi personal, standar yang tinggi dan keuletan. Ini memperlihatkan bahwa seseorang merasa sebagai orang yang mampu mencapai tujuan dalam situasi kemunduran atau kegagalan
- b. Percaya pada diri sendiri, memiliki toleransi terhadap afek negatif dan kuat/tegar dalam menghadapi stres, Ini berhubungan dengan ketenangan, cepat melakukan *coping*

terhadap stres, berpikir secara hati-hati dan tetap fokus sekalipun sedang dalam menghadapi masalah

- c. Menerima perubahan secara positif dan dapat membuat hubungan yang aman (*secure*) dengan orang lain. Hal ini berhubungan dengan kemampuan beradaptasi atau mampu beradaptasi jika menghadapi perubahan
- d. Kontrol/pengendalian diri dalam mencapai tujuan dan bagaimana meminta atau mendapatkan bantuan dari orang lain
- e. Pengaruh spiritual, yaitu yakin yakin pada Tuhan atau nasib.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Resiliensi

Menurut Grotberg (dalam Desmita, 2013:230-231), setidaknya ada lima faktor yang sangat menentukan kualitas interaksi dari *I have*, *I am*, dan *I can* tersebut yaitu :

- a. Kepercayaan (*trust*), yakni faktor berhubungan dengan bagaimana lingkungan mengembangkan rasa percaya remaja. Perasaan percaya ini akan sangat menentukan seberapa jauh remaja memiliki kepercayaan terhadap oranglain mengenai hidupnya, kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaannya, serta kepercayaan terhadap diri sendiri, terhadap kemampuan, tindakan dan masa depannya. Kepercayaan akan menjadi sumber-sumber pertama bagi pembentukan resiliensi pada remaja.

- b. Otonomi (*autonomy*), yaitu faktor yang berkaitan dengan seberapa jauh remaja menyadari bahwa dirinya terpisah dan berbeda dari lingkungan sekitar sebagai kesatuan diri pribadi. Pemahaman bahwa dirinya juga merupakan sosok mandiri yang terpisah dan berbeda dari lingkungan sekitar, akan membentuk kekuatan-kekuatan tertentu pada remaja. Kekuatan tersebut akan sangat menentukan tindakan remaja ketika menghadapi masalah. Oleh sebab itu, apabila remaja berada di lingkungan yang memberikan kesempatan padanya untuk menumbuhkan otonomi dirinya (*I have*), maka ia akan memiliki pemahaman bahwa dirinya adalah seorang yang mandiri, independen (*I am*). Kondisi demikian pada gilirannya akan menjadi dasar bagi dirinya untuk mampu memecahkan masalah dengan kekuatan dirinya sendiri (*I can*).
- c. Inisiatif (*inisiative*), yaitu faktor ketiga pembentukan resiliensi yang berperan dalam penumbuhan minat remaja melakukan sesuatu yang baru. Inisiatif juga berperan dalam mempengaruhi remaja mengikuti berbagai macam aktifitas atau menjadi bagian dari suatu kelompok. Dengan inisiatif, remaja menghadapi kenyataan bahwa dunia adalah lingkungan dari berbagai macam aktifitas, dimana ia dapat mengambil bagian untuk berperan aktif dari setiap aktifitas yang ada. Ketika remaja berada pada lingkungan yang memberikan kesempatan mengikuti aktifitas (*I have*), maka remaja akan memiliki sikap optimis serta

bertanggungjawab (*I am*). Kondisi ini pada gilirannya juga akan menumbuhkan perasaan mampu remaja untuk mengemukakan ide-ide kreatif, menjadi pemimpin (*I can*).

- d. Industri (*Industry*), yaitu faktor resiliensi yang berhubungan dengan pengembangan keterampilan-keterampilan berkaitan dengan aktifitas rumah, sekolah, dan sosialisasi. Melalui penguasaan keterampilan-keterampilan tersebut, remaja akan mampu mencapai prestasi, baik di rumah, sekolah, maupun di lingkungan sosial. Dengan prestasi tersebut, akan menentukan penerimaan remaja di lingkungannya. Bila remaja berada di lingkungan yang memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan, baik di rumah, sekolah maupun di lingkungan sosial (*I have*), maka remaja akan mengembangkan perasaan bangga terhadap prestasi-prestasi yang telah dan akan dicapainya (*I am*). Kondisi demikian pada gilirannya akan menumbuhkan perasaan mampu serta berupaya untuk memecahkan setiap persoalan, atau mencapai prestasi sesuai dengan kebutuhannya (*I can*).
- e. Identitas (*Identity*), yaitu faktor resiliensi yang berkaitan dengan pengembangan pemahaman remaja akan dirinya sendiri, baik kondisi fisik maupun psikologisnya. Identitas membantu remaja mendefinisikan dirinya dan mempengaruhi self-image-nya. Identitas ini diperkuat melalui hubungan dengan faktor-faktor

resiliensi lainnya. Apabila remaja memiliki lingkungan yang memberikan umpan balik berdasarkan kasih sayang, penghargaan atas prestasi dan kemampuan yang dimilikinya (*I have*), maka remaja akan menerima keadaan diri dan oranglain (*I am*). Kondisi demikian akan menumbuhkan perasaan mampu untuk mengendalikan, mengarahkan dan mengatur diri, serta menjadi dasar untuk menerima kritikan dari oranglain (*I can*).

Sedangkan, menurut Holaday (Southwick, P.C. 2001), faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah :

- a. *Social support*, yaitu berupa community support, personal support, familial support serta budaya dan komunitas dimana individu tinggal.
 - b. *Cognitive skill*, diantaranya intelegensi, cara pemecahan masalah, kemampuan dalam menghindar dari menyalahkan diri sendiri, kontrol pribadi dan spiritualitas
 - c. *Psychological resources*, yaitu *locus of control* internal, empati dan rasa ingin tahu, cenderung mencari hikmah dari setiap pengalaman serta selalu fleksibel dalam setiap situasi.
- (<http://www.klikpsikologi.com>)

4. Resiliensi *Survivor* Remaja Pasca Bencana

Menurut Salim&Salim, secara terminologis, korban adalah orang, binatang dan sebagainya yang menderita, mati, dan sebagainya akibat suatu kejadian dan sebagainya. Sementara menurut Homby dkk (1977),

survivor adalah orang yang terluput dari bencana, orang yang selamat. (dalam Adami, 2006:40)

Remaja adalah sosok berkompeten, teman yang baik, memiliki nilai-nilai dan standar tinggi, berbakat, peduli satu sama lain. Remaja memiliki masalah khusus tetapi bukan permasalahan khusus. Seringkali remaja menyesali simpati karena kesannya, mereka tidak dapat berguna, dan tentu saja menjadi dikasihani. (Grotberg, 2004:8)

Remaja diperhatikan tentang bagaimana mereka memandang sesuatu, hubungan sosialnya dengan sebaya, seksualitas mereka, prestasi sekolahnya, dan potensi mereka dalam dunia kerja. (Grotberg, 2004:9)

Menurut Larson dan Verma (1999), remaja yang tumbuh dalam masyarakat kesukuan atau petani, yang harus fokus pada produksi kebutuhan hidup, memiliki waktu yang jauh lebih sedikit bersosialisasi ketimbang remaja di masyarakat berteknologi maju. (dalam Papalia, 2008:610)

Kondisi psikologis korban bencana alam yang selamat, pada umumnya akan mengalami stress. Rasa takut yang amat sangat dialami oleh korban, karena mereka merasa terancam jiwanya dari bencana. Mereka mengalami perasaan yang tidak menentu, ketakutan, cemas, dan emosi yang tinggi, sehingga perasaan stres muncul. Namun demikian, mereka jarang mengalami gangguan stres yang kronis. Tetapi kondisi demikian, harus diatasi segera. Apabila kondisi psikologis yang stres tidak

segera diatasi, maka lama kelamaan akan menimbulkan depresi, dan akan mengarah pada gangguan psikiatris. ((Iskandar, 2013:47)

Pada remaja korban bencana yang mengalami masalah psikologis, di dalam pendidikan menunjukkan adanya penurunan prestasi di sekolah. Hal ini dimungkinkan oleh karena permasalahan yang berat, menekan, hingga menjadikan ia mengalami stress. Bahkan reaksi emosional sering ditampilkan oleh remaja korban bencana. Selain itu pula, fase remaja yang ditandai dengan emosi yang bergejolak, maka dengan adanya bencana yang menimpa dirinya, stabilitas emosinya semakin kurang baik. (Iskandar,2013:50)

Ada beberapa sebab terjadinya suatu hal pada anak-anak dan orang dewasa menghadapi dan mengatasi kesengsaraan hidup mereka berdasarkan fakta bahwa kenyataan mereka menyarankan mereka akan dihadapkan pada kemalangan. Inilah beberapa pengalaman realita orang-orang yang pernah alami. (Grotberg,1995:4)

Menurut Grotberg (1991), kualitas resiliensi tidak sama pada setiap orang, sebab kualitas resiliensi seseorang sangat ditentukan oleh tingkat usia, taraf perkembangan, intensitas seseorang dalam menghadapi situasi-situasi yang tidak menyenangkan, serta seberapa besar dukungan sosial dalam pembentukan resiliensi seseorang tersebut. (dalam Desmita, 2013:229)

Grotberg (1995, 1998) menemukan bahwa status sosial-ekonomi memiliki pengaruh kuat yang kurang berarti terhadap banyak dan macam perilaku resilien. Berdasar jenis kelamin, anak perempuan melakukan yang menunjukkan lebih banyak faktor daripada anak laki-laki. Anak perempuan menggambarkan faktor-faktor internal lebih disayangi, kesatuan diri sendiri, memiliki rasa harga diri, merasakan percaya diri, dan menunjukkan empati lebih dari anak laki-laki. Keduanya, menggambarkan frekuensi yang sama, setelah layanan didapatkan, menerima dukungan emosional, memiliki *role model*, merasakan arti kontrol, mengatur perilaku mereka sendiri, dan meningkatkan rasa menolong. (dalam McDermott, 2004:6)

Menurut Jackson, remaja harus memiliki kemampuan untuk tetap positif memandang masa depan dan bersikap realistis dalam perencanaannya. (dalam Pasudewi, 2012:15)

Menurut Desmita (2013:230), dalam konsep resiliensi Grotberg tentu ada interaksi diantara ketiga sumber pembentukan resiliensi. Resiliensi merupakan hasil kombinasi dari faktor-faktor *I have*, *I am*, dan *I can*.

Menurut Grotberg dalam konsep sumber-sumber pembentukan resiliensi, untuk menjadi seorang yang resilien, tidak cukup hanya memiliki satu faktor saja, melainkan harus ditopang oleh faktor-faktor lainnya. Misalnya, seorang remaja mungkin dicintai (*I have*), tetapi jika

dia tidak mempunyai kekuatan dalam dirinya (*I am*) atau tidak memiliki keterampilan-keterampilan interpersonal dan sosial (*I can*), maka ia tidak dapat menjadi resilien. Demikian juga, seorang remaja mungkin mempunyai harga diri (*I can*) dan tidak ada orang yang membantunya (*I have*), maka ia tidak menjadi resilien. Oleh sebab itu, untuk menumbuhkan resiliensi remaja, ketiga faktor tersebut harus saling berinteraksi satu sama lain. (Desmita, 2013:230)

Bagaimanapun juga, menurut Grotberg (1991), resiliensi begitu penting karena merupakan kemampuan dasar manusia untuk berhadapan, mengatasi, mencegah kondisi yang tidak menyenangkan yang menyimpannya yang kemudian dapat semakin membuat lebih kuat, atau berubah menjadi lebih baik. (dalam Pizzolongo&Hunter, 2011:67)

5. Resiliensi dalam Perspektif Islam

Studi resiliensi merupakan suatu studi yang mengkaji tentang individu yang mengalami kondisi tidak menyenangkan dalam hidupnya dengan ditunjukkan faktor-faktor beresiko, contohnya bencana alam. Allah SWT memberikan bermacam ujian pada hamba-Nya agar berubah menjadi lebih baik. Dan, ingin menguji hamba-Nya seberapa kuat dan tahan hamba-Nya ketika diberikan sesuatu kejadian atau kondisi yang tidak menyenangkan.

Dalam Al Qur'an dijabarkan faktor dan sumber pembentukan resiliensi seseorang ketika mengalami kondisi yang tidak menyenangkan.

Konsep sumber resiliensi menurut Grotberg seperti dijabarkan pada pembahasan sebelumnya ialah *I Have*, *I Am*, dan *I Can*. Apalagi, setelah seseorang itu mengalami bencana. Berikut penjabaran sumber resiliensi Grotberg dalam Islam :

- a. *I Have* (pemaknaan remaja terhadap dukungan lingkungan sosial di sekitarnya)

Dalam menghadapi bencana kecuali ikhtiar juga kesabaran diperlukan. Kesabaran bagian dari daya lentur seseorang dalam menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT, sebagai berikut :

وَلَنُجَبِّلَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالْأَمْوَالِ وَاللَّسَّامَاتِ وَبَشِيرٍ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya:

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.” (QS. Al-Baqarah:155, Al Qur’an Mushaf Aisyah, 2010)

- a. *I Am* (Kekuatan pribadi yang dimiliki remaja)

Segala kondisi tidak menyenangkan terjadi pasti ada ijin dari Allah SWT, tentu seseorang tersebut diuji memaknai hikmah atas kondisi yang

tidak menyenangkan yang sedang dialaminya, seperti firman Allah SWT di bawah ini :

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ۗ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿١١﴾

Artinya:

“Tidak ada suatu musibahpun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah. Dan barangsiapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan, Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.” (QS. At-Taghaabun : 11, Al Qur'an Mushaf Aisyah, 2010)

Dilanjutkan lagi dengan firman Allah dalam surat Al Baqarah 156-157 yang memberikan inspirasi kekuatan akan muncul agar mampu menghadapi kondisi tidak menyenangkan dapat melalui ucapan lisan berserah diri pada Allah untuk selalu mengingat-Nya, sebagai berikut :

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

﴿١٥٧﴾ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ

Artinya :

“(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun. Mereka itulah yang mendapat keberkatan

yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.” (Al Baqarah:156-157, Al Qur’an Mushaf Aisyah, 2010)

Dalam ayat tersebut memberikan inspirasi yang menguatkan bagi seseorang yang ditimpa kondisi tidak menyenangkan bahwa seberapa bertanggungjawab seorang hamba terhadap perilaku sendiri dan menerima konsekuensi atas kondisi tidak menyenangkan yang sedang dialami dengan cara bersabar, kemudian tetap percaya diri, optimis dan penuh harap semua keadaan akan membaik.

- b. *I Can* (Keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal yang dimiliki remaja.)

Ada ayat tentang ketika di balik kondisi tidak menyenangkan akan ada kondisi yang membaik melewati proses perubahan yang memerlukan ikhtiar individu tersebut dengan menggunakan segala potensi yang ada dalam dirinya untuk mengubah keadaan, Allah berfirman dalam Surat Ar-Ra’d : 11 (dalam Al Qur’an Mushaf Aisyah, 2010), yakni :

لَهُ مَعْقَبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ
 اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ
 سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya :

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya secara bergiliran, di muka

dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya, Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

Di dalam Islam, bersabar bukan berarti pasrah dengan keadaan yang ada dan membiarkan kondisi tidak menyenangkan terus-menerus mengganggu kehidupan, akan tetapi dengan sabar merupakan sikap positif agar tegar dan tetap bertahan serta berusaha keluar dari kondisi tidak menyenangkan tersebut.

C. Hubungan Spiritualitas dengan Resiliensi *Survivor* Remaja Pasca Bencana Erupsi Gunung Kelud

Sebagian besar remaja hidup di daerah pedesaan pada umumnya yang hidup sederhana, seperti bertani, beternak dan sebagainya. Kehidupan mereka dapat dikatakan tenang tidak banyak persoalan. Dalam kehidupan sehari-hari mereka berpegang teguh pada nilai-nilai yang tetap yaitu agama dan adat yang mereka anut dan telah dilaksanakan berabad-abad lamanya. Problema yang mereka hadapi karena pengaruh kebudayaan asing, relatif tidak banyak. Hubungan antara yang satu dengan yang lain sangat akrab, mereka hidup dengan tolong-menolong dalam banyak hal, bahkan sampai pada kehidupan sehari-hari, mereka saling mengingatkan

dan saling menjaga satu sama lain. Faktor pengikat yang sangat kuat antar-anggota masyarakat adalah agama dan adat kebiasaan. Mereka disatukan oleh agama dan adat yang turun-temurun sejak dulu kala. Pengaruh agama dan adat itu sedemikian kuatnya terhadap mereka, sehingga tidak ada yang berani melanggar nilai-nilai agama atau meremehkan adat yang berlaku. Anak remaja telah terbiasa melaksanakan ajaran agama dan mematuhi adat kebiasaan yang berlaku dalam masyarakatnya, maka secara otomatis para remaja akan senang dan gembira hidup mematuhi nilai-nilai yang ada dalam masyarakat itu. (Panuju&Umami, 1999:47-48)

Masa remaja pada masyarakat desa itu relatif pendek, tidak seperti mereka yang hidup di kota-kota besar karena persiapan untuk menjadi anggota masyarakat yang bertanggungjawab itu tidak banyak dan mudah mencapainya. Disamping itu mereka juga segera ikut di dalam aktifitas sosial keagamaan baik dalam kegiatan ibadah maupun kegiatan pembangunan. Oleh karena itu, remaja dalam masyarakat desa itu dapat dikatakan tenang, tidak banyak kelakuan negatif dan tidak mudah terkena pengaruh dari luar. (Panuju&Umami, 1999:49)

Permasalahan psikologis berat yang dialami oleh remaja korban bencana, akan berakibat pula pada menurunnya selera makan. Menurunnya daya tahan tubuh, maka ia akan menjadi rentan terhadap penyakit. Remaja tersebut merasakan gejala sakit yang kompleks, seperti misalnya sakit perut, mual, pusing dan muntah. Masalah psikologis ini dirasakan cukup berat bagi remaja tersebut, sehingga ia merasa sulit tidur.

Perasaan cemas akan terjadi bencana lagi (susulan) masih menyertainya dalam kehidupan psikologisnya tersebut. Walaupun, mereka telah mendapatkan tempat pengungsian, perasaan cemas tersebut tidak hilang begitu saja. Hal ini dikarenakan situasi di pengungsian adalah baru bagi dirinya. Dengan demikian, ia sangat peka secara emosi, sehingga mudah tersinggung. Oleh karena itu, perlu adanya identifikasi permasalahan psikologis pada remaja. (Iskandar, 2013:50-51)

Masyarakat yang menjadi *survivor* dari suatu bencana cenderung memiliki masalah penyesuaian perilaku dan emosional. Perubahan mendadak sering membawa dampak psikologis yang cukup berat. Beban yang dihadapi oleh *survivor* tersebut dapat mengubah pandangan mereka tentang kehidupan dan menyebabkan tekanan pada jiwa mereka. (Adami, 2006:2)

Piedmont mendefinisikan spiritualitas sebagai usaha individu untuk memahami sebuah makna yang luas akan pemaknaan pribadi dalam konteks kehidupan setelah mati (*eschatological*). Hal ini berarti bahwa sebagai manusia, kita sepenuhnya sadar akan kematian (*mortality*). Dengan demikian, kita akan mencoba sekuat tenaga untuk membangun beberapa pemahaman akan tujuan dan pemaknaan akan hidup yang sedang kita jalani. (Piedmont, 2001:5)

Gerakan tak terelakkan menuju kematian memulai suatu dialektika yang menyertainya dalam orang untuk mendekati pertanyaan yang lebih luas dari makna pribadi dan nilai diri. Aspek seseorang mungkin lebih

disepakati untuk mengarahkan intervensi psikologis daripada domain kepribadian yang lebih stabil. Pada akhirnya, rehabilitasi dapat menemukan efisiensi tambahan dan nilai layanannya dengan mengembakan pengobatan yang berdampak pada dimensi spiritual dari orang tersebut. (Piedmont, 2001:11)

Perkembangan mental remaja ke arah berpikir yang logis itu, juga mempengaruhi pandangan dan kepercayaan kepada Tuhan. Karena, mereka tidak dapat melupakan Tuhan dari segala peristiwa yang terjadi di alami. Jika mereka meyakini bahwa Tuhan itu adalah Maha Kuasa, Maha mengatur dan mengendalikan ala mini maka segala apapun yang terjadi, baik peristiwa alam maupun peristiwa sosial, dan hubungannya dengan masyarakat, akan dilimpahkan kepada Tuhan tanggungjawabnya. Seandainya mereka menyaksikan kekacauan, kerusuhan, dan ketidakadilan yang seolah-olah tanpa kendali mereka akan merasa kecewa dengan Tuhan. (Panuju&Umami, 1999:113-114)

Pada usia remaja telah dapat memahami bahwa mati itu adalah sesuatu yang tidak dapat dihindari oleh setiap diri, bahkan mati itu adalah fenomena alamiah yang harus terjadi. Pemikiran remaja adalah karena kepentingan emosi yang dirasakannya. Masalah mati bukan lagi masalah yang sempit sebagaimana dirasakan pada masa kanak-kanak bahkan mati adalah suatu hal yang harus diterima manusia, dan mati bukanlah merupakan semacam bencana alamiah yang besar, karenanya remaja merasa tidak takut. Karena mati itu adalah merupakan unsur dari filsafat

umum alam, maka remaja tidak ingin mengkhayalkan dapat terlepas dari bencana mati itu, akan tetapi ia mencari keyakinan (logis) mengenai kematian dengan lebih mendalam. Begitu juga pemikiran mengenai surga dan neraka serta hal-hal yang ghaib lainnya. (Panuju&Umami, 1999:114)

Menurut Piedmont (1997), perspektif spiritualitas merupakan salah satu hal yang mana seseorang melihat kesatuan mendasar yang mendasari macam-macam kerja keras alam dan menemukan sebuah ikatan dengan lainnya yang tidak bisa terpotong, meskipun oleh kematian. Lebih luasnya, perspektif menyeluruh dan interkoneksi yang lebih, individu-individu mengenali keselarasan hidup dan mengembangkan sebuah arti komitmen untuk lainnya. (dalam Piedmont, 1999:988)

Namun, begitu sulit membayangkan relevansi beberapa pertimbangan, bahwa tidak pada beberapa kebutuhan pembawaan orang-orang untuk menemukan pengertian kebermaknaan dan hubungan secara mendalam. (Piedmont, 1999:989)

Terdapat beberapa fungsi spiritualitas bagi individu, salah satunya adalah sebagai faktor yang mendorong resiliensi. Terdapat dua hal yang harus dimiliki oleh seseorang yang resilien. Pertama adalah *recovery*, yaitu kembali mendapatkan keseimbangan fisiologis, psikologis, dan sosial setelah mengalami kejadian yang menekan (Zautra et al., 2010). Hal kedua adalah *sustainability*, yaitu kapasitas untuk terus maju meskipun mengalami kesulitan (Bonanno, dalam Zautra et al., 2010). (dalam Sidabutar, 2011: 3)

Pendapat di atas didukung juga pendapat Crowther (2002) bahwa aspek positif dari spiritualitas juga turut membantu individu dalam memulihkan perasaan kontrol diri yang saat sakit, dan membantu perkembangan adaptasi saat sakit kronis dan tidak seimbang. (dalam Iqbal, 2011:29)

Pada suatu hasil penelitian oleh Costanzo et al, spiritualitas memiliki hubungan dengan resiliensi pada orang yang selamat dari penyakit kanker, meskipun individu tersebut memiliki resiko lebih dalam mengembangkan depresi dan kecemasan, tetapi tingkat spiritualitas dan personal mereka tumbuh lebih baik setelah pemulihan. (dalam Iqbal, 2011:29)

Para penyintas bencana erupsi tampak mengalami transformasi spiritual yang cukup besar setelah terjadinya bencana. Para penyintas meyakini bahwa segala sesuatu termasuk terjadinya bencana ini merupakan kehendak Tuhan. Mereka yakin tidak ada yang lebih berhak lagi untuk membuat gunung meletus selain Tuhan, dan mereka yakin bahwa jika Tuhan berkehendak demikian tentu Dia juga akan menjadi penolong mereka. (Faturrochman, dkk.2012:179)

Puncak dari kesadaran ini disebut spiritualitas. Dari spiritualitas hanya bisa diraih dengan pengamalan syariat dan tasawuf secara simultan dan menyeluruh. Dengan spiritualitas, kita akan bisa menemukan segala sesuatu yang kita cari. Dengan spiritualitas, kita menemukan kebahagiaan

sejati. Dengan spiritualitas kita bisa mengakses alam gaib dan alam nyata. Dengan spiritualitas kita bisa memberdayakan seluruh potensi yang diberikan oleh Allah. (Aman, 2013:22)

Dalam penelitian Adami (2006), menyimpulkan bahwa 54,9% subjek penelitian *survivor* (korban bencana) gempa bumi Bantul silam memiliki spiritualitas yang baik. Senada dengan hasil penelitian Hakim (2011) yang meneliti hubungan kecerdasan spiritual dan resiliensi dengan subjek perempuan penderita kanker yang menyimpulkan adanya korelasi signifikan diantara keduanya.

Dalam hasil penelitian Grotberg selama era tahun 1990-an (Grotberg, 2000) melibatkan 22 negara di 27 tempat. Maksudnya ialah menentukan faktor-faktor atau sumber pembentukan resiliensi dan perilaku yang sedang dikenalkan dan digunakan oleh para keluarga dan pemberi layanan serta anak-anak, yang mana pernah berhadapan dengan pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan. Faktor-faktor resiliensi tersebut diatur ke dalam dukungan eksternal, kekuatan internal individu, dan kemampuan interpersonal dan penyelesaian masalah. Untuk memudahkan pemahaman terhadap konsep resiliensi, maka Grotberg memberikan label rangkaian itu yakni *I HAVE ; I AM ; I CAN*. (Grotberg, 2004:11-12)

Dalam konsep Grotberg, komponen *I can* (hal-hal yang diperoleh dan dipelajari), resiliensi merupakan suatu proses yang alamiah terjadi dalam diri individu. Hanya saja, seberapa waktu yang diperlukan oleh

seseorang untuk melewati proses tersebut bersifat individual. Resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari (Herlina, 2011:1).

Pada dasarnya, seperti yang dikemukakan Grotberg (2001) tentang sumber-sumber resiliensi salah satunya ialah *I AM*, yang mana merupakan pengembangan kekuatan batin mencakup intensitas beribadah yang lebih sering sehingga menunjukkan religiusitas yang tinggi. (Pasudewi, 2012:19)

Intensitas beribadah yang lebih sering merupakan manifestasi spiritualitas seseorang. Manifestasi yang muncul sebagai bentuk bukti keyakinan diri pada sesuatu yang lebih dari Dia. Melalui intensitas beribadah merupakan ikhtiar pencarian makna, dan makna lebih dari hidup itu sendiri.

Pengalaman traumatis karena gunung meletus telah menggoncangkan dan melemahkan pertahanan individu dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup sehari-hari. Apalagi kondisi trauma, kondisi fisik dan mental, aspek kepribadian masing-masing *survivor* tidak sama. (Adami, 2006:2)

Menurut Maddi et al, spiritualitas menunjukkan kualitas-kualitas yang membantu individu dalam mengatasi kondisi stres dalam hidup dan menyediakan perlindungan pada individu dalam menghadapi depresi dan

stres. Karena, spiritualitas membutuhkan suatu pencarian di alam semesta, suatu pandangan bahwa dunia lebih luas daripada diri sendiri, spiritualitas juga berarti ketaatan pada suatu ajaran (agama) yang spesifik. (dalam Iqbal, 2011:29)

Menurut Pargament&Cummings, meskipun spiritualitas mendukung individu menjadi resilien ketika menghadapi suatu kesulitan yang besar, pergumulan spiritual bisa menjadi pengalaman yang menekan dan menantang resiliensi individu. (dalam Sidabutar, 2011: 3)

Resiliensi pasca erupsi gunung Kelud yang dialami oleh *survivor* remaja pastilah sangat berpengaruh. Resiliensi disebabkan oleh banyak faktor yang berasal dari internal individu, dan eksternal (lingkungan sekitar) yang membentuknya, serta beberapa kemampuan individu tersebut. Apalagi menimpa remaja yang rentan terkena permasalahan psikologis, ditambah sebelumnya belum pernah mengalami bencana serupa. Bencana gunung meletus mengguncang kondisi psikologis remaja, letak resiliensi *survivor* remaja menentukan kemampuan dan keinginannya untuk bangkit dan cepat menyesuaikan diri saat terpuruk.

Seperti yang telah dibahas pada halaman sebelumnya mengenai definisi spiritualitas dan resiliensi pasca erupsi gunung yakni, spiritualitas adalah rangkaian karakteristik motivasional (*motivational trait*), kekuatan emosional umum yang mendorong, mengarahkan, dan memilih beragam tingkah laku individu berupa usaha individu untuk memahami sebuah

makna yang luas akan pemaknaan pribadi dalam konteks kehidupan setelah mati (*eschatological*) (Piedmont, 2001:5-7). Terlebih resiliensi pasca bencana yaitu kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari, atau berubah melalui kesulitan-kesulitan yang tidak dihindarkan. Kesulitan yang tidak dihindarkan tersebut bisa berupa bencana alam. (Grotberg, 2003:107)

Dari kedua definisi di atas, dapat ditarik kesimpulan yaitu motivasi individu berkekuatan emosional yang mendorong, mengarahkan, dan memilih tingkah laku dalam memahami makna pribadi tentang kehidupan setelah mati yang dapat mempengaruhi resiliensinya setelah mengalami bencana gunung meletus.

Pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi cukup besar, karena faktor tersebut merupakan salah satu pembentuk resiliensi individu berdasarkan keyakinan individu tersebut. *Survivor* remaja yang memiliki spiritualitas yang baik, maka dia mampu menjalankan dan memaknai pengalaman-pengalaman transendensi selama proses pencarian akan makna hidup terutama setelah mati. Sehingga, setelah menghadapi kondisi tidak menyenangkan seperti mengalami bencana gunung meletus, justru semakin meningkatkan kesadaran spiritualitasnya, maka dengan begitu akan memiliki resiliensi yang baik. Sebaliknya, ketika individu memiliki spiritualitas yang kurang, maka segala sesuatu yang menimpa dirinya sepenuhnya akan menyalahkan Tuhan bukan menjadi sarana introspeksi

diri dan semakin dekat dengan Tuhan beserta alam, akibatnya turunnya bahkan hilangnya resiliensi yaitu keinginan untuk bangkit dan menjadi lebih baik lagi.

Proses pemaknaan objektif di luar pemahaman dirinya akan waktu dan tempat yang dilakukan oleh individu terhadap kehidupan dari perspektif yang lebih luas. Hal di luar dirinya terdapat dua dimensi, dimensi vertikal dan horizontal. Dimensi vertikal ada hasrat dan kesadaran berhubungan lebih dekat dengan sumber di luar kekuatannya (Tuhan), dan dimensi horizontal menitikberatkan pada proses relasi individu tersebut dengan dirinya sendiri, oranglain bahkan lingkungannya. Maka, terjadi proses terus menerus pada dua dimensi itu. Untuk melancarkan proses tersebut dibutuhkan interaksi faktor-faktor yang memperkuat resiliensi. Didalam proses pembentukan resiliensi memang harus ada interaksi ketiga sumbernya. Tidak bisa timpang salah satunya. Mungkin akan terjadi ketidakseimbangan dalam pembentukannya setelah mengalami kondisi tidak menyenangkan berupa bencana erupsi gunung. Resiliensi merupakan bentuk sikap positif yang didukung oleh spiritualitas. Dan, spiritualitas dapat mengembangkan resiliensi remaja yang sedang melewati masa krisis dan rentan permasalahan psikologis.

D. Penelitian Terdahulu

No.	Hasil Penelitian
1.	<p>Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai korelasi kecerdasan spiritual dengan resiliensi sebesar 0,733 dengan signifikansi 0,0000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat kecerdasan spiritual dengan tingkat resiliensi pada wanita penderita kanker payudara. Artinya, semakin tinggi kecerdasan spiritual maka semakin tinggi pula resiliensi pada wanita yang menderita kanker payudara. (Hakim, 2011)</p>
2.	<p>Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa 65,22% subjek memperoleh skor tinggi dan 34,76% memperoleh skor sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi pada <i>survivor</i> bencana gempa bumi di Bantul dalam penelitian spiritualitas dan <i>proactive coping</i>. (Adami, 2006)</p>
3.	<p>Hasil penelitian lain tentang resiliensi menunjukkan bahwa proporsi varians yang jelaskan oleh semua <i>independent variable</i> (<i>self esteem</i> dan religiusitas) adalah sebesar 53,8%, sedangkan 46,2% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Dan, ada hubungan signifikan antara <i>self-esteem</i> dan religiusitas dengan resiliensi remaja. (Iqbal, 2011)</p>
4.	<p>Hasil penelitian lainnya menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara <i>coping</i> dan resiliensi pada penderita kanker. Skor terendah dalam pengukuran resiliensi adalah sebesar 36 dan yang tertinggi adalah 53, sementara itu rata-rata skor menunjukkan skor 43,38. Selain itu ditemukan bahwa resiliensi berhubungan lebih erat dengan jenis <i>emotion-focused coping</i>. (Rosyani, 2012)</p>

Dari beberapa penelitian di atas, peneliti mengambil tema yang hampir sama. Yang membedakan terletak pada salah satu variabel. Karena, peneliti belum menemukan penelitian terkait hubungan spiritualitas dengan resiliensi tersebut. Penelitian sebelumnya yang ada terkait kecerdasan spiritual dengan resiliensi, yang mana kecerdasan spiritual masuk dalam kajian spiritualitas yang lebih luas. Penelitian baru menemukan satu penelitian spiritualitas pada subjek *survivor* (korban bencana selamat) gempa bumi yang berhubungan dengan variabel lain. Untuk penelitian resiliensi, peneliti menemukan lebih banyak pada subjek pasien penderita penyakit tertentu. Oleh sebab itu, peneliti mengambil penelitian terkait hubungan spiritualitas dengan resiliensi pada *survivor* remaja pasca bencana gunung meletus. Karena, sebelumnya peneliti belum menemukan penelitian terhadap *survivor* remaja pasca bencana gunung meletus di Desa Pandansari, Kecamatan Ngantang, Kabupaten Malang.

Spiritualitas dalam penelitian ini menekankan pada tingkat spiritualitas yang dimiliki oleh *survivor* remaja dan untuk resiliensi pasca bencana gunung meletus. Sedangkan, penelitian sebelumnya untuk mengetahui tingkat spiritualitas atau resiliensi saja. Pada penelitian ini landasan teori yang digunakan menggunakan teori Piedmont untuk spiritualitas dan menggunakan teori Grotberg untuk resiliensi *survivor* remaja pasca bencana gunung meletus.

E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah diuraikan sebelumnya, dapat ditetapkan hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi *survivor* remaja pasca bencana erupsi Gunung Kelud. Semakin tinggi atau baik spiritualitas maka semakin tinggi tingkat resiliensi *survivor* remaja pasca bencana erupsi gunung Kelud, begitupula sebaliknya semakin rendah spiritualitas maka semakin rendah tingkat resiliensi *survivor* pasca bencana erupsi Gunung Kelud.

