

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Hardiness*

1. Pengertian *Hardiness*

Menurut Maddi, kepribadian *hardiness* merupakan pola sikap dan strategi yang saling melengkapi dalam membantu individu menghadapi situasi penuh tekanan, melalui ketahanan mental dan langkah-langkah yang tepat, *hardiness* memungkinkan individu untuk bertahan dalam kondisi yang sulit, dan dapat mengubah tekanan tersebut menjadi bagian dari proses berkembang.²⁷ Maddi melihat *hardiness* sebagai kecenderungan kepribadian dalam melihat peristiwa kehidupan yang berpotensi menimbulkan stress sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam. Maddi memandang *hardiness* suatu fungsi kepribadian yang memungkinkan individu memaknai peristiwa kehidupan yang sulit atau kehidupan yang penuh tekanan sebagai tantangan, bukan sebagai ancaman bagi individu. *Hardiness* adalah suatu sikap yang membantu individu untuk mengubah stres menjadi kesempatan untuk berkembang. Dalam hal ini, individu yang memiliki *hardiness* cenderung melihat suatu masalah sebagai tantangan untuk mereka belajar, berkembang, atau menguji kemampuan diri, daripada sesuatu yang hanya membawa kesedihan atau kerugian.²⁸

²⁷ S.R. Maddi. *Personal Hardiness as the Basis For Resilience*. (SpringerBriefs in Psychology 2013), Hal 2-3

²⁸ Wening Wihartati. *Psikologi Kesehatan: Berbasis Unity of Sciences*. (Jawa Tengah: CV Lawwana 2022), Hal 29-30

Menurut Kobasa, kepribadian *hardiness* adalah susunan sifat-sifat kepribadian yang membuat seseorang lebih stabil dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang mereka hadapi. Dalam hal ini, *hardiness* sebagai kecenderungan kepribadian dalam melihat peristiwa kehidupan yang berpotensi menimbulkan stres sebagai hal yang kurang mengancam.²⁹

Menurut Lecci, individu dengan *hardiness* menunjukkan beberapa ciri seperti semangat dalam bekerja keras, memiliki keberanian dalam membuat keputusan dan melaksanakannya dengan baik, serta memiliki ketahanan untuk bersaing. Menurut Lecci *hardiness* berperan penting dalam mempengaruhi cara berpikir individu dan bertindak untuk menyelesaikan masalah atau tugas. Menurut Gonella, *hardiness* kemampuan atau kekuatan individu dalam menghadapi stres, individu yang mempunyai *hardiness* rendah cenderung mengalami stres yang besar dibandingkan dengan mereka yang mempunyai *hardiness* tinggi. Menurut Gonella, individu yang mempunyai *hardiness* rendah lebih menunjukkan perilaku perlindungan diri sebagai bentuk pertahanan diri mereka, sedangkan individu yang mempunyai *hardiness* tinggi mereka merespons masalah dengan tindakan yang berfokus pada pemecahan masalah tersebut. Dalam hal ini, *hardiness* berperan penting dalam mempengaruhi cara berpikir dan bertindak individu. Individu dengan *hardiness* tinggi cenderung menunjukkan ketangguhan, keberanian, dan fokus pada solusi masalah, sedangkan *hardiness* dengan

²⁹ Ibid.

tingkat rendah lebih menggunakan mekanisme perlindungan diri mereka.³⁰

Menurut Santrock, *hardiness* adalah gaya kepribadian yang ditandai oleh komitmen, pengendalian, dan pandangan terhadap masalah sebagai tantangan bukan sebagai ancaman.³¹ Sementara itu, menurut Nevid, ketahanan psikologis (*psychological hardiness*) merupakan serangkaian sifat individu yang membantu dalam mengelola stress, dengan ciri-ciri utama berupa komitmen, tantangan, dan pengendalian.³²

Hardiness adalah karakteristik kepribadian yang memungkinkan individu untuk mengendalikan pengalaman yang kurang menyenangkan dengan cara mengadaptasi pengalaman tersebut. Individu dengan *hardiness* tinggi mampu mengendalikan situasi sulit dan memberikan makna positif pada pengalaman tersebut, sehingga individu tidak mudah merasa stres. Individu percaya bahwa setiap masalah atau tantangan adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan, individu lebih fokus pada tindakan yang dianggap efektif mudah untuk mengatasi masalah. Individu dengan *hardiness* tinggi lebih mampu menghadapi tekanan hidup yang lebih baik, individu tersebut tidak hanya mengelola situasi semata tetapi mereka lebih mencari cara bagaimana mengelola situasi tersebut menjadi lebih positif dan juga melihatnya sebagai

³⁰ Mulawarman, dan Eni Rindi Antika. *Mind-Skills: Konsep dan Aplikasinya dalam Praktik Konseling*. (Jakarta: Kencana 2020), Hal 52-53

³¹ John W. Santroc. *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 2*. (Jakarta: Erlangga 2012), Hal 145

³² Nevid, J. S, Rathus, S. *Psikologi Abnormal*. (Jakarta: Erlangga 2005), Hal 145

peluang, pada akhirnya membantu mereka untuk tetap tangguh dan produktif dalam berbagai situasi.³³

2. Aspek-Aspek *Hardiness*

Menurut Maddi, menjelaskan bahwa *hardiness* meliputi 3 aspek, yaitu:³⁴

a. *Commitment* (Komitmen)

Komitmen merupakan kecenderungan seseorang untuk terlibat dan lebih fokus pada aktivitas atau tujuan yang sedang dijalani, individu yang memiliki komitmen tinggi mereka tidak akan mudah menyerah dan memiliki pemahaman yang jelas tentang tujuan mereka yang ingin mereka capai. Individu yang mempunyai komitmen tinggi melihat aktivitas yang mereka lakukan sebagai sesuatu yang penting dan bernilai dan mendorong mereka untuk bertahan dan tetap berusaha meskipun menghadapi kesulitan. Dalam hal ini, komitmen yaitu kecenderungan untuk terlibat dalam aktivitas dan melihat bahwa hidup memiliki makna dan tujuan.

b. *Control* (Kontrol)

Kontrol merupakan kecenderungan seseorang untuk mempengaruhi atau mengendalikan situasi, terutama dalam menghadapi situasi yang tidak pasti atau hal-hal yang tidak terduga. Individu yang memiliki kontrol mereka lebih merasa percaya diri

³³ Salvatore R. Maddi. *Hardiness Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. (University of California: Department of Psychology and Social Behavior 2020), Hal 9-10

³⁴ Steven J. Stein dan Paul T. Bartone. *Hardiness: Making Stress Work For You to Achieve Your Life Goals*. (Published Simultaneously in Canada: University of the Health Sciences 2020), Hal 13-14

dalam menghadapi situasi yang membuat stres, karena mereka memiliki kemampuan untuk mempengaruhi situasi tersebut, hal ini dapat mengurangi rasa cemas atau kegelisahan yang mungkin timbul akibat ketidakpastian. Dengan demikian, mereka jarang terjebak dalam situasi yang tidak dapat mereka kendalikan, karena keyakinan mereka dapat menghadapinya dengan pengalaman yang dimiliki, kontrol dapat mengurangi potensi stres, karena individu mempunyai kendali dengan keadaan mereka. Dalam hal ini, kontrol yaitu keyakinan individu dapat mempengaruhi segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya.

c. *Challenge* (Tantangan)

Challenge merupakan kecenderungan seseorang dengan melihat perubahan dalam hidup sebagai hal yang normal dan memandang bagian dari kehidupan tidak dapat dihindari. Individu yang memiliki pandangan ini cenderung melihat perubahan sebagai peluang bukan sebagai ancaman, mereka mampu mengantisipasi perubahan tersebut dengan sikap positif dan memandang sebagai kesempatan untuk belajar, dan berkembang. Dalam hal ini, tantangan merupakan keyakinan bahwa hal-hal sulit dilakukan biasanya akan terjadi dalam hidup, meskipun pada akhirnya kesempatan untuk melakukan dan mencapainya akan terwujud.

3. Faktor-faktor *Hardiness*

Menurut Maddi, yang menjadi faktor pembentukan *hardiness* sebagai berikut:³⁵

a. *As the child develops* (saat anak berkembang)

Seiring dengan perkembangan anak, komitmen terhadap orang lain dan terhadap situasi tertentu akan tumbuh jika orang tua menunjukkan cinta, dukungan, serta memberikan persetujuan atas interaksi anak dengan individu maupun dengan orang lain, melalui dorongan dan penerimaan yang positif. Selain itu, rasa kontrol dalam upaya mencapai tujuan akan terbentuk ketika orang tua memberikan tantangan yang sedikit lebih sulit dari kemampuan anak, namun tetap dicapai. Jika tugas yang diberikan terlalu mudah, anak tidak merasakan pencapaian atau perkembangan. Sebaliknya, jika tugas terlalu sulit, anak berisiko mengalami kegagalan dan merasa tidak mampu. Untuk menumbuhkan semangat menghadapi tantangan, anak perlu dibimbing oleh orang tua agar mampu melihat proses perubahan secara positif, serta termotivasi untuk terus belajar dan memberikan yang terbaik.

Hal ini sejalan dengan pola asuh orang tua bertipe Authoritative, yaitu pola asuh di mana orang tua menetapkan tuntutan sekaligus memberikan respons secara seimbang kepada anak. Orang tua dengan tipe ini bersikap hangat namun tetap tegas, memberikan tugas yang disesuaikan dengan kemampuan anak, serta

³⁵ S.R. Maddi. *Personal Hardiness as the Basis For Resilience*. (SpringerBriefs in Psychology 2013)

memberi kesempatan bagi anak untuk berkembang. Mereka juga membimbing anak agar bertanggung jawab atas perilakunya, bersikap rasional dan menerapkan disiplin dalam mendidik, serta memberikan dukungan dan motivasi saat anak menghadapi masalah.³⁶ Orang tua dengan pengasuhan tersebut, dinilai mampu menumbuhkan karakter tangguh pada anak.

b. *Environment* (lingkungan hidup)

Lingkungan merupakan perang penting dalam mendukung proses tumbuh kembang, serta mendorong terciptanya saling membantu antar individu dalam proses tersebut.

c. *Learned Process* (proses belajar yang dihadapi)

Pengalaman yang memberikan rasa percaya diri dan penguasaan diri (*mastery experience*), munculnya perasaan positif, gaya pengasuhan dari orang tua, adanya hubungan yang hangat serta mendukung, keterampilan dalam berinteraksi sosial, serta tersedianya kesempatan untuk berkembang dan tumbuh. Sedangkan menurut Michalle Bissonnette menyebutkan *hardiness* terbentuk melalui berbagai faktor, seperti pengalaman hidup, pola asuh dari orang tua, interaksi sosial, peluang untuk berkembang, dukungan dari lingkungan sosial, serta aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari.³⁷

³⁶ Lilis Karwati. *Pendidikan Keluarga*. (Madiun: CV. Bayfa Cendekia Indonesia 2021), Hal 193

³⁷ Michelle Bissonnette, M. *Optimism, Hardiness, and Resiliency; A review of The Literature*, (1998)

Dari pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pembentukan *hardiness* dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam individu, seperti kemampuan untuk belajar menghadapi tekanan hidup sejak masa kanak-kanak dan pola asuh orang tua, maupun faktor eksternal, seperti pengalaman dalam menjalin interaksi lingkungan sosial.

4. Fungsi *Hardiness*

Menurut Kobasa, Maddi, dan Kahn (1982), menjelaskan bahwa terdapat fungsi-fungsi *hardiness* dalam diri seorang individu, yaitu³⁸:

- a. Membantu dalam proses adaptasi individu

Hardiness yang tinggi pada diri individu dapat mengurangi rasa cemas saat beradaptasi pada suatu situasi yang baru.

- b. Toleransi terhadap frustrasi

Individu dengan *hardiness* yang tinggi, tidak akan mudah mengalami frustrasi. Hal tersebut dikarenakan individu tersebut dapat mentoleransi terhadap hal yang membuat individu tersebut stres.

- c. Dapat mengurangi dampak buruk dari stres

Individu dengan *hardiness* yang tinggi akan menganggap stres bukanlah suatu ancaman namun sebagai suatu kesempatan untuk mengembangkan diri. Karena itu, dapat mengurangi dampak buruk dari suatu peristiwa yang menimbulkan stres.

³⁸ William Filix Zadok. *Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Hardiness pada Efikasi Diri Mahasiswa*. (Jawa Barat: Cv. Adanu Abimata 2024), Hal 19-20

- d. Dapat mengurangi kemungkinan terjadinya kondisi *burnout*

Individu yang mengalami tekanan akan mudah terkena *burnout*. Pada individu dengan *hardiness* yang tinggi, *burnout* akan sedikit kemungkinan terjadi karena individu tersebut melihat dan menghadapi secara positif.

- e. Dapat mengurangi penilaian negatif terhadap suatu situasi

Individu dapat mencari cara penyelesaian yang tepat dengan merespon secara positif terhadap suatu masalah atau tantangan yang muncul.

- f. Meningkatkan ketahanan diri terhadap stres

Individu yang tahan terhadap stres walaupun menghadapi banyak masalah atau tantangan merupakan individu yang sehat. Individu tersebut dapat menghadapi masalah dengan menyelesaikannya secara positif.

- g. Membantu individu melatih mengambil keputusan

Individu yang mengalami masalah dapat mengambil keputusan yang tepat dalam menghadapi suatu situasi yang membuat individu stres maupun tidak stres.

B. Forum Anak Beasiswa Rembang

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, forum adalah lembaga, badan, atau wadah bagi sejumlah orang untuk membicarakan kepentingan bersama dan membahas perkara. Forum Anak Beasiswa Rembang ini adalah komunitas yang berisi pelajar atau mahasiswa asal Kabupaten Rembang, Jawa Tengah, yang mendapatkan beasiswa Pemerintah

Kabupaten Rembang dari Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga. Beasiswa pemerintah ini merupakan beasiswa bantuan yang diberikan kepada anak rembang yang ingin melanjutkan pendidikan kepada anak Rembang yang kurang mampu secara ekonomi, tetapi memiliki prestasi akademik baik sehingga dianggap layak untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Pihak beasiswa akan meninjau ketidakmampuan finansial calon penerima beasiswa dari beberapa faktor seperti pendapatan orang tua, kehilangan orang tua, serta pengeluaran dan biaya hidup kurang mampu.³⁹

Menurut Murniasih, beasiswa adalah bentuk bantuan atau penghargaan yang diberikan kepada individu untuk membantu melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi, baik di perguruan tinggi ataupun pendidikan lainnya. Beasiswa ini bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa atau mahasiswa yang berprestasi atau membutuhkan dukungan finansial, agar mereka dapat melanjutkan ke pendidikan tanpa terbebani oleh biaya yang cukup tinggi. Dengan demikian, beasiswa diberikan untuk upaya akses pendidikan yang lebih tinggi kepada siswa atau mahasiswa yang memiliki potensi, baik melalui prestasi akademik maupun yang membutuhkan dukungan finansial.⁴⁰

Forum anak beasiswa rembang dibangun dengan tujuan menjembatani kepentingan anak-anak yang berprestasi yang berasal dari keluarga kurang mampu, forum anak beasiswa Rembang berperan dalam

³⁹ Siti Aisyah Siregar. *Cara Mudah Mengenal, Memahami dan Mencintai: (Kumpulan Tips dan Penjelasan Untuk Pelajar dan Mahasiswa)*. (BAO Publisher 2022), Hal 165

⁴⁰ Abdul Kahar. *Beasiswa Pemutus Mata Rantai Kemiskinan*. (Bandung: Penerbit Indonesia Emas Group 2021), Hal 72

menyediakan akses pendidikan bagi anak-anak Rembang yang menghadapi keterbatasan ekonomi.⁴¹ Beasiswa menjadi solusi untuk mengatasi mahalnya biaya pendidikan yang tidak mampu dijangkau oleh pelajar atau mahasiswa, terutama dari keluarga yang kurang mampu. Beasiswa merupakan bantuan keuangan yang diberikan kepada siswa dan mahasiswa untuk keberlangsungan pendidikan yang ditempuhnya, tidak sedikit bantuan pendidikan yang diberikan baik dari pemerintah. Bantuan pendidikan tersebut disiapkan untuk membantu pelajar atau mahasiswa agar dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Dengan demikian, beasiswa merupakan solusi untuk mengatasi biaya pendidikan tinggi, khususnya bagi pelajar atau mahasiswa dari keluarga yang kurang mampu.⁴²

⁴¹ Stevie Leonard Harison. *Youth Must Go International: Petunjuk Dasar Bagi Pemuda dan Pemudi Indonesia Untuk Mengukir Prestasi di Luar Negeri*. (Graf Literature 2019), Hal 122

⁴² Abdul Kahar. *Beasiswa Pemutus Mata Rantai Kemiskinan*. (Bandung: Penerbit Indonesia Emas Group 2021), Hal 73-74