

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Hardiness Personality

1. Pengertian *Hardiness*

Salah satu kepribadian yang membedakan sikap individu dalam menghadapi masalahnya ialah kepribadian *hardiness*. *Hardiness* adalah kemampuan atau perilaku seseorang dalam mengubah stressor negatif menjadi positif atau dengan kata lain menganggap suatu stressor sebagai suatu tantangan. Maddi, menyatakan individu dengan kepribadian *hardiness* mampu menyesuaikan diri dengan perubahan serta mampu mengontrol permasalahan yang dihadapi.¹

Kreitner & Kinicki menyatakan bahwa *hardiness* ialah kemampuan atau perilaku seseorang dalam mengubah stressor negatif menjadi positif atau dengan kata lain menganggap suatu stressor sebagai suatu tantangan. Individu dengan kepribadian *hardiness* cenderung memiliki kepercayaan dapat memprediksi dan mengontrol suatu kejadian atau peristiwa, individu juga mampu melibatkan diri dalam kegiatan sehari-hari dan melihat kegiatan-kegiatan tersebut sebagai sesuatu yang menarik, mempunyai tujuan dan bermakna, serta melihat masalah sebagai tantangan yang memberikan kesempatan individu untuk tumbuh dan berkembang.²

¹ Sri Mulyati, Yeniar Indriana “Hubungan Antara Kepribadian *Hardiness* Dengan Work-Family Conflict Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Teller Bank Pada Bank Rakyat Indonesia Semarang” *Jurnal Empati*, Agustus 2016, Volume 5(3), 577-582

² Ibid

Kobasa, menyatakan hardiness ialah suatu konstelasi karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif dari masalah yang dihadapi. Dijelaskan lebih lanjut bahwa hardiness memiliki tiga karakteristik yaitu commitment, control, dan challenge. Karakteristik hardiness yang diungkapkan oleh Kobasa selanjutnya diungkap oleh Kreitner & Kinicki, sebagai aspek dari kepribadian hardiness.³

2. Aspek-aspek Kepribadian *Hardiness*

Berbagai penelitian tentang hardiness merujuk pada aspek-aspek yang dibangun oleh Kobasa meliputi:

a. Komitmen

Komitmen mencerminkan sejauhmana seorang individu terlibat dalam apapun yang sedang ia lakukan. Orang yang berkomitmen memiliki suatu pemahaman akan tujuan dan tidak menyerah di bawah tekanan karena mereka cenderung menginvestasikan diri mereka sendiri dalam situasi tersebut.

b. Kontrol

Kontrol melibatkan keyakinan bahwa individu mampu mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya. Orang-orang yang memiliki ciri ini lebih cenderung meramalkan peristiwa yang penuh stres sehingga dapat mengurangi keterbukaan mereka pada

situasi yang menghasilkan kegelisahan. Selanjutnya, persepsi mereka atas keadaan terkendali dan mengarahkan "hal-hal internal" untuk menggunakan strategi penanggulangan yang proaktif.

c. Tantangan

Tantangan merupakan keyakinan bahwa perubahan merupakan suatu bagian yang normal dari kehidupan. Oleh karena itu, perubahan dipandang sebagai suatu kesempatan untuk pertumbuhan dan perkembangan dan bukan sebagai ancaman pada keamanan.⁴

Individu yang memiliki hardiness mampu mengontrol diri mereka dengan baik, berkomitmen tinggi terhadap aktivitas atau pekerjaannya dan melihat perubahan sebagai tantangan artinya individu siap dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi. Selain itu, individu dengan tingkat hardiness yang tinggi lebih mampu memecahkan masalah dengan baik dan dapat menilai kejadian atau situasi yang menimbulkan stres sebagai sesuatu yang positif atau menantang.⁵

3. Fungsi hardiness, yaitu:

a. Membantu adaptasi

⁴Harlina Nurtjahjanti, Ika Zenita Ratnaningsih, "Hubungan Kepribadian Hardiness Dengan Optimisme Pada Calon Tenaga Kerja Indonesia (Ctki) Wanita di Blkn Disnakertrans Jawa Tengah" *Jurnal Psikologi Undip* Vol. X. 2 (Oktober, 2011)

⁵Sri Mulyati, Yeniar Indriana, "Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Work-Family Conflict Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Teller Bank Pada Bank Rakyat Indonesia Semarang", *Jurnal Empati*, Volume 5,3(Agustus, 2016)

- b. Toleransi terhadap frustrasi
- c. Mengurangi akibat buruk dari stress
- d. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian
- e. Meningkatkan ketahanan diri terhadap stres

4. Faktor pendukung *Hardiness*

Menurut Warner, beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness* seperti memiliki hubungan yang menyediakan perawatan dan dukungan, cinta dan kepercayaan, dan memberikan dorongan, baik di dalam maupun di luar keluarga. Faktor tambahan lain yang juga terkait dengan *hardiness*, seperti:

- a. Kemampuan untuk membuat rencana yang realistis, dengan kemampuan individu merencanakan hal yang realistis maka saat individu menemukan suatu masalah maka individu akan mengetahui apa cara terbaik yang dapat dilakukan individu dalam keadaan tersebut.
- b. Memiliki rasa percaya diri dan positif terhadap citra diri, individu akan lebih tenang dan optimis, jika individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan citra diri yang positif maka individu akan terhindar dari stres.
- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi, dan kapasitas untuk mengelola perasaan yang kuat.

Selain faktor diatas juga ditemukan bahwa menurut Sweetman disisi lain, optimisme adalah faktor pelindung yang berfungsi untuk meningkatkan dan sebagai sumber dasar bagi hardiness yang dimiliki individu, yang merupakan kapasitas untuk bertahan dan bangkit dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan penjabaran diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor hardiness yaitu kemampuan untuk membuat rencana yang realistis, memiliki rasa percaya diri dan positif terhadap citra diri, mengembangkan keterampilan komunikasi dan optimis.

5. *Hardiness* Menurut Islam

Aspek pertama yaitu *Kontrol*, merupakan kecenderungan untuk dapat menerima dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga. Keyakinan bahwa individu mampu mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya. Dalam Islam, kita diajarkan untuk bisa mengendalikan diri agar tetap di jalan yang benar. Shalat dan Sabar merupakan beberapa pilihan untuk dapat meningkatkan kontrol diri kita. Surat Al-Baqoroh 153

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu*, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.

[*] Ada pula yang mengartikan: mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat.

Komitmen merupakan aspek *hardiness* yang kedua merupakan cerminan sudah sejauhmana seorang individu terlibat dalam apapun yang sedang ia lakukan. Kecenderungan individu untuk melibatkan diri pada aktivitas yang dilakukan dan mampu menentukan tindakan yang harus dilakukan ketika menghadapi masalah dan tidak mudah menyerah dalam situasi yang menekan, karena dalam kondisi yang menekan individu akan melakukan strategi coping yang sesuai dengan nilai, kemampuan, dan tujuan yang ada dalam dirinya.

Manusia sebagai makhluk sosial tentu membutuhkan orang lain. Islam mengajarkan kita untuk berkomitmen dalam kebaikan seperti berkumpul dengan orang lain dan saling mengenal untuk saling membantu. Surat Al-Mursalat Ayat 25

أَلَمْ نَجْعَلِ الْأَرْضَ كِفَاتًا

Artinya : Bukankah Kami menjadikan bumi (tempat) berkumpul
(Q.S Al-Mursalat: 25)

Aspek selanjutnya yaitu, *Tantangan* merupakan keyakinan bahwa perubahan merupakan suatu bagian yang normal dari kehidupan. Dalam Islam, kita mengenal istilah tawakkal yang dimana merupakan sifat positif yang berada dalam diri yang tangguh dan kuat. Allah memerintahkan hamba-Nya untuk bertawakkal agar hidupnya bahagia sebagaimana firman Allah. Surat Annaml Ayat 79

فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّكَ عَلَى الْحَقِّ الْمُبِينِ

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

B. Penghafal al-Qur'an

1. Pengertian Menghafal

Menurut etimologi, kata menghafal berasal dari kata dasar hafal yang dalam bahasa Arab dikatakan *al-Hifdz* dan memiliki arti ingat. Maka kata menghafal juga dapat diartikan dengan mengingat. Mengingat, menurut Wasty Soemanto berarti menyerap atau meletakkan pengetahuan dengan jalan pengecaman secara aktif.

Dalam terminologi, istilah menghafal mempunyai arti sebagai, tindakan yang berusaha meresapkan ke dalam pikiran agar selalu ingat. Menghafal adalah suatu aktifitas menanamkan suatu materi di dalam ingatan, sehingga nantinya dapat diingat kembali secara harfiah, sesuai dengan materi yang asli. Menghafal merupakan proses mental untuk mencamkan dan menyimpan kesan-kesan, yang suatu waktu dapat diingat kembali ke alam sadar.

Menghafal al-Quran, melafalkan semua surat yang terdapat di dalamnya, untuk dapat mengucapkan dan mengungkapkannya kembali secara lisan pada semua surat dan ayat tersebut, sebagai aplikasi menghafal al-Quran. Menghafal al-Quran merupakan suatu sikap dan aktivitas yang mulia, dengan menggabungkan al-Quran dalam bentuk

menjaga serta melestarikan semua keaslian al-Quran baik dari tulisan maupun pada bacaan dan pengucapan atau teknik melafalkannya

2. Keistimewaan Penghafal al-Qur'an

Hikmahnya hafal al-Quran akan diperoleh kemenangan, barang siapa membaca al-Quran, mempelajari, dan mengamalkan, dipakaikan kepada orang tuanya mahkota dari cahaya pada hari kiamat. Cahayanya seperti cahaya matahari dan kedua orang tuanya dipakaikan dua jubah kemuliaan yang tidak pernah didapatkan di dunia. Keutamaan menghafal al-Quran: pertama, al-Quran sebagai pemberi syafa'at pada bagi pembaca, memahami dan mengamalkan; kedua, penghafal al-Quran telah dijanjikan derajatnya oleh Allah SWT. Ketiga, al-Quran menjadi pembela bagi pembaca dan sebagai pelindung dari adzab api neraka.

Pembaca al-Quran khusus penghafal al-Quran kualitas dan kuantitas bacaan lebih tinggi, akan bersama malaikat selalu melindungi dan mengajak kepada kebaikan. Adapun implikasi secara psikologi bagi penghafal al-Quran pertama, sebagai obat galau, cemas dan cemas; kedua, menghafal al-Quran untuk memperoleh ketenangan jiwa, kecerdasan dan mendongkrak prestasi belajar; ketiga, penghafal al-Quran dapat meredam kenakalan remaja dan tawuran. Penghafal al-Quran akan mendapat penghargaan yang tinggi di sisi Allah dan Rasul-Nya. Menghafal al-Quran sebagai obat bagi siapa saja yang membaca dan menghafalkan.

3. Faktor Penghambat Hafalan

a. Faktor Internal

1) Kurang minat dan bakat

Kurangnya minat dan bakat para siswa dalam mengikuti pendidikan Tahfidzul Quran merupakan faktor yang sangat menghambat keberhasilannya dalam menghafal al-Quran, dimana mereka cenderung malas untuk melakukan Tahfidz maupun takrir.

2) Kurang motivasi dari diri sendiri

Rendahnya motivasi yang berasal dari dalam diri sendiri ataupun motivasi dari orang-orang terdekat dapat menyebabkan kurang bersemangat untuk mengikuti segala kegiatan yang ada, sehingga ia malas dan tidak bersungguh-sungguh dalam menghafalkan al-Quran. Akibatnya keberhasilan untuk menghafalkan al-Quran menjadi terhambat bahkan proses hafalan yang dijalannya tidak akan selesai-selesai dan akan memakan waktu yang relatif lama.

3) Banyak dosa dan maksiat

Hal ini karena dosa dan maksiat membuat seorang hamba lupa pada al-Quran dan melupakan dirinya pula, serta membutakan hatinya dari ingat kepada Allah swt serta darimembaca dan menghafal al-Quran.

4) Kesehatan yang sering terganggu

Kesehatan merupakan salah satu faktor penting bagi orang yang menghafalkan al-Quran. Jika kesehatan terganggu, keadaan ini akan menghambat kemajuan siswa dalam menghafalkan al-Quran, dimana kesehatan dan kesibukan yang tidak jelas dan terganggu tidak memungkinkan untuk melakukan proses Tahfidz maupun takrir.

5) Rendahnya kecerdasan

IQ merupakan faktor yang sangat penting dalam kegiatan Tahfidzul Quran. Apabila kecerdasan siswa ini rendah maka proses dalam hafal al-Quran menjadi terhambat. Selain itu lemahnya daya ingatan akibat rendahnya kecerdasan bisa menghambat keberhasilannya dalam menghafalkan materi, karena dirinya mudah lupa dan sulit untuk mengingat kembali materi yang sudah dihafalkannya. Meskipun demikian, bukan berarti kurangnya kecerdasan menjadi alasan untuk tidak bersemangat dalam proses Tahfidzul Quran. Karena hal yang paling penting adalah kerajinan dan istiqomah dalam menjalani hafalan.

6) Usia yang lebih tua

Usia yang sudah lanjut menyebabkan daya ingat seseorang menjadi menurun dalam menghafalkan Al-Quran. Diperlukan ingatan yang kuat, karena ingatan yang lemah akibat dari

usia yang sudah lanjut menghambat keberhasilannya dalam menghafalkan al-Quran.⁶

b. Faktor Eksternal

1) Cara instruktur dalam memberikan bimbingan

Cara yang digunakan oleh instruktur dalam memberikan materi pelajaran bimbingan besar sekali pengaruhnya terhadap kualitas dan hasil belajar siswa. Cara instruktur tidak disenangi oleh siswa bisa menyebabkan minat dan motivasi belajar siswa dalam menghafal menjadi menurun.

2) Masalah kemampuan ekonomi

Masalah biaya menjadi sumber kekuatan dalam belajarnya sebab kurangnya biaya sangat mengganggu terhadap kelancaran belajar siswa (santri). Pada umumnya biaya ini diperoleh bantuan orang tua, sehingga kiriman dari orang tua terlambat akan mempunyai pengaruh terhadap aktifitas siswa. Akibatnya tidak sedikitpun diantara mereka yang malas dan turun motivasinya dalam belajar menghafal al-Quran.

3) Padatnya materi yang harus dipelajari siswa

Materi yang terlalu banyak atau padat akan menjadi salah satu penghambat studi para siswa. Keadaan ini beralasan sekali karena beban yang harus ditanggung siswa menjadi lebih berat dan besar serta melelahkan.

⁶Oemar Hamalik, Metode Belajar Dan Kesulitan-Kesulitan Belajar, (Bandung: Tarsito, 1983),

Dengan adanya berbagai faktor yang menghambat pelaksanaan belajar dalam metode-metode menghafal al-Quran, maka perlu adanya untuk memecahkannya. Menurut Oemar Hamalik, ada beberapa cara mengatasi kesulitan dalam menghafal pelajaran adalah sebagai berikut:

- 1) Apa saja yang akan dihafal, maka terlebih dahulu hendaknya difahami dengan baik. Jangan menghafal materi yang belum difahami, karena cara ini akan menyebabkan kita akan bingung dan tidak bermanfaat. Kemungkinan besar juga akan mudah terlupakan.
- 2) Bahan-bahan hafalan senantiasa diperhatikan, dihubungkan dan diintegrasikan dengan bahan-bahan yang sudah dimiliki. Apa saja yang telah tersimpan dalam ingatan saudara dapat dijadikan latar belakang dari pada hafalan baru, sehingga hafalan itu menjadi satu keseluruhan dan bukan sebagai tambahan yang lepas satu sama lain. Cara demikian akan memudahkan untuk mengingat-ingat dan akan tahan lama.
- 3) Materi yang sudah saudara hafalkan, supaya sering diperiksa, diorganisasikan dan digunakan secara fungsional dalam situasi atau perbuatan sehari-hari, seperti dalam percakapan, diskusi atau dalam mengerjakan tugas.
- 4) Supaya dapat mengungkapkan dengan mudah, maka curahkan perhatian sepenuhnya pada bahan hafalan itu, Berkat kemauan dan keinginan yang kuat, maka perhatian dapat dikonsentrasikan sepenuhnya.

Berdasarkan upaya diatas bila diartikan atau dihubungkan dengan kesulitan menghafal al-Quran, maka ada beberapa upaya untuk mengatasinya. Adapun upaya tersebut dapat di terapkan di dalam hafalan antara lain:

1. Senantiasa mengadakan pengulangan (Muraja'ah) dalam hafalan untuk memperkuat ayat-ayat yang sudah dihafalkan.
2. Apa yang hendak dihafal sebaiknya dipahami dahulu agar mudah untuk mengatasinya.
3. Senantiasa menjaga kesehatan, karena kesehatan itu memegang peranan terpenting dalam aktifitas belajar, misalkan makan bergizi, istirahat yang cukup, dan lakukan olahraga secukupnya.
4. Pada saat menghadapi kesulitan psikologis, hendaklah mengadakan konsultasi dengan orang yang dipandang bisa membantu dan mengatasinya. Misalnya dengan kyai atau orang tua.

Dengan demikian diperlukan beberapa upaya untuk mengatasi kesulitan dalam menghafal al-Quran, karena dalam setiap kegiatan seseorang (termasuk siswa/siswa) akan selalu dihadapkan dengan permasalahan yang semuanya ini memerlukan jalan keluar untuk memecahkannya. Dengan adanya pemecahan ini apa yang diharapkan dan apa yang dilakukan baik oleh siswa maupun orang pada umumnya bisa berjalan dengan lancar dalam rangka mencapai tujuanyang dicita-citakan.

C. Faktor pendukung Hardiness Personality pada santri Penghafal al-Quran

Menurut Warner, beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness* seperti memiliki hubungan yang menyediakan perawatan dan dukungan, cinta dan kepercayaan, dan memberikan dorongan, baik di dalam maupun di luar keluarga. Faktor tambahan lain yang juga terkait dengan *hardiness*, seperti:

1. Kemampuan untuk membuat rencana yang realistis, dengan kemampuan individu merencanakan hal yang realistis maka saat individu menemukan suatu masalah maka individu akan mengetahui apa cara terbaik yang dapat dilakukan individu dalam keadaan tersebut.
2. Memiliki rasa percaya diri dan positif terhadap citra diri, individu akan lebih tenang dan optimis, jika individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan citra diri yang positif maka individu akan terhindar dari stres.
3. Mengembangkan keterampilan komunikasi, dan kapasitas untuk mengelola perasaan yang kuat.

Selain faktor diatas juga ditemukan bahwa menurut Sweetman disis lain, optimisme adalah faktor pelindung yang berfungsi untuk meningkatkan dan sebagai sumber dasar bagi *hardiness* yang dimiliki individu, yang merupakan kapasitas untuk bertahan dan bangkit dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan penjabaran diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *hardiness* yaitu kemampuan untuk membuat rencana yang realistis, memiliki rasa percaya diri dan positif terhadap citra diri, mengembangkan keterampilan komunikasi dan optimis.