



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

### A. Optimisme

#### 1. Pengertian Optimisme

Menurut Seligman (2008) optimisme adalah suatu kerangka bagaimana seseorang memandang keberhasilan dan kegagalan mereka berdasarkan *explanatory style* (gaya penjelasan) yang mengatribusikan kejadian-kejadian positif yang terjadi pada diri seseorang dengan sebab-sebab internal yang sifatnya permanen dan pervasif.

Ubaedy (2007) mengatakan optimisme adalah doktrin hidup yang mengajarkan kita untuk meyakini adanya kehidupan yang lebih baik buat kita, orang yang optimis adalah orang yang yakin dengan alasan-alasan yang dimilikinya bahwa ada kehidupan yang lebih bagus dihari esok. Kemudian optimisme juga berarti menjalankan apa yang kita yakini dan apa yang dibutuhkan oleh harapan kita dan keyakinan itu kita gunakan untuk menjalankan aksi yang lebih baik guna meraih hasil yang lebih baik. Raikonen dkk (1999) mengatakan bahwa orang yang optimis adalah orang-orang yang mengharapkan hasil-hasil yang positif.

Menurut Seligman (dalam Ghufron dan Risnawita, 2012) optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berfikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Optimisme adalah

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

keyakinan seseorang terhadap masa depannya bahwa akan ada harapan yang lebih baik kedepannya dalam menghadapi masalah dan hambatan.

Menurut Seligman (2006) mengemukakan ada dua kelompok orang berdasarkan cara individu melihat kehidupan. Kelompok pertama yaitu orang pesimis, yang cenderung yakin bahwa peristiwa-peristiwa buruk akan berlangsung lama, akan menentukan apapun yang mereka lakukan, dan merupakan kesalahan individu. Kelompok kedua yaitu orang yang optimis, yang apabila dihadapkan pada kehidupan yang keras dan ketidakberuntungan akan melihatnya dengan cara yang bertolak belakang. Individu cenderung yakin bahwa kegagalan merupakan kemerosotan yang bersifat sementara dan tidak menganggapnya sebagai kesalahannya. Jika dihadapkan pada situasi yang buruk mereka akan memandangnya sebagai suatu tantangan dan akan berupaya lebih keras.

Berdasarkan dari beberapa pengertian optimisme diatas, maka optimisme dapat diartikan sebagai cara pandang seseorang terhadap masa depannya dengan selalu berfikir positif dan memandang masalah yang ada dengan realistis sehingga meyakini bahwa adanya kehidupan yang lebih baik kedepannya.

## 2. Dimensi Optimisme

Seligman (2008) mengatakan ada tiga dimensi dalam optimisme, yaitu *Permanent*, *Pervasive* dan *Personalization*:

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. *Permanent* (ketetapan suatu peristiwa)

*Permanent* menggambarkan bagaimana individu melihat suatu peristiwa terjadi, apakah bersifat tetap atau sementara. Orang pesimis melihat peristiwa buruk akan bersifat menetap pada dirinya, sebaliknya orang optimis melihat bahwa peristiwa buruk sebagai hal yang bersifat sementara dan peristiwa baik akan menetap.

b. *Pervasive* (keluasan suatu peristiwa)

Orang yang pesimis melihat hal-hal buruk yang terjadi pada salah satu sisi kehidupannya meluas keseluruhan sisi lain dan melihat hal-hal yang baik hanya berlaku untuk hal tertentu saja. Sementara, orang-orang yang optimis cenderung melihat peristiwa buruk diakibatkan sebab-sebab khusus dan tidak akan meluas pada hal-hal lain, dan melihat peristiwa baik akan meluas keseluruhan aspek dalam kehidupannya.

c. *Personalization* (sumber suatu peristiwa)

*Personalization* merupakan gaya penjelasan yang berkaitan dengan sumber penyebab dan dibedakan menjadi internal dan eksternal. *Personalization* mengendalikan perasaan terhadap diri sendiri. Gaya penjelasan optimis menjelaskan kejadian-kejadian baik lebih bersifat internal dan kejadian buruk bersifat eksternal. Individu yang menyalahkan kejadian-kejadian eksternal tidak kehilangan rasa penghargaan terhadap diri sendiri saat kejadian buruk menimpa.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan dari pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa optimisme adalah bagaimana cara individu memandang dengan melihat sesuatu yang positif. Sikap-sikap optimis tersebut dibentuk melalui tiga dimensi yaitu *permanent*, *Pervasive* dan *Personalization* yang menyebabkan bagaimana individu melihat peristiwa ataupun suatu kejadian.

### 3. Ciri-Ciri Orang yang Optimis

Seligman (2008) mengatakan bahwa orang yang optimis cenderung percaya bahwa kegagalan hanya berpikir sementara dan penyebabnya pun terbatas. Orang yang optimis tidak memandang kegagalan sebagai gangguan atau hambatan, dan bila dihadapkan pada situasi yang buruk, maka ia akan memandangnya sebagai suatu tantangan dan berusaha lebih keras untuk menghadapinya. Orang optimis juga berfikir bahwa kegagalan bukanlah kesalahan mereka, atau karena keadaan sekitar, atau karena nasib buruk, ataupun karena orang lain.

Menurut McGinnis (1995) menyatakan orang-orang yang optimis, seperti:

- a. Orang-orang optimis jarang merasa terkejut oleh kesulitan.
- b. Optimis mencari pemecahan masalahnya.
- c. Optimis yakin bahwa mereka mempunyai pengendalian atas masa depan mereka.
- d. Optimis memungkinkan terjadinya pembaharuan secara teratur.
- e. Optimis menghentikan alur pemikiran mereka yang negatif.
- f. Optimis meningkatkan kekuatan apresiasi mereka.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- g. Optimis menggunakan imajinasi mereka untuk melatih sukses.
- h. Optimis selalu gembira bahkan ketika mereka tidak bisa merasa bahagia.
- i. Optimis merasa yakin bahwa mereka memiliki kemampuan yang tidak terbatas untuk diulur.
- j. Optimis membina banyak cinta dalam kehidupan mereka
- k. Optimis suka bertukar berita baik.
- l. Optimis menerima apa yang tidak bisa dirubah.

#### 4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Vinacle (dalam Shofia, 2009) menjelaskan ada dua faktor yang mempengaruhi pola pikir pesimis-optimis, yaitu:

##### a. Faktor Etnosentris

Yaitu sifat-sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas dari kelompok atau jenis lain. Faktor etnosentris ini berupa keluarga, status sosial, jenis kelamin, agama dan kebudayaan.

##### b. Faktor Egosentris

Yaitu sifat-sifat yang dimiliki tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa setiap pribadi adalah unik dan berbeda dengan pribadi lain. Faktor egosentris ini berupa aspek-aspek kepribadian yang memiliki keunikan sendiri dan berbeda antara pribadi yang satu dengan yang lain seperti tipe kepribadian *hardiness*.



## B. *Hardiness*

### 1. Pengertian *Hardiness*

Menurut Kobasa (1982) kepribadian *hardiness* adalah tipe kepribadian yang mempunyai kecenderungan untuk mempersepsikan atau memandang peristiwa-peristiwa hidup yang potensial mendatangkan tekanan sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam.

Menurut Santrock (2002) *hardiness* adalah gaya yang dikarakteristikan oleh suatu komitmen (daripada aliensi keterasingan), pengendalian (daripada ketidakberdayaan) dan persepsi terhadap masalah-masalah sebagai tantangan (daripada sebagai ancaman).

Kobasa (1982) mengatakan individu yang mempunyai kepribadian tahan banting (*hardiness*) memiliki kontrol pribadi, komitmen dan siap dalam menghadapi tantangan. Individu yang berkepribadian *hardiness* mempunyai karakteristik tinggi pada tingkat keyakinan individu bahwa dirinya dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi atas dirinya (*control*). Individu memiliki kecenderungan untuk melibatkan diri dalam aktivitas yang sedang dihadapi (*commitment*). Individu memiliki kecenderungan untuk memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai kesempatan untuk mengembangkan diri, bukan sebagai ancaman terhadap rasa amannya (*challenge*).

Dapat disimpulkan bahwa *hardiness* adalah kekuatan yang dimiliki oleh seseorang untuk bertahan dalam kondisi tertekan dan menggunakan

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kekuatan internal yang ada pada individu untuk bertahan dalam kondisi yang menantang.

## 2. Aspek-Aspek *Hardiness*

Kobasa (dalam Kinder, 2005) menggambarkan *hardiness* dalam aspek-aspek berikut, yaitu:

### a. Kontrol (*Control*)

Kontrol melibatkan keyakinan bahwa individu mampu mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya dengan pengalaman. Orang yang memiliki ciri ini lebih cenderung meramalkan dan mengendalikan peristiwa yang penuh stres atau tertekan sehingga dapat mengurangi keterbukaan pada situasi yang menghasilkan kegelisahan. Individu yang memiliki kontrol tinggi akan cenderung berhasil dalam menghadapi masalah daripada individu dengan kontrol yang rendah.

### b. Komitmen (*Commitment*)

Komitmen mencerminkan individu terlibat dalam apapun yang sedang dilakukan. Orang yang berkomitmen memiliki suatu pemahaman akan tujuan dan tidak menyerah akan tekanan karena mereka cenderung menginvestasikan diri dalam situasi dan mampu melibatkan diri sepenuhnya pada kehidupan kerja dan hubungan interpersonal.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Tantangan (*Challenge*)

Tantangan merupakan keyakinan bahwa perubahan merupakan bagian yang normal dari kehidupan karena dipandang sebagai suatu kesempatan untuk pertumbuhan dan perkembangan. Individu yang memiliki siap menghadapi tantangan ini memiliki kemampuan yang kuat untuk maju. Jika menghadapi masalah, individu ini memiliki perasaan yang positif dan menemukan cara agar dapat memecahkan masalah.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek *hardiness* terdiri dari aspek kontrol yaitu kemampuan individu untuk mempengaruhi kejadian dalam hidup dengan pengalaman, komitmen yaitu kecenderungan individu untuk memahami tujuan dan tidak menyerah dalam situasi, dan tantangan yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidup menjadi sesuatu yang wajar.

### C. Kerangka Berfikir

Menurut Seligman (2008) mengatakan bahwa optimisme adalah suatu kerangka bagaimana seseorang memandang keberhasilan dan kegagalan mereka berdasarkan *explanatory style* (gaya penjelasan) yang mengatribusikan kejadian-kejadian positif yang terjadi pada diri seseorang dengan sebab-sebab internal yang sifatnya permanen dan pervasif. Keberhasilan seseorang dimasa depan akan diperoleh bila seseorang memiliki optimisme dan semangat yang tinggi dalam mewujudkan masa depan yang lebih baik. Orang-orang yang memiliki pola pikir optimis dalam hidupnya akan memiliki kepercayaan diri dalam melaksanakan





pekerjaannya sehari-hari, mereka juga cenderung lebih berbahagia dalam menjalani kehidupan (Nurtjahjanti dan Ratnaningsih, 2011). Orang yang memiliki optimisme memiliki pandangan yang positif kedepan terhadap diri sendiri yang akan mampu menyelesaikan masalah yang ada pada diri individu tersebut sehingga ia yakin bahwa dalam menjalankan hidupnya akan bisa lebih baik. Optimis juga berarti percaya terhadap kemampuan diri sendiri, yaitu kemampuan dalam menyelesaikan pekerjaan dan menganggap suatu kegagalan adalah sebagai masalah yang dapat diatasi.

Optimisme masa depan yang dimiliki oleh seseorang akan menunjukkan harapan yang positif terhadap masa depan yang akan dihadapi, sehingga dapat meningkatkan motivasi untuk selalu berusaha dalam mencapai masa depan tersebut dan memandang segala sesuatu dari sisi yang baik serta mengharapkan hasil yang memuaskan terhadap dirinya. Seseorang yang memiliki optimisme yang tinggi akan membawa dirinya kearah yang lebih realistis untuk melihat kejadian-kejadian yang terjadi pada diri seseorang.

Harapan untuk menjadi seseorang yang lebih optimis dibarengi dengan usaha yang dilakukan agar apa yang diharapkan dapat segera tercapai. Hal tersebut membuat seseorang yakin terhadap dirinya untuk mendapatkan apa yang diinginkan, karena individu tersebut mampu menunjukkan semangat di dalam hidupnya untuk selalu berusaha, memiliki tujuan hidup yang jelas dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada. Artinya dengan bersyukurnya terhadap apa yang telah ada dapat menjadikan seseorang menjadi lebih optimis dalam menjalani kehidupan.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Untuk menjadi individu yang optimis, diperlukan kepribadian yang tangguh dalam menghadapi segala tekanan-tekanan yang membuat seseorang dapat bertahan dalam kondisi yang tertekan, seperti yang terdapat pada kepribadian *hardiness* yang mampu membuat seseorang bertahan dalam kondisi apapun yang terjadi dalam dirinya yang mana kepribadian *hardiness* adalah bentuk kepribadian yang unik yang mampu membawa seseorang kepada suatu daya tahan yang baik. Karena dengan adanya *hardiness* seseorang akan mampu menghadapi segala kesulitan-kesulitan yang ada. Nurtjahjanti dan Ratnaningsih (2011) mengatakan bahwa individu yang optimis, kehidupannya didominasi oleh pikirannya yang positif, berani mengambil risiko, dan lebih percaya diri. Hal ini dibuktikan dengan salah satu aspek yang terkandung dalam *hardiness* yaitu mampu menghadapi tantangan yang ada dan berani dalam mengambil resiko pada setiap kejadian.

Individu yang memiliki *hardiness* akan memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi atas dirinya sehingga dapat merespon secara tepat suatu peristiwa yang dialami dan meminimalisir dampak tekanan yang ditimbulkan, melibatkan diri dalam aktivitas yang sedang dihadapi, dan cenderung memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai kesempatan untuk mengembangkan diri, bukan sebagai ancaman terhadap rasa amannya sehingga akan mampu meminimalisir tekanan yang ditimbulkan.

Berdasarkan hasil penelitian (Nurtjahjanti dan Ratnaningsih, 2011) menemukan bahwa terdapat hubungan antara optimisme dengan *hardines* dimana seseorang yang memiliki daya tahan (*hardiness*) yakin bahwa mereka dapat mengendalikan peristiwa yang mereka temui, dapat berkomitmen terhadap



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

aktivitas dalam kehidupan, dan memberlakukan perubahan dalam kehidupan sebagai sebuah tantangan. Kondisi tersebut dapat membuat individu memiliki optimisme karena jika individu menganggap peristiwa dalam kehidupan sebagai sebuah tantangan yang harus dilalui, maka akan muncul keyakinan bahwa ia akan mampu menghadapi kehidupan dengan baik.

Kobasa (1982) mengungkapkan bahwa kepribadian *hardiness* adalah tipe kepribadian yang mempunyai kecenderungan untuk mempersepsikan atau memandang peristiwa-peristiwa hidup yang potensial mendatangkan tekanan sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam. Selain itu, *hardiness* merupakan kemampuan untuk menanggapi hal-hal yang tidak menyenangkan pada dirinya lalu memberikan tanggapan yang positif untuk merubah tekanan tersebut agar lebih baik.

Kobasa (1982) mengatakan individu yang mempunyai kepribadian tahan banting (*hardiness*) memiliki kontrol pribadi, komitmen dan siap dalam menghadapi tantangan. Individu yang berkepribadian *hardiness* mempunyai karakteristik tinggi pada tingkat keyakinan individu bahwa dirinya dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi atas dirinya (*control*), memiliki kecenderungan untuk melibatkan diri dalam aktivitas yang sedang dihadapi (*commitment*) dan memiliki kecenderungan untuk memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai kesempatan untuk mengembangkan diri, bukan sebagai ancaman terhadap rasa amannya (*challenge*). Berdasarkan hasil penelitian Dodik dan Astuti (2012) yang menemukan bahwa tiga aspek kepribadian ini memberikan konstelasi kepribadian menguntungkan bagi individu untuk mengatasi tekanan-

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tekanan hidupnya sehingga menjadi individu yang “tahan banting”. Hal inilah yang akan meningkatkan optimisme pada diri individu terutama pada diri remaja.

Berdasarkan uraian tentang hubungan *hardiness* dengan optimisme sebagaimana yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan antara *hardiness* dengan optimisme pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan.

#### D. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis penelitian yaitu “terdapat hubungan yang positif antara *hardiness* dengan optimisme pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan”. Semakin tinggi *hardiness* maka akan semakin tinggi pula optimisme pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness* maka semakin rendah pula optimisme remaja yang tinggal di panti asuhan.