

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Implementasi Syukur

Kajian teori merupakan bahasan atau bahan-bahan bacaan mengenai suatu temuan dalam penelitian maupun sebuah topik. Dan dalam hal ini akan dijelaskan tentang kajian teori pengertian implementasi syukur dan remaja Karang Taruna.

Menurut kamus bahasa Inggris Indonesia kata implementasi bermula dari implementation berarti pelaksanaan¹. Sedangkan KBBI (kamus besar bahasa Indonesia), implementasi berarti penerapan, pelaksanaan.²

Menurut Guntur Setiawan implementasi ialah perluasan aktivitas dan saling menyesuaikan antara tindakan dan tujuan agar bisa mencapainya memerlukan jaringan pelaksana yang efektif. Sedangkan Wildavsky dan Brown mengatakan implementasi ialah perluasan aktivitas dan saling menyesuaikan. Maka dari itu, implementasi bisa diartikan suatu pelaksanaan atau tindakan suatu rencana yang sebelumnya disusun secara terperinci dan matang. Implementasi bisa dilakukan atau dilaksanakan setelah rencana yang sudah disusun telah dianggap sempurna.³

Implementasi bermula pada tindakan, aktivitas, adanya aksi, dan mekanisme terhadap suatu sistem. Mekanisme mempunyai arti bahwasanya implementasi tidak hanya sekedar aktivitas, akan tetapi kegiatan yang sudah terencana

¹ Hassan Shadilly Jhon, M Echols, *Kamus Inggris-Indonesia* (Jakarta: Gramedia, 1980).

² W.J.S Poerwadarminta, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1990).

³ Guntur Setiawan, *Implementasi Dalam Birokrasi Pembangunan* (Jakarta: Balai Pustaka, 2004).

sebelumnya dan di laksanakan dengan sungguh-sungguh dengan norma-norma tertentu agar supaya mencapai tujuan kegiatan.⁴

Dari pengertian yang telah di bahas tadi, dapat disimpulkan bahwa implementasi ialah perbuatan atau pelaksanaan yang telah dirancang sedemikian rupa agar mencapai suatu sasaran atau tujuan tertentu berdasarkan acuan norma-norma.

Di dalam bahasa Arab kata syukur berasal dari kata dasar “*syakara*” yang artinya berterima kasih, bentuk masdarnya kalimat ini yaitu *syukr*, *syukraan* yang berarti rasa terima kasih.⁵

Secara bahasa syukur sebuah pujian yang diberikan kepada seseorang atas kebaikannya. Syukur merupakan ajaran dari islam, dan sering kita lakukan dalam kehidupan sehari-hari, misalkan berkata “Alhamdulillah” saat diberi kenikmatan oleh Allah SWT. Kata syukur terlihat di dalam al- Qur’an yaitu dalam QS Al-Baqarah ayat 152 yang berbunyi:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya :

*“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku”.*⁶

⁴Ressa Yulianita, *Implementasi Sikap Tawakal Dan Ta’awun Jama’ah Majelis Ta’lim Ahmad Bin Zain Di Desa Plosokerep Winong Boyolali*, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga. 2020. hal 13.

⁵Ida Fitri Shobihah, “*Dinamika Syukur pada Ulama Yogyakarta*”, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta. 2013. hal 23.

⁶DEPAG RI, *Al-Qur’an dan Terjemahnya.*, hal 23.

QS Al-Furqan: 62.

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا

Artinya:

“Dan Dia (pula) yang menjadikan malam dan siang silih berganti bagi orang yang ingin mengambil pelajaran atau orang yang ingin bersyukur.” (QS. Al-Furqan: 62).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KKBI) memiliki dua arti yaitu rasa berterimakasih kepada Allah SWT dan untunglah atau merasa lega dengan perasaan senang.

Menurut istilah *syara'*, syukur merupakan pengakuan terhadap nikmat yang diberikan oleh Allah swt dengan kepatuhan dan tunduk kepada Allah dan menggunakan kenikmatan yang diberikan tersebut sesuai dengan perintah Allah swt.⁷

Beberapa ulama mengatakan, Syukur berasal dari kata “*syakara*”, yang artinya membuka atau menampakkan. Jadi, hakikat *syukur* yaitu menampakkan nikmat Allah swt yang diberikan padanya, baik dengan cara mengucap nikmat tersebut atau dengan cara menggunakannya di jalan yang dikehendaki ataupun diperintahkan oleh Allah swt.⁸

Di dalam buku *Ihya' Ulumuddin* Imam Ghazali mengatakan bahwa syukur yaitu memanfaatkan potensi anugrah yang diberikan Sang Pencipta untuk terlaksananya segala kebaikan-kebaikan dan tercegahnya kemungkarannya.

⁷Muhammad Syafi'ie el-Bantanie, *Dahsyatnya Syukur*, (Jakarta: Qultum Media, 2009), hal 2.

⁸Aura Husna, Neti Suriana, *Kaya dengan Bersyukur: Menemukan Makna Sejati Bahagia dan Sejahtera dengan Mensyukuri Nikmat Allah*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2013), hal. 110-111.

Valentino Dinsi dan Aryojati Ardipandanto mengatakan syukur yaitu berterima kasih kepada Tuhan, bersyukur itu esensinya adalah dari hati. Jadi dapat disimpulkan bahwa syukur dapat diartikan sebagai ungkapan terima kasih dari seseorang terhadap Tuhannya.

Menurut Emmons dan Mc Cullough mengatakan bahwa syukur merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan yang kemudian berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian dan akhirnya akan mempengaruhi seseorang menanggapi atau bereaksi terhadap sesuatu atau situasi.

Pada penelitian Froh,dkk mengatakan bahwa seseorang yang bersyukur cenderung menunjukkan perilaku dan keadaan yang positif dibandingkan dengan seseorang yang kurang bersyukur.

Jadi dapat disimpulkan implementasi syukur adalah memanfaatkan potensi anugrah yang diberikan Sang Pencipta, esensinya di dalam hati yang berbentuk emosi atau perasaan yang berkembang menjadi perilaku serta keadaan positif untuk terlaksananya segala kebaikan-kebaikan dan tercegahnya kemungkaran.

B. Bentuk-Bentuk Syukur

Menurut Imam Al-Ghazali menjelaskan terdapat 3 bentuk syukur yang diantaranya yaitu:⁹

1. Bersyukur dengan hati

Bersyukur dengan hati adalah mengingat-ingat kembali seluruh kenikmatan yang mencakup nikmat lahir maupun batin. Tampak maupun tidak tampak seperti nikmat nafas, nyawa, iman dan kelengkapan seluruh organ tubuh

⁹ Fadiya Ellisa, *Syukur Dan Upaya Meningkatkan Self Esteem Prespektif Al-Ghazālī*, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. 2021, hal 37-38.

merupakan kenikmatan yang luar biasa. keinginan dari hati untuk selalu berbuat kebaikan.

2. Bersyukur dengan lisan

Syukur dengan lisan yakni mengungkapkan pujian-pujian untuk Tuhan, serta mengungkapkan rasa syukur tersebut dengan ungkapan “Alhamdulillah”.

3. Bersyukur dengan perbuatan

Syukur dengan perbuatan/ anggota tubuh yakni dengan menggerakkan semua anggota tubuh untuk hal-hal baik serta memanfaatkan hal tersebut sesuai dengan ajaran agama.

C. Macam-macam Syukur

Syukur merupakan hal positif yang memiliki berbagai macam-macam bentuk. Terdapat 3 macam syukur menurut Abu Said Al Kharraz.

Menurut Abu Said Al Kharraz syukur adalah mengenal yang memberi dan mengakui sifat ketuhanan-Nya. Al Kharraz membagi syukur menjadi tiga yaitu:¹⁰

1) Syukur di hati

Merupakan syukur yang dilakukan di dalam hati dan mengetahui segala kenikmatan-kenikmatan yang diberikan hanya bersumber dari Allah.

2) Syukur di Lisan

Merupakan syukur yang menggunakan lisan yaitu berucap kata Alhamdulillah dan memuji Allah atas segala kenikmatan.

3) Syukur dengan perbuatan atau anggota badan

Merupakan syukur yang menggunakan seluruh anggota badan dengan amal-amal kebaikan dan menjauhi segala larangan-larangan Allah SWT. Perbuatan-

¹⁰Amir An-najjar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawwuf Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer*, Terj. Hasan Abrori, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2001), hal 251-252.

perbuatan yang dilakukan semata-mata hanya untuk menambah ketaatan kepada Sang Pencipta.

D. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Syukur

Syukur merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Di dalam terbentuknya syukur, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi syukur. Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi syukur menurut Mc.Cullough, dkk.

Faktor-faktor yang mempengaruhi syukur menurut Mc.Cullough, dkk ialah:

1. Psychological Well-being atau Kesejahteraan Psikis.

Kesejahteraan psikis ini ialah suatu konsep yang berhubungan dengan apa yang dirasakan seseorang mengenai peristiwa di dalam kehidupan sehari-hari dan mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi atas apa yang dirasakan seorang individu tersebut. Aspek dari kesejahteraan psikis ini terdiri atas :

- a. Penerimaan diri atau (*self-acceptance*)
- b. Ketetapan diri atau (*autonomy*)
- c. Hubungan dengan orang lain yang berkualitas (*positive relation with others*).
- d. Kemampuan untuk mengatur kehidupan dan lingkungan (*environmental mastery*).
- e. Pribadi seseorang yang mengalami perkembangan dan pertumbuhan yang akan berkelanjutan (*personal growth*).
- f. Percaya dengan hidupnya yang mempunyai makna serta tujuan (*purpose in life*).

Wood, Joseph, dan Maltby (2009) berpendapat kebersyukuran secara signifikan berkorelasi dengan kesejahteraan psikis/ psychological

well-being. Seseorang semakin bersyukur maka kesejahteraan psikisnya akan juga semakin tinggi. Seseorang tersebut akan mempunyai evaluasi kognitif serta afektif yang positif dalam kehidupannya. Dan sebaliknya hasil penelitian tersebut dimensi pertumbuhan pribadi (*personal growth*), hubungan positif dengan orang lain (*relation with other*) serta penerimaan diri (*self-acceptance*) berkorelasi kuat dengan syukur.

2. Prososialitas

Sikap prososial ialah segala bentuk perilaku yang bertujuan menolong orang lain dengan ikhlas atau bisa disebut tanpa meminta imbalan apapun. Sehingga orang lain yang ditolong mendapatkan keuntungan positif dari fisik, materi ataupun psikologis. Bersyukur disadari sebagai afek prososial karena hal itu merupakan respon kepada orang lain yang membantu kesejahteraan seseorang dan akan mendorong memotivasi serta akan muncul perilaku itu sendiri.

3. Religiusitas

Religiusitas ialah pemahaman individu tentang nilai-nilai agama yang mereka yakini. Nilai-nilai agama membuat pelaksananya memiliki harapan dan sikap percaya diri yang tinggi. Seseorang yang mempercayai agama atau religiusitas akan memiliki kesejahteraan yang luas di karenakan merupakan sumber daya sosial dan kognitif. Kemampuan seseorang untuk bersyukur dipengaruhi oleh sejauh mana ia memahami nilai-nilai keagamaan. Watkins dkk (2003) menyatakan bahwa religiusitas atau spiritualitas berkorelasi positif dengan kebersyukuran dan pengalaman-pengalaman syukur dapat meningkatkan kepercayaan pada sang Pencipta. Bisa diartikan syukur dapat meningkatkan emosi positif.

Dari penjelasan-penjelasan diatas faktor-faktor yang mempengaruhi syukur ialah kesejahteraan psikis, prososialitas dan religiusitas. Ketiga hal tersebut yang berperan penting dalam mempengaruhi kebersyukuran seseorang.¹¹

Menurut Seligman dan Peterson (2004) mengatakan faktor bersyukur dibagi menjadi dua diantaranya :

1. Bersyukur secara personal, bersyukur ini ditujukan pada orang-orang yang telah memberikan keuntungan kepada diri sendiri atau pada si penerima.
2. Bersyukur dengan cara transpersona, syukur ini berhubungan dengan Tuhan, kekuatan yang lebih dahsyat ataupun alam semesta. Pada dasarnya hal ini berupa pengalaman klimaks atau *peak experience*, adalah suatu peristiwa pengalaman spiritualitas yang mendalam.

Hal-hal yang dijelaskan diatas menurut Fritzgerald (1998) merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dan saling berkaitan, karena seseorang tidak akan melaksanakan bersyukur tanpa merasakan syukur tersebut di dalam hatinya.¹²

Jadi dapat disimpulkan bersyukur secara personal dan transpersonal merupakan hal yang berkesinambungan dan tak dapat dipisah sebagai faktor-faktor bersyukur. Dan mustahil seseorang melaksanakan syukur tanpa orang tersebut merasakan syukur di dalam hatinya sendiri.

Menurut Mc Collough, Emmons & Tsang ada 4 dimensi syukur pada diri manusia sebagai pengalaman emosional yaitu:

1. Intensitas adalah seseorang yang bersyukur secara mendalam atau khusus karena telah mengalami peristiwa positif, dibandingkan oleh seseorang yang

¹¹ Widiastuti, *Hubungan Penerimaan Diri.*, hal 34-36.

¹² Auliyah, *Hubungan Antara Bersyukur.*, hal 21.

kurang merasakan syukur. Dan individu ini akan lebih mempunyai sikap sensitifitas dalam hubungan bersosialisasi.

2. Frekuensi adalah disaat seseorang mengalami bersyukur berkali-kali atau sesering mungkin di setiap harinya. Perasaan bersyukur itu yang akan menimbulkan sifat kehati-hatian, kesederhanaan dan perilaku yang sopan santun dalam diri seseorang tersebut. Bersyukur dapat menguatkan tindakan proposial seseorang di masa depan.
3. Rentang ini merupakan jangka waktu seseorang, masa individu dapat melakukan syukur di waktu-waktu tertentu. Misalkan pada pekerjaan dan orang lain serta aspek-aspek di dalam kehidupan individu tersebut.
4. Densitas ialah melihat pada siapa ia berterimakasih berkat suatu keberhasilan di dalam hidupnya tersebut. Individu tersebut bersyukur dan berusaha membalas bantuan yang diterima dengan sebuah kebaikan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa 4 dimensi syukur yang terdapat pada diri manusia ialah mengalami peristiwa positif (intensitas), mengalami syukur sesering mungkin (frekuensi), syukur di waktu-waktu tertentu (rentang) dan memandang berkat siapa ia berhasil (densitas).¹³

Hambali, Meiza dan Fahmi meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi syukur yaitu:

1. Penerimaan atas diri sendiri atas semua keadaan yang dialami sebagai rencana baik dan takdir yang telah Tuhan berikan.
2. Dukungan sosial, pengalaman, kondisi religius dan pengetahuan dalam menerima kondisi.

¹³ Auliyah, *Hubungan Antara Bersyukur.*, hal 22.

3. Perasaan apresiasi terhadap seseorang seperti kasih sayang dan cinta terhadap pasangan, anak, saudara dan orang lain yang membantu.
4. Memiliki niat baik untuk seseorang misalkan keinginan untuk membantu orang lain yang dalam keadaan kesulitan, keinginan kuat berbagi kepada orang tua yang sedang mengalami kondisi dan situasi yang sama dan juga munculnya keinginan melaksanakan ajaran-ajaran agama dengan baik.
5. Berkecenderungan akan berperilaku positif dan real dengan dasar rasa apresiasi dan kehendak yang baik (tawakal)
6. Mengalami peristiwa ataupun pengalaman spiritualitas yang mendalam serta beragam sehingga munculnya keinginan untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah swt.
7. Merasakan kepuasan batin, ketenangan jiwa, berpikir positif dan optimis serta memandang hidup penuh harapan.¹⁴

Jadi dapat disimpulkan faktor-faktor dari syukur yaitu penerimaan diri atas segala hal kehendak atau takdir yang diberikan oleh Allah, pengalaman, dukungan sosial, religiusitas, kasih sayang terhadap keluarga maupun orang lain, memiliki niat baik membantu dan memberi, berperilaku positif, pengalaman spiritualitas yang mendalam, merasakan kepuasan batin, ketenangann jiwa, dan penuh harapan dalam memandang kehidupan.

E. Manfaat Syukur

Saat menerapkan syukur pada kehidupan sehari-hari, kita akan banyak memperoleh berbagai macam manfaat. Salah satu diantaranya yaitu menjadikan kita lebih percaya diri. Ada empat manfaat dari syukur menurut Sayyid Quthb yang telah dikutip oleh Ahmad Yani yaitu:

¹⁴ Widiastuti, *Hubungan Penerimaan Diri.*, Hal 36-37.

1) Mensucikan Jiwa

Syukur bermanfaat menjaga kesucian jiwa, karena membuat orang menjadi dekat kepada Allah dan terhindar dari sifat-sifat tercela, misalkan iri terhadap nikmat orang lain.

2) Mendorong jiwa untuk berbuat baik

Syukur yang dilakukan dengan beramal kebaikan membuat seseorang selalu terdorong untuk menggunakan apa yang dimilikinya untuk berbagai hal-hal yang bersifat baik. Semakin banyaknya amal yang dilakukan semakin banyak pula kenikmatan yang akan didapat.

3) Membuat orang lain ridha kepada kita.

Dengan kita bersyukur, apa yang kita dapat dan berikan akan bermanfaat untuk orang lain dan itu yang membuat orang lain ridha kepada kita. Karena menyadari akan nikmat yang diberikan Allah kepada kita tidak harus dinikmati sendiri tetapi juga dapat dinikmati oleh orang lain atau disebut bersedekah sehingga hubungan silaturahmi dengan sesama menjadi lebih baik.

4) Memperbaiki dan memperlancar interaksi sosial

Ketika hidup bermasyarakat, hal yang sangat penting adalah hubungan yang lancar dan baik. Kenikmatan yang diperoleh tidak ingin dinikmati sendiri merupakan upaya orang yang bersyukur dan memperbaiki maupun ingin memperlancar hubungan sosial dengan orang lain.

Adapun manfaat syukur menurut Aura Husna yaitu:¹⁵

1) Menuntun hati seseorang untuk ikhlas

¹⁵ Ahmad Yani, *Be Excellent: Menjadi Pribadi Terpuji*, (Jakarta: Al Qalam, 2007), hal 251-252

Karena syukur mendorong kita untuk berhuznudzon atas semua hal yang terjadi kepada kehidupan kita, maka syukur dapat dan menggerakkan hati seseorang untuk merasakan ikhlas dan menerima kehendak yang diberikan oleh Allah.

2) Menumbuhkan optimisme

Syukur berarti menyadari semua kenikmatan yang diberikan oleh Sang Pencipta, misalkan mengenali bakat-bakat dan potensi yang Allah karuniakan kepada kita yang nantinya akan menumbuhkan optimisme.

3) Memperbaiki kualitas hidup

Robert Emmons mengatakan bahwa orang yang ber-syukur akan mengalami perubahan kualitas hidup lebih baik. Kasih sayang, semangat, perhatian, daya juang yang tinggi dan sering mengungkapkan syukur setiap hari merupakan sifat-sifat positif yang mengarah dan mendorong ke perubahan yang lebih baik.

4) Membentuk hubungan persahabatan yang harmonis.

Orang-orang yang senantiasa bersyukur hati dan perilakunya akan terbiasa membantu sesama, dermawan, mudah berempati, ramah, tidak iri akan nikmat orang lain, tidak gila dunia, tidak egois, sehingga mudah disenangi dan dengan mudah membentuk persahabatan dengan yang lain.

5) Mendatangkan pertolongan Allah swt

Syukur membuat hati tergerak dan membuat pikiran seseorang selalu ringan dalam melakukan kebaikan kepada sesama umat manusia, sehingga akan mendatangkan pertolongan dari Allah SWT. Pertolongan Allah akan diberikan kepada orang yang senantiasa juga memberikan pertolongan kepada hamba-Nya.

Jadi dapat disimpulkan manfaat syukur menurut Aura Husna yaitu menuntun hati seseorang untuk ikhlas, menumbuhkan optimisme, memperbaiki kualitas hidup, membentuk hubungan persahabatan yang harmonis dan mendatangkan pertolongan Allah swt.

F. Cara-cara Menyatakan Syukur

Abu Bakar Abdullah bin Muhammad mengemukakan cara-cara menyatakan syukur yaitu:¹⁶

- 1) Bertasbih
- 2) Berdzikir

Abdullah bin Salam mengatakan bahwa nabi Musa as pernah bertanya pada Allah swt: “Ya Allah, syukur manakah yang patut dilakukan untuk Mu? Maka Allah berfirman: ‘Bukankah lidahmu senantiasa basah karena berdzikir kepadaKu?’”.

Berdzikir merupakan sebagian dari cara ber-syukur. Jadi dapat disimpulkan dari penjelasan diatas bahwa semua yang ada di dunia ini termasuk seluruh anggota badan kita berdzikir kepada Allah SWT.

- 3) Mengucap kata Alhamdulillah dan Istighfar
- 4) Berdoa

Rasulullah saw bersabda: “Doa yang paling utama ialah *La ilaha illallah*, sedangkan dzikir yang paling utama adalah *Alhamdulillah*”.

- 5) Melalui anggota badan

¹⁶ Abu Bakar Abdullah bin Muhammad, *Syukur Membawa Nikmat*, Terj. S. A. Zemoon, (Solo: CV. Pustaka Mantiq, 1992), hal. 26-29.

Jadi dari penjelasan diatas cara menyatakan syukur yaitu dengan bertasbih, berdzikir, mengucapkan kata Alhamdulillah, berdoa dan menyatakannya dengan anggota tubuh.

Sedangkan Aura Husna berpendapat tentang cara-cara yang bisa dilakukan untuk bersyukur terdiri dari 3 hal yakni:¹⁷

1) Hati

Merasa senang dan puas terhadap apa yang menjadi kehendak dan ketetapan Allah SWT. Menyadari semua kesenangan, kebahagiaan, kenikmatan dan segala sesuatu yang diperoleh semua atas ijin Sang Pencipta. Hati yang diselimuti oleh rasa syukur akan memiliki jiwa yang qanaah.

2) Anggota Tubuh

Adanya gerakan anggota tubuh yang merupakan bentuk dari rasa syukur, namun tidak semua gerakan anggota tubuh merupakan bentuk dari rasa syukur. Ada syarat gerak anggota tubuh yang bisa menjadi bukti amal dari rasa syukur, yaitu:

- a. Memanfaatkan anugerah yang telah diberikan sesuai dengan tujuan dan maksud Tuhan menganugerahkan nikmat tersebut. Misalkan beramal baik, dan menjauhi segala larangan-larangan Allah SWT.
- b. Beramal dengan penuh kepatuhan dan di niatkan semata-mata hanya kepada Allah, dan berdoa agar amalan tersebut diterima oleh Allah SWT. Melakukan amalan dengan bersungguh-sungguh dan sepuah hati.

¹⁷ Aura Husna, *Kaya dengan Bersyukur.*, 116-117.

- c. Harus sesuai oleh ketentuan-ketentuan syariat Islam.

Perwujudan syukur tidak hanya kepada Allah berbentuk vertical atau keatas, namun beribadah juga dalam bentuk horizontal yang berarti kepada sesama umat manusia. Amalan syukur anggota tubuh mempunyai bentuk sosial, contohnya: bergabung dengan organisasi yang membantu masyarakat, sedekah, gotong royong dan tolong menolong terhadap sesama umat manusia.

3) Lisan

Syukur dalam bentuk gerak lisan yaitu dengan cara memuji Allah dan mengucapkan kata “Alhamdulillah” disetiap keadaan. Tidak berkeluh kesah terhadap nikmat yang tidak sesuai kehendak diri.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan cara-cara yang bisa dilakukan untuk bersyukur adalah bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan dan bersyukur dengan anggota tubuh.

G. Rasa Percaya Diri

1. Rasa atau Perasaan

Menurut Chaplin bahwa perasaan adalah keadaan atau state individu sebagai akibat dari persepsi terhadap stimulus baik eksternal maupun internal. Sobur juga berpendapat bahwa perasaan (feeling) mempunyai dua arti berdasarkan tinjauan fisiologis, perasaan berarti pengindraan, sehingga merupakan salah satu fungsi tubuh untuk mengadakan kontak dengan dunia luar. Dalam arti psikologis perasaan mempunyai fungsi menilai suatu hal.¹⁸

¹⁸ Cicilia Indah Nuraeny, *Kemampuan Mengelola Emosi Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Studi Deskriptif pada Mahasiswa Prodi BK USD Angkatan Tahun 2012*, Universitas Sanata Dharma, 2016, hal 13-14.

2. Percaya Diri

Kepercayaan diri dalam bahasa Inggris disebut juga *self confidence*. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, percaya diri merupakan percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri (Depdikbud, 2008). Menurut Ghufron dan Risnawati kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.¹⁹

Menurut Lauster (2003) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.

H. Remaja Karang Taruna

1. Remaja

Golinko dan Rice berpendapat bahwa kata “remaja” berasal dari bahasa Latin *adolescence* berarti *to grow* atau *to grow maturity*. DeBrun berpendapat bahwa remaja sebagai masa pertumbuhan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Menurut Papalia dan Olds, masa remaja merupakan masa pergantian perkembangan antara masa

¹⁹ Asrullah Syam dan Amri, *Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare)*, Universitas Muhammadiyah Parepare, Kampus II, 1 Juni 2017, hal 91.

kanak-kanak dan dewasa yang biasanya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluh tahun.²⁰ Sedangkan Anna Freud, mengemukakan bahwa dalam masa remaja terdapat banyak perkembangan-perkembangan yang berhubungan dengan psikoseksual dan terjadinya perubahan dengan impian atau cita-cita dan dengan orang tua. Proses pembentukan impian adalah pembentukan masa depan yang akan datang.

Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) ada tiga kriteria yang merupakan batasan siapa remaja secara konseptual yaitu: biologis, psikologis, dan sosial ekonomi, diantaranya:

1. Terdapat tanda-tanda seksual sekunder sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
2. Seseorang yang mengalami perkembangan psikologis dan pola yang mengidentifikasi dari anak-anak menjadi dewasa.
3. Terjadi ketergantungan dan peralihan sosial ekonomi pada keadaan mandiri.²¹

Menurut Jahja mengatakan bahwa masa remaja terdapat perubahan yang sangat cepat dari segi mental maupun fisik. Ciri-ciri perubahan pada masa remaja yakni:

- a. Emosional yang meningkat begitu cepat pada awal masa remaja yang disebut *storm&stress*. Pada masa remaja cenderung memiliki emosional yang tidak stabil. Emosional yang meningkat ini adalah hasil perubahan fisik terutama hormon pada masa remaja. Dari segi sosialnya, emosional yang meningkat ini adalah tanda bahwa remaja berada dalam kondisi yang tidak sama dari masa-masa yang

²⁰ Khamim Zarkasih Putro, *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. 2017. Vol.17, No. 1, hal.28.

²¹ Wirawan, *Psikologi Remaja*, Jakarta. 2002 hal. 23.

sebelumnya. Pada masa ini banyak tekanan yang harus dihadapi remaja, contohnya penekanan karena harus lebih bisa tanggung jawab dengan apa yang dilakukan, penekanan akan bisa menjadi lebih mandiri dan tidak seperti anak-anak lagi. Dengan berjalannya waktu, tanggung jawab, dan kemandirian yang dilakukan akan membentuk remaja tersebut dengan sendirinya.

- b. Perubahan yang cepat secara fisik juga disertai dengan kematangan seksual. Disinilah fase dimana remaja tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. Konsep diri remaja sangat terpengaruh oleh perubahan yang sangat cepat seperti berat badan yang meningkat, proporsi badan yang berbeda, sistem pencernaan dan lain-lain
- c. Adanya hubungan yang menarik dengan orang lain maupun terjadinya perubahan yang menarik bagi dirinya. Pada fase ini remaja akan merasakan ketertarikan dengan lawan jenis. Karena pada fase ini remaja memiliki tanggung jawab yang besar sehingga bisa mengarahkan ketertarikan dengan sesuatu hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi di dalam hubungannya dengan orang lain. jadi remaja tidak lagi bergaul atau membuat hubungan dengan sesama jenis namun juga dengan lawan jenis, bahkan dengan orang yang sudah dewasa.
- d. Perubahan nilai, apa-apa yang dianggap penting saat masa kanak-kanak akan menjadi kurang penting lagi saat telah menginjak dewasa.
- e. Fase ini remaja akan mengalami sikap pertentangan atau biasa disebut *ambivalen*. Di satu sisi mereka takut akan tanggung jawab yang akan mereka pikul tetapi di satu sisi mereka juga menginginkan kebebasan mereka menginginkan kebebasan, mereka juga akan ragu atas kemampuannya sendiri.²²

²² Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, hal. 238

Dari penjelasan diatas, bisa disimpulkan ciri-ciri remaja diantaranya:²³

1. Masa remaja merupakan periode penting.

Pada masa remaja, baik pada jangka pendek maupun jangka panjang merupakan periode yang sangat penting. Cepatnya perkembangan mental dan cepatnya perkembangan fisik terutama pada awal masa remaja. Di dalam masa ini sangat diperlukan penyesuaian mental, membentuk nilai, membentuk sikap dan minat baru.

2. Masa remaja merupakan periode peralihan.

Pada masa ini, remaja diharuskan untuk belajar agar tidak berperilaku seperti anak-anak lagi, dan belajar untuk bersikap maupun berperilaku sesuai umurnya.

Pada masa ini remaja bisa menentukan pola perilaku, sifat dan nilai yang paling sesuai untuk dirinya.

3. Masa remaja merupakan periode perubahan.

Tingkat kecepatan perubahan perilaku dan sikap sejajar dengan tingkat perubahan fisik seorang remaja. Perubahan fisik merupakan penentu dari perubahan perilaku dan sikap. Jika perubahan fisiknya berkembang dengan pesat begitu pula perilaku dan sikapnya dan jika menurun maka perubahan perilaku dan sikapnya juga akan menurun.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah.

Masa remaja merupakan masa yang sulit dihadapi. Karena pada masa ini remaja menyadari ketidakmampuan untuk mengatasi masalahnya dengan cara yang mereka telah yakini dan pada akhirnya menemukan penyelesaiannya tidak sesuai dengan yang mereka inginkan.

²³ Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta. hal. 221.

5. Masa remaja merupakan masa mencari identitas.

Pada masa awal-awal remaja, menyesuaikan dengan kelompok masih sangat penting untuk seorang remaja. Remaja akan mulai mencari identitas baru dan tidak puas lagi ketika mereka sama dengan teman-temannya dalam bentuk apapun, seperti hal sebelumnya yang pernah terjadi. Status remaja yang mendua ini yang akan menjadi penyebab “krisis identitas” atau masalah identitas-ego remaja.

6. Masa sebagai usia menimbulkan ketakutan.

Anggapan bahwa remaja suka bertidak sesuka hati, cenderung berperilaku merusak, dan tidak dapat diberi kepercayaan. Hal tersebut menyebabkan orang yang lebih tua atau sudah dewasa harus mengawasi maupun membimbing remaja tersebut, karena mereka masih takut akan tanggung jawab dan bersikap tidak simpati kepada perilaku remaja yang normal.

7. Masa remaja merupakan sebagai masa yang tidak nyata.

Pada masa ini remaja melihat dirinya dan orang lain sebagaimana seperti yang ia inginkan dan bukan melihat kenyataan yang ada, begitu pula ia melihat cita-cita dan harapannya. Cita-cita dan harapan yang tidak real ini tidak untuk dirinya sendiri namun juga untuk teman-teman maupun keluarga. Hal tersebut yang membuat meningginya emosi remaja dan hal itu merupakan ciri awal masa remaja. Mereka akan merasakan kekecewaan dan sakit hati bila tidak berhasil mencapai harapan dan keinginan yang telah mereka tetapkan sendiri.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

Semakin dekat kematangan usia remaja, mereka akan menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip yang sudah belasan tahun mereka alami, karena

untuk bisa memiliki kesan bahwa mereka sudah mendekati dewasa. Bertindak dan bersikap seperti orang dewasa tidaklah cukup, maka dari itu remaja memusatkan pada perilaku yang berhubungan dengan status dewasa. Yakni berpacaran, merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat terlarang, dan melakukan seks bebas yang sangat tidak bermoral. Seorang remaja menganggap perilaku-perilaku tersebut merupakan citra yang sesuai dengan yang diharapkan.

2. Karang Taruna

Menurut Wenti Karang Taruna yaitu organisasi pemuda-pemudi yang ada di Indonesia dan sebuah wadah untuk mengembangkan jiwa sosial generasi muda, Karang Taruna tumbuh dengan tanggung jawab sosial dan kesadaran dari masyarakat dan untuk masyarakat itu sendiri khususnya untuk para generasi muda yang ada di sebuah desa, kelurahan maupun organisasi sosial yang bergerak di bidang kesejahteraan sosial.²⁴

Agus Riyadi berpendapat bahwa Karang Taruna adalah organisasi kemasyarakatan yang mempunyai tujuan dapat mengembangkan dan membina potensi pemuda agar terciptanya pemuda yang memiliki potensi, kemampuan, kepribadian yang tanggung jawab serta peka terhadap masalah sosial yang ada pada masyarakat dimana mereka tinggal.

Jadi dapat diartikan bahwa Karang Taruna ialah organisasi yang digunakan sebagai sarana dan wadah setiap individu masyarakat yang tumbuh dan berkembang atas dasar tanggung jawab masyarakat untuk generasi muda.

Tujuan dari Karang Taruna yaitu:

²⁴ Nurul Sawitri, *Partisipasi Pemuda Dalam Program Karang Taruna Desa (Studi Pada Pemuda Di Dusun Kupang Kidul Desa Kupang Kecamatan Ambarawa)*. Universitas Negeri Semarang. 2014 hal. 22.

1. Terwujudnya kesadaran di dalam masyarakat dan tanggung jawab sosial setiap generasi muda dalam mencegah, menangkal, menanggulangi dan mengantisipasi berbagai masalah.
2. Terbentuknya jiwa yang semangat dan terampil untuk generasi muda.
3. Terjalannya toleransi dan bisa memotivasi antar anggota generasi muda warga Karang Taruna
4. Tumbuh serta berkembangnya kemampuan dan potensi yang dimiliki generasi muda.
5. Agar terjalannya kerjasama untuk mewujudkan kesejahteraan masyarakat.²⁵

Sedangkan menurut Permensos 77/HUK/2010 tentang Pedoman Dasar Karang Taruna, antara lain:

1. Tumbuh dan berkembangnya setiap masyarakat yang cerdas, berkarakter, berkualitas, kreatif, terampil, inovatif dan mempunyai kesadaran serta tanggung jawab sosial dalam menangkal, mengantisipasi, mencegah, dan menanggulangi bermacam-macam masalah kesejahteraan sosial, khususnya generasi muda.
2. Mengembangkan usaha untuk terwujudnya kemandirian generasi muda dan tiap-tiap anggota masyarakat.
3. Mengembangkan kemitraan yang menjamin meningkatnya potensi dan kemampuan generasi muda secara berkesinambungan dan terarah.
4. Kualitas kesejahteraan sosial setiap anggota masyarakat terkhusus generasi muda di desa atau kelurahan secara terpadu, terarah, menyeluruh, dan berkelanjutan.²⁶

²⁵ Nurul Sawitri, *Partisipasi Pemuda.*, hal. 24.

Jadi dapat disimpulkan tujuan Karang Taruna berdasarkan Permensos 77/HUK/2010 tentang Pedoman Dasar Karang Taruna yaitu yang pertama, agar tumbuh dan berkembangnya generasi muda yang memiliki kecerdasan, berkarakter, berkualitas, kreatif, terampil, inovatif dan mempunyai kesadaran serta tanggung jawab sosial dalam menangkal, mengantisipasi, mencegah, dan menanggulangi bermacam-macam masalah kesejahteraan sosial. Yang kedua, mengembangkan usaha agar terwujudnya kemandirian bagi generasi muda. Yang ketiga, menjamin kemitraan yang dapat membangun potensi dan kemampuan generasi muda. Yang keempat, kualitas kesejahteraan sosial setiap anggota lapisan masyarakat.

²⁶ Wanti Laroza, *Peran Karang Taruna Dalam Membentuk Moral Remaja Di Kelurahan Rajabasa Bandar Lampung*, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, hal 20.