

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Adversity Quotient*

1. Pengertian *Adversity Quotient*

Paul G. Stoltz mendefinisikan *adversity quotient* sebagai kemampuan individu untuk menghadapi berbagai kesulitan dan permasalahan dalam kehidupannya. Paul G. Stoltz menyebutkan bahwa individu yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi tidak mudah menyerah ketika menghadapi situasi yang rumit dalam hidupnya sehingga dia akan bertahan dan berusaha mencari jalan keluar dari persoalan tersebut.¹⁴

Secara istilah, *adversity quotient* dapat diartikan sebagai kecerdasan seseorang dalam menghadapi hambatan yang berkaitan dengan keyakinan individu terhadap dirinya sendiri sehingga dia mampu mengarahkan tujuan hidupnya.¹⁵ Sementara jika diartikan secara bahasa, dalam Bahasa Inggris *adversity* diartikan sebagai kemalangan dan kesengsaraan, sedangkan *quotient* diartikan sebagai kecerdasan.¹⁶ Selain pengertian yang masyhur dikemukakan oleh Paul G. Stoltz, Widyaningrum dan Rahmawati juga memberikan pengertian bahwa *adversity quotient* merupakan daya pikir individu yang merepresentasikan kemampuan individu untuk menghadapi hambatan dalam kehidupannya dan menemukan solusi atau jalan keluar dari kesulitan-kesulitan yang dihadapinya.¹⁷

¹⁴ Niila Khoiru Amaliya, "Adversity Quotient Dalam al-Qur'an", *Jurnal Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan*, Vol 12 No 2, (2017), h.228.

¹⁵ Paul G.Stoltz, *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang (Adversity Quotient: Turning Obstacles Into Opportunity)*, terj. T.Hermaya (Jakarta: Grasindo, 2000), h. 8-9.

¹⁶ John M.Echols dan Hassan Sadily, *Kamus Inggris Indonesia* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1976), h. 14.

¹⁷ J. Widyaningrum, Rachmawati, "Adversity Intelligence dan Prestasi Belajar Siswa" *Jurnal Psikologi Proyeksi*, Vol 2, Nomor2, h. 47-55.

Dalam Al-Qur'an, Allah SWT telah terlebih dahulu memberikan isyarat bahwa manusia dibekali akal dan pikiran untuk bertahan hidup dan bertahan dalam berbagai ujian dan cobaan yang dihadapinya. Hal tersebut dapat ditemukan dalam Q.S. Rum (30) : 38, Fushilat (41) : 53, dan Adz-Dzariyat (51) : 21, dimana manusia diberikan dorongan untuk mengkaji dirinya sendiri dan melakukan pendekatan terhadap dirinya sendiri sehingga mampu untuk mengendalikan diri, menjaga diri dari perilaku yang menyimpang, dan membedakan mana yang benar dan mana yang salah. Dalam ayat-ayat tersebut, Allah SWT mengisyaratkan bahwa manusia mampu untuk menghadapi kesulitan yang terjadi dalam kehidupannya jika mereka percaya bahwa diri mereka mampu untuk menemukan jalan keluar.¹⁸

Dari beberapa penjabaran di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa *adversity quotient* merupakan kecerdasan yang dimiliki individu untuk bertahan menghadapi hambatan dan kesulitan dalam kehidupannya dan juga kemampuan untuk mencari jalan keluar dari hambatan tersebut bahkan mampu untuk menjadikan kesulitan tersebut sebagai peluang untuk menjadi individu yang lebih baik.

2. Aspek-aspek *Adversity Quotient*

Dalam teorinya, Paul G. Stoltz mengemukakan beberapa aspek *adversity quotient* yang dikenal dengan COORE, yaitu sebagai berikut :

- a. *Control* atau kendali yaitu kemampuan individu untuk mengontrol atau mengendalikan dirinya dalam menghadapi berbagai persoalan hidup. Kontrol disini juga berkaitan dengan bagaimana individu mengelola sebuah peristiwa

¹⁸ Niila Khoiru Amaliya, "Adversity Quotient Dalam al-Qur'an", *Jurnal Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan*, Vol 12 No 2, (2017), h.234.

yang kemungkinan dapat menyebabkan permasalahan di masa yang akan datang.

- b. *Origin* atau asal usul yang berkaitan dengan tanggung jawab atau pengakuan. Hal tersebut menyangkut bagaimana individu memperlakukan dirinya ketika menyadari bahwa suatu permasalahan tersebut ditimbulkan oleh dirinya. Atau juga bagaimana individu memperlakukan orang lain atau lingkungannya ketika dirasa orang lain yang menyebabkan kegagalannya.
- c. *Ownership* atau pengakuan yaitu sejauh mana individu mengakui kesulitan yang dihadapinya beserta akibat-akibat yang ditimbulkannya dan kesediaan individu tersebut untuk bertanggung jawab terhadap kesalahan yang dibuatnya tersebut. Individu yang mengakui kegagalan cenderung akan merasa bersalah, namun bagaimana tindakan yang dilakukannya setelah mengakui kesalahan tersebut akan menentukan bagaimana *adversity quotient* yang dimiliki individu. Individu yang memiliki *adversity quotient* yang baik akan termotivasi untuk menjadi lebih baik dari kegagalan atau kesulitan yang dihadapinya. Sebaliknya, individu dengan *adversity quotient* yang lemah akan berlebihan dalam perasaan bersalah sehingga dia tidak mampu bertindak lebih baik.
- d. *Reach* atau jangkauan yaitu berkaitan dengan kemampuan individu untuk membatasi akibat dari permasalahan yang timbul sehingga dampaknya tidak merembet ke dalam Aspek-aspek lain dalam kehidupannya.
- e. *Endurance* atau daya tahan yang berkaitan dengan ketepatan dan kecepatan individu dalam menyelesaikan masalahnya. Daya tahan individu dipengaruhi

oleh persepsi individu tersebut terhadap kesulitan dan kekuatan yang dimilikinya sehingga menimbulkan optimisme pada individu tersebut.¹⁹

3. Faktor yang Mempengaruhi *Adversity Quotient*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terbentuknya *adversity quotient* pada individu yaitu sebagai berikut :

a. Daya Saing

Persaingan pada umumnya berkaitan dengan harapan, keuletan, kegesitan yang ditentukan oleh bagaimana individu menghadapi rintangan dan kesulitan dalam hidupnya. Individu akan memiliki *adversity quotient* yang rendah apabila tidak memiliki daya saing ketika menghadapi kesulitan sehingga individu tersebut tidak mampu untuk menciptakan peluang dalam menghadapi kesulitan tersebut.

b. Kreativitas

Kreativitas biasanya muncul karena adanya harapan yang membutuhkan keyakinan bahwa sesuatu yang sebelumnya tidak dapat menjadi ada sehingga kreativitas yang dimiliki individu dapat mempengaruhi kemampuannya untuk mengatasi rintangan-rintangan yang disebabkan oleh hal-hal yang tidak pasti.

c. Motivasi

Menurut Paul G. Stoltz, individu yang memiliki motivasi yang kuat mampu berupaya untuk menemukan peluang untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Motivasi dapat memberikan pengaruh pada *adversity quotient* individu disebabkan motivasi merupakan dorongan untuk

¹⁹ Paul G. Stoltz, *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang (Adversity Quotient: Turning Obstacles Into Opportunity)*, terj. T. Hermaya (Jakarta: Grasindo, 2000), 140-162.

individu untuk mengarahkan perilakunya untuk mencapai kebutuhannya dan mengurangi ketidakseimbangan.

d. Mengambil Resiko

Individu yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi memiliki keberanian yang lebih untuk mengambil resiko dari tindakan yang dilakukannya. Hal tersebut disebabkan individu dengan *adversity quotient* yang tinggi dapat merespon hambatan dengan lebih konstruktif.

e. Perbaikan

Individu dengan *adversity quotient* yang baik cenderung berupaya untuk mengatasi kesulitan dengan melakukan perbaikan pada berbagai aspek sehingga kesulitan-kesulitan tersebut tidak berdampak pada Aspek-aspek lain dalam kehidupannya.²⁰

B. *Self Acceptance*

1. Pengertian *Self Acceptance*

Hurlock mengemukakan pengertian *self acceptance* sebagai kemampuan individu dalam menerima segala hal yang melekat pada dirinya baik sebuah kelebihan maupun kekurangan sehingga individu tersebut mampu menghadapi suatu problematika yang terjadi terhadapnya dengan logis tanpa merasa rendah diri, malu dan perasaan tidak aman (*insecure*). Individu yang memiliki *self acceptance* yang baik memiliki perspektif yang baik mengenai kekurangan dan kelebihan yang wajar dimiliki oleh semua manusia sehingga dirinya mampu menerima dirinya secara positif. Hurlock juga menyebutkan bahwa *self*

²⁰ Sri Dewi Bincin. *Studi Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Adversity Quotient pada Mahasiswa Universitas Muslim Nusantara Al-Wasliyah Medan*. (2015), h. 29-30

acceptance yang dimiliki individu dapat menentukan bagaimana tingkat kesediaan individu menerima karakteristik yang dimilikinya dan hidup dengan karakteristik yang dimilikinya tersebut.²¹

Sejalan dengan pendapat Hurlock, Shereer dalam Luh Putu menyebutkan bahwa *self acceptance* merupakan sikap individu yang menunjukkan penilaian secara objektif terhadap dirinya sendiri baik kelebihan maupun kekurangannya. Menurut Hjelle dan Zieger, individu yang memiliki *self acceptance* akan cenderung memiliki toleransi terhadap kondisi yang tidak menyenangkan dan mampu menerima segala kondisi dirinya tanpa merasa kecewa atau marah.²²

Chaplin juga memberikan definisi terhadap *self acceptance* yaitu sikap yang ditunjukkan oleh individu yang merasa puas terhadap dirinya sendiri mengenai kualitas diri, bakat yang dimiliki dan mengakui keterbatasan dan kelemahan yang dimilikinya.²³ Maslow menyebutkan bahwa individu yang sehat adalah individu yang mampu menerima dirinya sendiri apa adanya tanpa ada perasaan kecewa, sesal dan marah.²⁴

Islam juga mengajarkan konsep *self acceptance* yang disebut dengan sikap *qona'ah*. Sebagaimana hadits Rasulullah yang diriwayatkan oleh Jabir yang artinya :

²¹ Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan : Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta : Erlangga, 1999), h. 343.

²² Luh Putu Shanti Kusumaningsih, “*Self Acceptance* dan Kecemasan Terhadap Status Narapidana”, *Jurnal Psikologi Ilmiah INTUISI*, Vol. 9, Nomor 3, (2017), h. 236.

²³ Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi terj. Kartini Kartono*, (Jakarta : Grafindo Persada, 2006), h. 451.

²⁴ Abraham H. Maslow, *Motivasi dan Kepribadian 2*, (Jakarta : Pustaka Binaman Presindo, 1993), h. 9.

“Dari Jabir, Rasulullah SAW bersabda : Tetaplah *qona'ah* (menerima apa adanya), sesungguhnya *qona'ah* merupakan harta yang tidak akan habis.” H.R. Thabarani.²⁵

Dari potongan hadits tersebut menyiratkan bahwa sikap *qona'ah* merupakan sikap yang dapat memberikan kebaikan bagi individu khususnya umat muslim dimana sikap *qona'ah* dapat menyebabkan seseorang menjadi sabar dan ikhlas dalam menerima segala ketetapan Allah SWT sehingga individu tersebut mampu menjalani kehidupan dengan penuh kedamaian dan ketenangan karena mampu menerima segala kondisi.

Dari beberapa penjelasan mengenai *self acceptance* di atas dapat disimpulkan bahwa *self acceptance* merupakan sikap individu yang menerima dirinya sendiri apa adanya baik kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya tanpa merasa kecewa ataupun marah sehingga individu tersebut mampu berpikir secara logis dan objektif dalam menghadapi segala kondisi yang tidak menyenangkan dalam kehidupannya.

2. Aspek-aspek *Self Acceptance*

Ada beberapa aspek *self acceptance* yang dikemukakan oleh Shereer yaitu sebagai berikut :

1. Perasaan Sederajat

Individu yang memiliki *self acceptance* yang baik cenderung menganggap dirinya sederajat dengan orang lain di sekitarnya sehingga dia tidak merasa lebih tinggi atau lebih rendah dari orang lain dan merasa bahwa

²⁵ Luh Putu Shanti Kusumaningsih, “*Self Acceptance* dan Kecemasan Terhadap Status Narapidana”, *Jurnal Psikologi Ilmiah INTUISI*, Vol. 9, Nomor 3, (2017), h. 236.

dirinya juga memiliki kelebihan dan kekurangan tersendiri sebagai karakteristiknya.

2. Bertanggungjawab

Self acceptance pada individu menyebabkan dirinya merasa memiliki tanggung jawab terhadap perilakunya sehingga dia mampu menerima dirinya sendiri apa adanya.

3. Berpendirian

Individu yang mampu menerima dirinya sendiri akan cenderung memiliki pendirian yang kuat dan mengikuti standar dirinya sendiri tanpa merasa tertekan dengan kondisi di lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, individu yang memiliki *self acceptance* yang baik pada umumnya juga memiliki kepercayaan diri yang baik.

4. Percaya Kemampuan Diri

Sebagaimana yang telah disebutkan bahwa individu yang memiliki *self acceptance* yang baik cenderung memiliki kepercayaan diri yang baik, kepercayaan diri tersebut mampu membuat individu percaya akan kemampuan dirinya sendiri dalam untuk menghadapi kesulitan. Individu yang percaya akan kemampuan dirinya sendiri akan mengembangkan dan mengoptimalkan kelebihan yang dimilikinya dan mengeliminasi kekurangannya sehingga dia bisa mendapatkan penerimaan dari lingkungan sekitarnya.

5. Menyadari Keterbatasan

Self acceptance pada individu dapat menyebabkan individu tersebut tidak menyalahkan dirinya sendiri karena keterbatasan yang dimilikinya.

Sebaliknya, dia akan menjadikan keterbatasannya sebagai peluang untuk mengembangkan kelebihan yang dimilikinya.

6. Menerima Sifat Kemanusiaan

Individu yang mampu menerima dirinya sendiri juga akan mengakui sifat kemanusiaan seperti menerima segala emosi yang dirasakannya tanpa adanya penolakan terhadap segala emosi yang muncul. Dengan demikian, individu akan mampu menghadapi segala permasalahan yang ditimbulkan dengan baik.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Self Acceptance*

Hurlock menyebutkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self acceptance* pada individu yaitu sebagai berikut :

1) Adanya Pemahaman Mengenai Diri Sendiri

Self acceptance seseorang dapat terbentuk karena adanya pemahaman diri yang baik. Ketika individu mampu menyelami dirinya sendiri dan memahami kekurangan dan kelebihanannya, maka dia akan mampu menerima dirinya sendiri apa adanya.

2) Sikap Realistik

Sikap realistik akan menyebabkan individu mampu menentukan sendiri harapannya dengan menyesuaikan kemampuan yang dimilikinya secara realistik. Hal tersebut juga dipengaruhi oleh pemahaman yang baik terhadap dirinya sendiri. Sikap realistik menyebabkan individu tidak akan bergantung pada pendapat orang lain sehingga peluang dirinya untuk mencapai harapannya akan semakin lebar.

3) Tidak Adanya Hambatan Dalam Lingkungan

Lingkungan juga berpengaruh terhadap terbentuknya *self acceptance* pada individu. Meskipun apabila individu memiliki sikap realistis dan pemahaman yang baik terhadap dirinya, namun jika lingkungan sekitarnya memberikan tekanan atau hambatan, maka individu akan kesulitan untuk menerima dirinya apa adanya. Hambatan dari lingkungan dapat berupa tuntutan sosial dan tekanan sosial yang menyebabkan individu cenderung akan berusaha memenuhi tuntutan tersebut agar dapat diterima dengan baik di lingkungannya meskipun tuntutan sosial yang diterimanya tidak sesuai dengan karakteristik yang dimilikinya.

4) Pola Asuh Keluarga

Pola asuh demokratis akan menyebabkan seorang anak tumbuh dengan *self acceptance* yang baik. Hal tersebut dikarenakan pola asuh demokratis memberikan kesempatan untuk anak-anak untuk menentukan beberapa sikap dan tindakan dirinya sendiri sehingga anak mampu mencapai pemahaman akan keterbatasan dan kelebihan yang dimilikinya.

5) Konsep Diri

Individu yang memiliki konsep diri yang baik akan mampu menunjukkan siapa dirinya pada lingkungan. Konsep diri yang dimiliki individu dapat menyebabkan dirinya mampu menjelaskan kepada lingkungannya mengenai dirinya sendiri sehingga dia akan mampu menerima dirinya dengan konsep diri yang stabil.²⁶

²⁶ Elizabeth. B. Hurlock, *Perkembangan Anak Jilid 1*, (Jakarta : Erlangga, 1999), h. 259.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dalam sebuah penelitian digunakan untuk memberi gambaran terhadap pokok permasalahan dan target penelitian. Oleh karena itulah kerangka berpikir sangat penting dikemukakan. Melalui kerangka berpikir, penulis ingin memperjelas arah penelitian yang akan dilakukan dalam pengaruh *adversity quotient* terhadap *self acceptance* pada narapidana anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar.



D. Hipotesis

Penulis telah merumuskan hipotesis dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Ha : Ada pengaruh yang signifikan antara *adversity quotient* terhadap *self acceptance* pada narapidana anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas 1 Blitar.

H0 : Tidak ada pengaruh yang signifikan antara *adversity quotient* terhadap *self acceptance* pada narapidana anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA)

Kelas 1 Blitar.