

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kesiapan kerja

##### 1. Pengertian kesiapan kerja

Kesiapan kerja pada dasarnya terdiri atas dua kata, yaitu kesiapan dan kerja. Menurut Anaroga, kerja merupakan hal yang mendasar dan dibutuhkan manusia.<sup>1</sup> Agar dapat meningkatkan yang namanya produktivitas kerja, maka faktor yang perlu diperhatikan adalah tentang sebuah pandangan individu mengenai arti dari kerja, etos kerja, motivasi kerja, dll.

Menurut Brady, kesiapan kerja sifatnya berfokus pada sifat-sifat pribadi, seperti sifat pekerja dan mekanisme pertahanan yang dibutuhkan, bukan hanya untuk mendapatkan pekerjaan, namun juga lebih dari itu yaitu untuk mempertahankan suatu pekerjaan.<sup>2</sup>

Sedangkan menurut Dalyono, kesiapan adalah suatu bentuk kemampuan individu yang cukup baik secara fisik ataupun mental. Arti dari kesiapan fisik berarti memiliki tenaga yang cukup dan kesehatan yang baik, sedangkan arti kesiapan mental yaitu yaitu memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan suatu kegiatan.<sup>3</sup>

Menurut Nasution, mengatakan bahwa kesiapan adalah suatu kondisi yang mendahului kegiatan itu sendiri, tanpa adanya kesiapan maka proses mental tidak terjadi. Sedangkan menurut Slameto, kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang

---

<sup>1</sup>Panji Anaroga, *Psikologi kerja*. (Jakarta : Rineka Cipta, 2009), hal 287.

<sup>2</sup>Robert Brady, *work Readiness inventory Administrator Guid*, (Jurnal JIST work, 2009), hal 2

<sup>3</sup> Mohamad M, dkk “ membangun kesiapan kerja calon tenaga kerja”, jurnal literasi sosiologi, Vol.4, No.1, universitas jambi, 2020, hal 8.

yang membuatnya siap untuk memberikan respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap sebuah situasi.<sup>4</sup>

Selanjutnya, berdasarkan pengertian para tokoh diatas maka dapat peneliti simpulkan bahwa kesiapan kerja adalah suatu keseluruhan kondisi individu yang membuatnya siap baik secara fisik ataupun mental, yang difokuskan pada sifat-sifat pekerja dan mekanisme pertahanan ketikamencari sebuah pekerjaan sekaligus juga untuk mempertahankan sebuah pekerjaan.

## **2. Hakikat Kesiapan Kerja**

Berdasarkan definisi yang sudah peneliti jelaskan di sub bab sebelumnya, didapatkan bahwa kesiapan kerja adalah persiapan yang dilakukan bukan hanya saat melamar pekerjaan namun juga mempertahankan pekerjaan. Berdasar asumsi ini dapat berarti bahwa individu harus menyiapkan dirinya dengan siap agar individu dapat mencapai karirnya dengan matang. Dalam dunia kerja yang penuh persaingan dan dinamis, tentunya individu diharapkan dapat melewatinya dan selalu berusaha untuk menghadapinya. Individu diharapkan selalu optimis, agar individu mampu meraih karirnya di masa depan.

Hal ini juga didukung oleh Goleman, yang menyatakan bahwa individu yang memiliki sikap optimis akan dapat memiliki harapan yang kuat terhadap segala hal yang ada di kehidupan akan dapat teratasi dengan baik, walaupun nanti akan ditimpa banyak masalah dan frustrasi.<sup>5</sup> Selain itu, sikap yang selalu optimis akan dapat bermanfaat bagi kesejahteraan dan kesehatan fisik dan mental, dikarenakan individu akan dapat menyesuaikan diri di kehidupan masyarakat, mengurangi masalah-masalah psikologis dan akan dapat menikmati kepuasan hidup serta menjadi lebih bahagia.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup>Herminanto Sofyan. *Kesiapan kerja siswa STM di jawa*. (Yogyakarta : IKIP Yogyakarta, 1992), hal 26

<sup>5</sup>Goleman, *Emotional Intelligence* (terjemahan). Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama, hal 89

<sup>6</sup>Sceheier, dkk, *optimisme : handbook of Positive Psychology* (New york : Oxford University Press, 2002), hal 43

Dalam konsep islam juga tetuang konsep untuk tidak pantang menyerah dan selalu optimis, adapun firman Alloh dalam surat Ali imran ayat 139 :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Artinya : “janganlah kamu bersikap lemah, dan janganah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”(Q.S Ali Imran :139)*

Dalam ayat Alquran tersebut juga sudah menegaskan bahwa individu tidak diperkenankan untuk bersikap tak berdaya. Ayat diatas menegaskan individu untuk lebih positif terhadap diri sendiri dan juga memiliki keyakinan yang kuat atas dirinya. Melalui ayat diatas, individu yang percaya diri menurut Al-quran yakni individu yang tidak takut dan sedih saat mengalami kegelisahan adalah termasuk orang-orang yang beriman dan beristiqomah.

### 3. Aspek-aspek kesiapan kerja

Menurut Robert Brady, kesiapan kerja memiliki beberapa aspek antara lain :<sup>7</sup>

#### a. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab disini berkaitan dengan kejujuran, integritas pribadi, dan sebuah kepercayaan. Salah satu individu yang bertanggung jawab ialah individu yang disiplin terhadap waktu, mampu menjaga privasi dan rahasia organisasi, menghormati standar kualitas kerja, mampu mengendalikan pemborosan dan menghindari resiko kehilangan.

#### b. *Flexibility*/ Keluwesan

Keluwesan adalah faktor dimana kemungkinan individu untuk beradaptasi dengan perubahan dan menerima realitas tempat kerja baru. Individu yang

---

<sup>7</sup>Robert Brady, *work Readiness inventory Administrator Guide*, (Jurnal JIST work, 2009), hal 2

memiliki fleksibel akan mampu beradaptasi di situasi kerja yang berubah-ubah dan menganggap bahwa situasi lingkungan yang dinamis tersebut merupakan sebuah proses dari perkembangan di kehidupan. individu akan menyadari bahwa dirinya mungkin perlu lebih banyak perubahan dan siap untuk beradaptasi dengan perubahan jadwal kerja, tugas, jabatan, lokasi kerja, dan jam kerja.

c. Ketrampilan

Kriteria individu yang siap bekerja akan mengetahui kemampuan dan keahlian diri sendiri untuk dibawa ke situasi kerja yang baru. Individu mampu mengidentifikasi kekuatan dirinya dan merasa memenuhi syarat untuk melakukan pekerjaan tersebut. Pada saat yang sama, individu bersedia untuk memperoleh ketrampilan baru sebagai tuntutan pekerjaan dan berpartisipasi dalam pelatihan karyawan dan program pendidikan berkelanjutan.

d. Komunikasi

Individu yang siap untuk bekerja akan memiliki kemampuan komunikasi yang dapat memungkinkan dirinya untuk berhubungan secara interpersonal di tempat kerja. Individu tahu cara meminta bantuan, dan menerima umpan balik dan kritik. Individu juga menghormati dan bergaul dengan rekan kerja.

e. *Self view* / pandangan diri

Pencantuman *self view* disini mencerminkan peran penting dalam pemahaman diri individu serta bagaimana setiap orang memandang dirinya sendiri dalam suatu situasi hidup dan bekerja. Konsep *self view* dalam kesiapan kerja yakni berupa keyakinan akan diri sendiri dan keyakinan diri terhadap pekerjaannya. Disini *self view* digunakan secara umum untuk mencakup konsep diri, kekuatan ego, identitas sukses, identitas diri, dan efikasi diri. Konsep diri merupakan cara pandang yang menyeluruh terhadap dirinya yang berupa kemampuan yang dimiliki, perasaan yang dialami, kondisi fisik dirinya ataupun lingkungannya. Konsep diri merupakan penentu dalam bertingkah laku, jika individu berpikir dirinya akan sukses maka individu tersebut akan berhasil, jika individu berpikir gagal maka dirinya akan gagal.

f. Kesehatan dan keamanan diri

Individu mampu menjaga kesehatan dan kebersihan diri baik secara fisik ataupun mental, senantiasa mempraktekkan bentuk perilaku kesehatan dan keamanan, kesediaan mengikuti kebijakan tentang kesehatan dan keamanan.

#### **4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan kerja**

Kesiapan kerja merupakan hal yang dasar sebelum individu memasuki dunia kerjanya. Kesiapan kerja diperlukan agar individu dapat memaksimalkan kinerjanya saat sudah berada di tempat kerja. Individu yang memiliki kesiapan kerja yang baik, maka nanti akan lebih mudah beradaptasi dengan berbagai tantangan dan permasalahan yang timbul di tempat kerja. Menurut Achmad S. Ruky, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan kerja antara lain:<sup>8</sup>

##### **a. Faktor *intern***

###### **1) Kecerdasan**

Kecerdasan berpengaruh dalam mempersiapkan kerja individu, dikarenakan pekerjaan memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda, semakin sulit tanggung jawab yang diemban maka tinggi pula kecerdasan yang dibutuhkan.

###### **2) Ketrampilan dan kecapakan**

Sebelum memasuki dunia kerja, individu diharuskan mempersiapkan dan menentukan ketrampilan yang cocok untuk lingkungan pekerjaannya. Individu diharuskan mengetahui ketrampilan diri sendiri karena melalui ketrampilan itulah nanti individu akan dapat bekerja dengan baik.

###### **3) Bakat**

---

<sup>8</sup>Achmad S. Ruky. 2003. *Sumber daya manusia berkualitas mengubah visi menjadi realitas*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama), hal 107.

Masing-masing individu memiliki jenis bakat yang berbeda-beda. Sebelum memasuki pekerjaannya, individu akan mengenal dan mencondongkan dirinya tentang bakatnya. Bakat pula dapat menentukan individu dalam memiliki jenis pekerjaan yang cocok untuknya, kesesuaian jenis bakat dan pekerjaan akan membuat individu bekerja dengan baik, produktif, rajin dan menikmati pekerjaannya.

4) Kemampuan dan minat

Minat disini berisi tentang hal apa yang disukai individu terhadap sesuatu hal. Dalam dunia kerja peran minat juga diperlukan karena akan membawa individu memilih sebuah pekerjaan yang diminatinya.

5) Motivasi

Peran motivasi akan dapat membawa individu dalam mencapai keberhasilan kerjanya, selain itu motivasi akan berdampak besar bagi kelangsungan pekerjaan individu, individu akan menikmati setiap proses di pekerjaannya tanpa adanya beban stress yang mengikutinya

6) Kesehatan

Kesehatan menjadi hal krusial dalam pekerjaan individu. Pekerjaan memiliki beban kerja yang tidak sama, semakin tinggi beban kerja yang diembannya, maka memerlukan kondisi tubuh yang sehat, kondisi tubuh yang sakit dapat menjadikan individu kurang produktif.

7) Kebutuhan psikologis

Kebutuhan ini berkaitan dengan kondisi emosional individu. Memiliki sebuah pekerjaan adalah hal umum di dunia ini, sehingga

kebutuhan ini memiliki peran penting agar kondisi emosi individu menjadi stabil

8) Kepribadian

Kepribadian individu di dunia berbeda-beda. Bila individu memiliki kepribadian yang kuat dan berintegritas baik, maka kemungkinan individu tidak akan merasa kesulitan dalam penyesuaian dirinya dilingkungan kerjanya.

9) Cita-cita

Cita-cita ini berkaitan dengan jenis pekerjaan apa yang hendak ditekuni individu nantinya. Jika individu memfokuskan dirinya untuk mendapatkan cita-citanya maka individu tidak akan kesulitan dalam mencapai kesuksesan dalam bekerja

10) Tujuan dalam bekerja

Mendapatkan sebuah pekerjaan termasuk pemenuhan kebutuhan psikologi individu. Ketika individu mampu mendapatkan pekerjaan tersebut, maka individu akan paham dalam tujuannya bekerja. Selain itu, tujuan dalam bekerja akan membantu individu lebih mudah mencapai kesuksesannya.

b. Faktor *ekstern*

1) Lingkungan keluarga

Keluarga adalah hal yang pertama individu temui dalam kehidupannya. Lingkungan keluarga berkaitan dengan pola asuh, motivasi dan dukungan keluarganya. Jika dari keluarga sendiri sudah membekali individu dengan dukungan dan motivasi yang baik, maka individu akan berani maju dan menghadapi dunia kerjanya

## 2) Lingkungan kerja

Setelah mendapat pekerjaan, individu akan dihadapkan pada situasi di lingkungan kerjanya, antara lain seperti; rasa aman dalam pekerjaannya, kesempatan mendapat kemajuan, rekan kerja, pimpinan dan gaji yang didapatkannya. Semakin positif individu mendapat lingkungan kerja yang baik, maka individu akan dapat produktif dalam pekerjaannya.

## 5. Manfaat kesiapan kerja

Menurut Achmad S. Ruky, ada beberapa manfaat kesiapan kerja, antara lain :

a).Memperjelas standar kerja dan harapan yang ingin dicapai, b).Sebagai alat seleksi karyawan, c).Memaksimalkan produktivitas, d).Dasar untuk pengembangan sistem remunerasi, e).Memudahkan adaptasi terhadap perubahan, f).Menyelaraskan perilaku kerja dengan nilai-nilai organisasi.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup>Achmad S. Ruky. 2003. *Sumber daya manusia berkualitas mengubah visi menjadi realitas*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama), hal 107.

## **B. Hardiness**

### **1. Pengertian Hardiness**

Menurut Alwisol, Kepribadian adalah bagian dari jiwa yang membangun keberadaan manusia menjadi satu kesatuan.<sup>10</sup> Salah satu dari karakteristik kepribadian adalah *hardiness*. Kobasa mendefinisikan *hardiness* adalah suatu bentuk konstelasi karakteristik dari kepribadian yang memiliki fungsi sebagai bentuk sumber daya perlawanan dalam menghadapi suatu peristiwa dalam kehidupan yang penuh dengan tekanan. Menurut Kobasa, individu yang memiliki *hardiness* dicirikan lebih mampu menahan hal-hal negatif dari stresor kehidupan dan kecil kemungkinan individu tersebut mengalami jatuh sakit. Hal ini dikarenakan, pemikiran individu terhadap suatu penyakit adalah hasil dari suatu anggapan bahwa suatu bentuk perubahan tidak membuat diri sendiri menjadi stress. Teori tentang *hardiness* ini disusun berdasarkan teori yang berasal dari para ahli *eksistensial* yang menekankan kehidupan otentik, teori kompetisi dari White dan teori tentang orientasi produktif dari Allport.<sup>11</sup>

Menurut Sukmono, *hardiness* merupakan ketahanan psikologi yang dapat membantu individu dalam mengelola stress yang dialami. Menurut Kreitner, individu yang memiliki karakteristik *hardiness* memiliki kemampuan dalam melawan stress dengan cara mengubah stress yang sifatnya negatif menjadi sebuah tantangan yang positif.<sup>12</sup>

Menurut Rahardjo, *hardiness* adalah suatu bagian dari karakteristik kepribadian individu yang menjadikannya lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi

---

<sup>10</sup>Alwisol, *Psikologi Kepribadian-Edisi Revisi*, (Malang: UMM Press, 2015), hal 213.

<sup>11</sup>Pallabi Mund, "kobasa concept of *hardiness* (A study eith reference to the 3cs)", international research journal of engineering, IT & scientific research, Vol.2, No.1. Doctorat Program, Department of Business Administration, Utkal University, 2016, hal 35.

<sup>12</sup>Dian oktaria Olivia, "kepribadian *hardiness* dengan prestasi kerja pada karyawan bank", jurnal ilmiah psikologi terapan, Vol. 2, No.1. fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang , 2014, hal 4-5.

serta mengurangi efek negative dari stres. Menurut Ivanevich, *hardiness* adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam menghadapi kejadian-kejadian yang menimbulkan stress, sehingga stress dapat dikurangi dengan cara mengubah cara stressor yang dipersepsikan.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa *hardiness* ialah suatu bentuk kepribadian individu yang memiliki fungsi sebagai daya perlawanan dalam mempertahankan diri dari segala bentuk stresor yang sifatnya negatif dan penuh tekanan sehingga individu akan lebih kuat, stabil dan optimis dalam menghadapinya, kemudian mengubah stressor yang negatif tersebut menjadi sebuah tantangan yang sifatnya positif.

## 2. *Hardiness* dalam Psikologi Islam

Dalam perspektif islam, *hardiness* sering diartikan sebagai ketabahan atau kesabaran. Ketabahan terkait dengan kekuatan jiwa seseorang ketika menghadapi atau mengurai masalahnya, baik itu saat menderita, menghadapi masalah atau cobaan, hukuman, dsb.<sup>13</sup> Dalam setiap kehidupan, tentunya individu akan melewati berbagai permasalahan didalamnya, oleh karena itulah maka individu perlu menjadi pribadi yang tabah dalam menjalaninya. Seperti yang diketahui bahwa *hardiness* menganggap bahwa setiap bentuk perubahan adalah sesuatu yang dianggap normal dan untuk menjadi individu yang berkembang lebih baik lagi. Individu diharapkan tidak berputus asa jikalau terjadi suatu hambatan dalam kehidupannya. Anjuran untuk tidak putus asa tertuang dalam Alquran Surat Yusuf ayat 87 :

... وَلَا تَأْيِسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya : “dan janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir.”

---

<sup>13</sup>Listya Istiningtyas, “Kepribadian tahan banting (*hardiness personality*) dalam Psikologi Islam”, IAIN Raden Fatah Palembang, hal 90.

Dalam *hardiness* dikatakan bahwa hambatan yang dilalui bukanlah bentuk dari ancaman, melainkan sebuah fase untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan merupakan sebuah progres yang akan membuat diri individu menjadi lebih berkembang. Saat individu melakukan sebuah kesalahan atau percobaan, individu dengan *hardiness* yang baik akan menganggapnya sebagai sebuah proses belajar. Individu yang pernah melakukan sesuatu hal, akan dapat mengambil pelajaran dari semua kejadian yang terjadi. Dalam hadits menyatakan bahwa : “*Bukan orang yang sabar kecuali orang-orang yang pernah mengalami kesalahan dan bukan orang yang arif kecuali orang-orang yang pernah melakukan percobaan*”(HR. Tirmidzi, Ahmad, dan Alhakim)

Melalui hadist diatas menganjurkan untuk selalu berusaha dalam melewati setiap fase kehidupan. individu dihadapkan untuk tidak pernah putus asa dan selalu berusaha keluar dari zona nyamannya, sekalipun jika individu akan dihadapkan pada kegagalan maka individu tidak akan menyerah dengan kondisi tersebut.

### **3. Dimensi *Hardiness***

Menurut Kobasa, *hardiness* memiliki beberapa dimensi didalamnya, antara lain:<sup>14</sup>

#### **a. Komitmen**

Menurut Maddi, komitmen merupakan pembawaan untuk terlibat dengan orang, benda, dan konteks, daripada memisah, atau mengisolasi. Individu yang memiliki komitmen akan merasakan sebuah keterlibatan dengan individu lain, yang membuatnya menghimpun sebuah dukungan sosial yang berguna bagi dirinya di saat individu tersebut mengalami yang namanya tekanan-tekanan hidup. Komitmen disini mencerminkan sejauh mana individu terlibat dalam hal yang sedang individu lakukan. Individu yang memiliki komitmen yang tinggi akan dengan mudah tertarik

---

<sup>14</sup>Kobasa, S. C., “Hardiness and health: a prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*”, Vol.42, No.1,1984, hal. 168-177

untuk terlibat kedalam suatu hal yang sedang dihadapi atau kerjakan. Individu tersebut juga akan melakukan usaha dengan konsisten dan memiliki kesadaran yang penuh tentang tujuan yang hendak individu capai, yang kemudian menuntunnya untuk mengidentifikasi dan memberikan arti pada setiap peristiwa, benda, orang lain yang berada dalam lingkungannya. Individu yang memiliki komitmen yang tinggi juga tidak akan mudah menyerah dibawah tekanan karena individu tersebut cenderung menginvestasikan diri sendiri dalam situasi tersebut.<sup>15</sup>

b. Kontrol

Menurut Kobasa, kontrol didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memandang dan menghadapi secara langsung permasalahan didalam kehidupannya dengan cara mengendalikan tekanan dan keraguan di dalam dirinya, serta dapat bertahan dalam pengalaman yang kurang menyenangkan. Individu yang memiliki kontrol yang tinggi juga akan meyakini bahwa dirinya dapat mempengaruhi berbagai peristiwa-peristiwa yang tidak menentu didalam kehidupannya. kontrol akan membuat diri individu yakin bahwa sesuatu hal yang terjadi dalam kehidupannya adalah akibat dari tindakannya sendiri, bukan hal yang asing ataupun bahkan sulit untuk dihadapi. Menurut Maddi, kontrol juga didefinisikan sebagai bentuk usaha untuk memiliki pengaruh dalam sebuah hasil pada hal-hal yang terjadi di sekitaran dirinya, daripada tenggelam menjadi pasif dan tidak berdaya.<sup>16</sup>

c. *Challenge* /tantangan

Menurut Kobasa, tantangan merupakan keyakinan individu untuk berubah dan menghindari stagnasi atau keluar dari zona nyaman. Melalui definisi ini,

---

<sup>15</sup>Kobasa, S. C.,“*Hardiness* and health: a prospective study”. Journal of Personality and Social Psychology, Vol.42, No.1,1984, hal. 168-177

<sup>16</sup>Pallabi Mund, “kobasa concept of *hardiness* (A study eith reference to the 3cs)”, international research journal of engineering, IT & scientific research, Vol.2, No.1. Doctorat Program, Department of Business Administration, Utkal University, 2016, hal 36

didapatkan bahwa tantangan merupakan kondisi individu disaat individu mampu keluar dari zonanya sendiri, individu berani menghadapi setiap tantangan yang belum pernah individu temui. Tantangan adalah suatu bentuk keyakinan bahwa suatu bentuk perubahan merupakan hal yang normal dalam kehidupan. Oleh sebab itulah, suatu bentuk perubahan dianggap sebagai suatu perkembangan yang baik dan bukanlah bentuk dari ancaman.

Kobasa juga menyebutkan bahwa tantangan diartikan sebagai sebuah pengambilan resiko dalam mencapai tujuan-tujuan yang hendak seseorang lakukan. Melalui adanya tantangan disini, individu dapat melangkah maju tanpa khawatir masalah yang ada didepannya. Individu akan menganggap tantangan adalah sebuah perkembangan yang baik untuk dilakukan agar individu memperoleh sebuah pengalaman dan belajar untuk mengatasi hal tersebut jika suatu saat ada sesuatu hal yang mengancam dalam tujuan hidupnya. Hal ini diperkuat dengan pernyataan maddi, yang mengatakan bahwa tantangan merupakan suatu bentuk keinginan untuk terus belajar dari pengalaman, baik positif/ pun negatif, daripada bermain aman dan menghindari ketidakpastian dan zona nyaman.

#### 4. Fungsi Hardiness

Menurut Kobasa dan Maddi, *hardiness* dalam diri individu dapat berfungsi sebagai :<sup>17</sup>

a. Membantu proses adaptasi individu

*Hardiness* yang tinggi akan dapat membantu individu melewati proses adaptasi dilingkungan yang baru, sehingga nantinya stress yang dimunculkan akan tidak berlebihan.

b. Toleransi terhadap frustrasi

Penelitian yang sudah dilakukan kepada dua kelompok mahasiswa, yaitu kelompok yang memiliki jenis *hardiness* tinggi dan rendah, menunjukkan hasil bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi menunjukkan hasil frustrasi yang rendah dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *hardiness* rendah.<sup>18</sup>

c. Mengurangi dampak negatif dari stress

Menurut Kobasa, *hardiness* sangat efektif berperan baik dalam masa stress dihidupan individu. Dikarenakan, individu menganggap sebuah bentuk stress bukan suatu ancaman untuk diri.

d. Mengurangi dampak kemungkinan terjadinya *burnout*

*Burnout* adalah suatu situasi dalam individu dimana ia mengalami kehilangan *control* pribadi disebabkan terlalu besarnya tekanan pekerjaan terhadap diri. Melalui *hardiness* individu akan dapat mensituasikan dirinya agar ia tidak terjadi *burnout* pada pekerjaannya.

---

<sup>17</sup>Salvator R.M., "The Story of *hardiness* : Twenty Years of Theorizing, Research, and practice" Consulting Psychology journal : practice and Research, Vol.54, No.3, Hal 175

<sup>18</sup>Salvator R.M., "The Story of *hardiness* : Twenty Years of Theorizing, Research, and practice" Consulting Psychology journal : practice and Research, Vol.54, No.3, Hal 176

- e. Mengurangi bentuk penilaian negatif terhadap sebuah kejadian yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan *coping* dengan sukses.

*Coping* adalah suatu kondisi penyesuaian secara kognitif individu menuju perilaku keadaan yang lebih baik, mampu bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stress. Individu yang memiliki *hardiness* yang tinggi cenderung mampu memandang situasi stress secara positif, dan oleh sebab itulah, individu tersebut mampu menemukan *coping* yang sesuai.

### C. Variabel Penelitian

Selanjutnya, dalam penelitian ini kemudian akan peneliti kemukakan tentang apa yang hendak peneliti teliti. Menurut Sugiyono, variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>19</sup> Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian uji korelasi. Dalam penelitian ini menggunakan satu variabel prediktor dan satu variabel kriterium. Adapun variabel tersebut, antara lain :

1. Variabel bebas (X) : *Hardiness*
2. Variabel terikat (Y) : Kesiapan kerja

---

<sup>19</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2014), hal 60.

#### **D. Dinamika Hubungan antara *Hardiness* dengan Kesiapan Kerja**

Mahasiswa pada tugas perkembangannya memasuki masa dewasa awal. Menurut Dariyo, Individu yang tergolong dewasa awal ialah yang berusia 20-40 tahun. Individu memiliki peran dan tanggung jawab yang semakin besar, individu tidak lagi bergantung secara ekonomis, sosiologis ataupun fisiologis pada orangtuanya. Pada masa dewasa awal ini, mahasiswa berada pada kondisi persiapan sebelum memasuki dunia kerjanya nanti.<sup>20</sup>

Kesiapan mahasiswa ini tentunya diimbangi dengan adanya persiapan yang matang diantaranya seperti ketrampilan, siap secara fisik dan psikisnya. Banyak sekali faktor-faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam kesiapan kerjanya nanti. Menurut Achmad S. Ruky, faktor yang mempengaruhi berasal dari dalam diri (*intern*) dan luar diri (*ekstern*). Faktor dalam diri antara lain, kecerdasan, ketrampilan, bakat, minat, motivasi, kesehatan, kebutuhan psikologis, kepribadian, cita-cita dan tujuan dalam bekerja. Faktor dari luar diri yaitu, lingkungan keluarga, dan lingkungan kerja.<sup>21</sup>

Mahasiswa sebagai calon lulusan sebelum menghadapi kerjanya dituntut untuk siap dalam berbagai situasi yang akan dihadapi di masyarakat. Mahasiswa diharuskan mampu beradaptasi atau mengkondisikan dirinya terhadap situasi baru yang hendak dihadapi. Jika individu tidak mampu menyesuaikan dirinya sendiri dalam lingkungan pekerjaan, maka ia akan dianggap gagal dan kemudian tergeser dengan individu yang lain.

Dunia kerja memerlukan persiapan yang baik, dikarenakan sifatnya yang dinamis dan terdapat tantangan yang tidak dapat diprediksi. Kesiapan kerja yang baik akan sangat membantu menghadapi situasi tersebut. Namun, jika individu lengah dalam

---

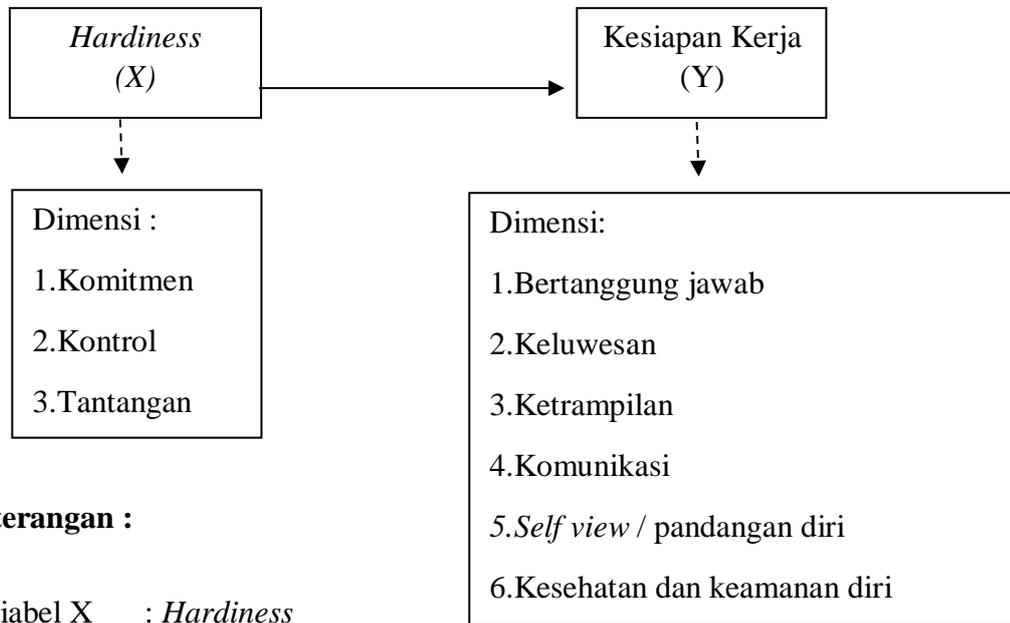
<sup>20</sup>Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*, (Jakarta : Gramedia Pustaka, 2003), hal 47

<sup>21</sup>Ahmad S. Ruky. *Sumber daya manusia berkualitas mengubah visi menjadi realitas*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2003), hal 107.

persiapannya maka ia mengalami stress dan sulit beradaptasi dengan kondisi kerjanya yang baru. Dalam situasi ini, mahasiswa memerlukan kondisi yang dapat membantu menangani situasi tersebut, salah satunya seperti *hardiness*.

Individu dengan *hardiness* akan terhindar dari stress dan frustasi, sebab individu memiliki pandangan yang positif terhadap kendala dan meminimalisir dampak buruk dari kejadian tersebut, kemudian menggunakan sumber *social* di lingkungannya untuk dijadikan motivasi dan dukungan dalam mengatasi masalahnya. Karakteristik individu dengan *hardiness* yang baik akan mampu menangani situasi baru didepannya, ia akan menganggap sebuah situasi tersebut sebagai sesuatu yang wajar dan menyebutnya dengan tantangan yang positif. Saat individu berada dalam situasi *hardiness* yang baik maka ia akan mampu merubah kondisi stress pekerjaan yang dialami menjadi sebuah tantangan yang baik dan mampu meningkatkan kemampuannya dalam bekerja.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat ditarik skema penelitian sebagai berikut:



**Keterangan :**

Variabel X : *Hardiness*

Variabel Y : Kesiapan kerja

—————> : menunjukkan adanya hubungan *hardiness* terhadap kesiapan kerja mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri Angkatan 2018

-----> : menunjukkan dimensi dari variabel penelitian