

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Berkembangnya zaman membuat manusia memiliki banyak sekali tekanan dalam menjalankan kehidupannya, tuntutan dari lingkungan sosial yang menjadi pemicu rasa rendah diri karena merasa tidak mampu melakukan apapun yang mereka inginkan. Lingkungan sosial memiliki peranan yang penting didalam sebuah kehidupan yang dijalani oleh semua manusia khususnya pada remaja di panti asuhan.

Remaja di panti asuhan memiliki pribadi yang berbeda dari remaja pada umumnya yang mampu menguraikan masalah yang tengah dihadapinya dengan cara bercerita dengan keluarganya, dalam hal ini remaja yang memiliki orang tua dalam keluarganya akan membantu dan mengarahkan dalam menjalani aktivitas yang dijalannya, yang mana hal tersebut menjadikan mereka lebih aman dan lebih optimis dalam menghadapi masalah.¹

Berbeda dengan remaja yang tinggal di panti asuhan dalam penelitian Hartini (2015) dalam Ritna memaparkan bahwa tipe kepribadian yang dimiliki mereka yaitu pasif, menarik diri, mudah putus asa dan penuh dengan rasa ketakutan. Hal itu disebabkan karena peran orang tua sangatlah penting dalam membentuk kepribadian pada remaja.²

¹ Nisfanoor, Yulianti. *Perbandingan Prilaku Agresif Antara Remaja Yang Berasal dari Keluarga Bercerai dengan Keluarga Utuh*. Jurnal Psikologi. 2005. Vol. 3 No. 1. Hlm. 2

² Sandri, Ritna. (2015). *Perilaku Bullying pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Kelekatan dengan Teman Sebaya dan Harga Diri*. Jurnal Psikologi Tabularasa. Vol. 10, No. 1. Hlm. 43-57.

Kebersyukuran dalam penelitian Abdi Wahid dkk., mempunyai peran dalam meningkatkan optimisme para remaja panti asuhan sekitar 9,1%, pada hasil penelitiannya membuktikan bahwasanya kebersyukuran memiliki hubungan dengan sikap optimisme karena kebersyukuran yang tinggi mampu untuk menerima berbagai hal yang terjadi dalam hidup mereka dan menjadikan mereka bersyukur atas segala hal yang terjadi.³

Syukur dapat diartikan sebagai sesuatu yang kita dapatkan hari ini, syukur menurut syariat yaitu menampakkan atau memperlihatkan tanda-tanda kenikmatan yang Allah berikan kepada diri manusia dengan cara mengimani Allah di dalam hatinya dengan memuji nama-Nya dengan lisan dan membuktikannya dengan ibadah-ibadah lainnya. Ujian atau cobaan yang Allah Subhanaa wata'ala turunkan kepada manusia ialah untuk mencari tahu siapakah hamba-hamba-Nya yang bersyukur dengan apa yang telah Dia berikan, dalam surat Al-Naml Ayat 40 :

قَالَ الَّذِي عِنْدَهُ عِلْمٌ مِّنَ الْكِتَابِ أَنَا آتِيكَ بِهِ قَبْلَ أَنْ يَرْتَدَّ إِلَيْكَ طَرْفُكَ قَالَى فَلَمَّا رَأَاهُ مُسْتَقَرًّا عِنْدَهُ قَالَ هَذَا مِنْ فَضْلِ رَبِّي لِيَبْلُوَنِي ؕ أَشْكُرُ أَمْ أَكْفُرُ قَالَى وَمَنْ شَكَرُ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ج وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبِّي غَنِيٌّ كَرِيمٌ.

“Seorang yang mempunyai ilmu dari Kitab berkata, “Aku akan membawa singgasana itu kepadamu sebelum matamu berkedip”. Maka ketika (Sulaiman) melihat singgasana itu terletak dihadapannya, dia pun berkata, “ Ini termasuk karunia Tuhanku untuk mengujiku, apakah aku bersyukur atau mengingkari

³ Wahid, Ayuni, Fuad. (2016). *Optimisme Remaja Yang Tinggi di Panti Asuhan Ditinjau dari Kebersyukuran dan Konsep Diri. Jurnal Humanita. Hlm. 160-168*

NikmatNya. Barang siapa yang bersyukur, maka sesungguhnya dia bersyukur untuk kebaikan dirinya sendiri.”⁴

Dari pemahaman ayat di atas bahwa syukur adalah hal penting yang harus dimiliki oleh manusia di muka bumi ini. Semua keluh kesah dan rintangan yang ada di dunia ini semata-mata hanya cara Allah agar kita mensyukuri kehidupan di muka bumi ini. Beban lingkungan salah satunya yang saat ini terjadi pada manusia yang hidup di dunia, dengan berbagai tekanan yang ada yang menyebabkan rasa syukur tersebut tidak dirasakan oleh sebagian manusia yang mana manusia merasa bahwa dia adalah makhluk yang tidak beruntung yang telah tercipta di muka bumi ini.

Bersyukur yaitu variabel yang sering berhubungan dengan variabel positif lain. Ketika manusia bersyukur biasanya akan memiliki korelasi dengan kebahagiaan subjektif (*subjective well-being*), biasanya manusia yang bersyukur akan menunjukkan peningkatan mood yang positif di dalam dirinya tersebut, rasa syukur ini memiliki korelasi dengan kebahagiaan yang mana hal itu baik bagi jiwanya secara spiritual⁵

Allah *Subhanaa wata'ala* tidak memandang manusia itu berbeda karena lingkungan atau kehidupan yang mereka jalani, Allah memandang manusia sama jika menyangkut hal dunia. Hal tersebutlah menjadi pemicu awal kurangnya rasa bersyukur terhadap apa yang ada di kehidupan mereka pada diri mereka. Sikap

⁴ Alquran Indonesia yang diunduh pada 25 Februari 2019

⁵ Rusdi, Ahmad. *Syukur dalam Psikologi Islam dan Alat Ukurnya*. Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris&Non Empiris. 2016. Vol. 2 No. 2. Hlm. 39

syukur dapat muncul kepada siapapun yang melakukan proses berpikir dan membiasakan perilaku tertentu karena syukur adalah kebiasaan yang dapat ditanamkan dari diri sendiri⁶.

Sikap atau perilaku syukur adalah bentuk dari kecerdasan spiritual yang memiliki dampak yang sangat baik bagi jiwa dan raga manusia. manusia yang bersyukur memiliki semacam energi atau kekuatan untuk membantunya mengendalikan energi negatif seperti keserakahan hidup, ketamakan hati dan juga kesombongan di dalam dirinya yang akan menjadikan dirinya melakukan hal yang berujung petaka pada dirinya sendiri.⁷

Jadi dengan kata lain syukur ini bisa menjadi benteng bagi dirinya sendiri agar lebih terarah menjadi manusia yang dicintai oleh Allah Subhanaa wata'ala dan juga lebih mengetahui makna hidup sebenarnya kenapa dirinya berada didunia ini. syukur memiliki peran dalam hal ini untuk menumbuhkan hal positif termasuk diantaranya ialah rasa optimis dalam diri.

Optimisme adalah hal yang harus dimiliki oleh siapapun karena optimisme ini mampu membantu menjadi lebih mengenal diri sendiri mampu untuk mengatasi masalahnya dengan mudah. Menurut Segerestrom (1988) memaparkan bahwa optimisme ini adalah cara berpikir positif dan realitis dalam memandang suatu masalah yang dimiliki oleh manusia⁸. Sikap optimis bisa

⁶ Ety Mutia, Subandi, Rina. 2010. *Terapi Kognitif Prilaku Bersyukur untuk Menurunkan Depresi pada Remaja*. Hlm. 56-57

⁷ Takdir, Mohammad. *Psikologi Syukur: Perspektif Psikologi Qurani dan Psikologi Positif untuk Menggapai Kebahagiaan Sejati (Authentic Happiness)*. Jakarta: Elex Media Komputindo. 2018. Hlm. 7

⁸ Ghufroon, Risnawati. *Teori- Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruz Media. 2017. Hlm. 95

menjadi kekuatan untuk siapapun yang ingin membiasakan, sikap ini tidak hadir dengan tiba – tiba namun hadir ketika dibiasakan menjadi perilaku, memiliki sikap optimis ternyata dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu pengalaman, *self efficacy* dan orang tua.⁹

Optimis memiliki metode praktis menggunakan alat yang berbeda – beda dalam situasi yang berbeda pula dan hanya yang melakukannya dengan totalitaslah yang akan menjadikan diri mereka sukses dengan keoptimisan mereka masing – masing.. Sikap optimis ini sangat diperlukan untuk membantu tumbuhnya kepercayaan dirinya dan berkurangnya sikap pesimis yang menjadikannya rendah diri dalam menjalankan kehidupan.¹⁰

Remaja adalah masa – masa sulit yang mana emosi tidak stabil, ketidak stabilan ini yang bisa mengarahkan mereka ke langkah yang negatif. Latar keluarga mereka yang berbeda – beda memiliki usaha yang berbeda dengan berbagai pengalaman yang menjadikan mereka ke titik harapan. Ketika mereka belum menemukan impian merasa pesimis menjalani kehidupan dengan ketidak mampuan dan kurangnya dukungan dari orang sekitarnya.

Dalam penelitian ini yang menjadi objek penelitiannya yaitu Remaja Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf yang merupakan sebuah Yayasan bakti mulia yang berkontribusi dengan seluruh pesantren di Indonesia dengan mendidik mereka dengan nuansa pesantren dan memberikan *life skill*

⁹ Widiyanto, V. *Hubungan Antara Optimisme dan Strategi Coping pada Mahasiswa Universitas Indonesia*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi. 2015. Hlm 20-21

¹⁰ Adiwiyoto, A. *Kekuatan Optimisme*. In A. L. McGinnis, *The Power Of Optimism* (pp. 4-5). Jakarta: Mitra Utama. 1995. Hlm. 9

kepada mereka disamping mempelajari agama mereka dibekali *life skill* dengan sesuai minat dan bakat mereka agar kemampuan mereka berguna bagi dirinya sendiri dan orang disekitar mereka. Di tempat ini tidak hanya diisi oleh orang disekitar lingkungan disekitar sana tetapi ada beberapa orang dari luar daerah mengikuti pendidikan di pesantren Al- Kasyaf ini. Pondok pesantren ini diisi dengan remaja – remaja yang di telantarkan dan kurang mampu. Hal ini yang menjadi motivasi peneliti untuk menjadikan mereka sebagai objek penelitian.

Berdasarkan Observasi lapangan remaja di pesantren ini dibekali ilmu agama yang mana penerapan nilai agama ditanamkan dalam diri mereka dan bisa menjadi sebuah perilaku seperti contohnya diberi pembekalan ilmu tentang syukur dan bisa menjadi perilaku disetiap keadaan yang terjadi didalam kehidupan mereka.

Maka dari itu peneliti mengambil variable y yaitu optimisme/optimis dalam diri remaja tersebut. peneliti ingin mengetahui apakah sikap bersyukur bisa menjadi usaha mereka untuk meningkatkan optimisme mereka dalam membantu mengatasi permasalahan kehidupan. Yang mana sikap tersebut diharapkan bisa menjadi bantuan tersendiri untuk mereka agar lebih percaya diri dalam menjalankan kehidupan mereka tersebut.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk mengangkat tema penelitian tersebut dengan judul **“BERSYUKUR sebagai UPAYA MEMBANGUN OPTIMISME” (Studi Kasus pada Remaja Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf)**

B. Identifikasi Masalah

Permasalahan penelitian yang peneliti ajukan ini identifikasi masalahnya yaitu:

1. Peran penting yang membantu proses meningkatkan rasa syukur pada Remaja Pondok Pesantren Al-Kasyaf Bandung.
2. Keterkaitan rasa syukur dalam membangun optimisme pada Remaja Pondok Pesantren Al-Kasyaf

C. Batasan Masalah

Dalam batasan penelitian ini dilakukan agar lebih fokus dan mendalam, maka dari itu peneliti memandang permasalahan penelitian ini harus dibatasi variabelnya. Peneliti membatasi diri hanya berkaitan dengan “Rasa syukur, membangun sikap optimisme pada Remaja Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al- Kasyaf Bandung”. Kebersyukuran dipilih karena sikap ini memiliki dampak yang positif bagi para Remaja Panti Asuhan di Al-Kasyaf.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas ada beberapa hal yang menjadi fokus permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini, antara lain ialah:

1. Siapa sajakah yang berperan dalam meningkatkan rasa syukur menurut pandangan remaja Pondok pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf?
2. Adakah hubungan rasa syukur dengan proses pembentukan sikap optimis pada Remaja Pondok Pesantren Al- Kasyaf?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berikut ini adalah Tujuan penelitian yang dituju oleh peneliti, yaitu:

1. Untuk mengetahui siapa sajakah yang berperan dalam meningkatkan remaja Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al- Kasyaf dalam meningkatkan rasa syukur.
2. Untuk mengetahui hubungan rasa syukur dengan proses pembentukan sikap optimis pada remaja di Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf.

Berikut ini adalah manfaat penelitian yang dilakukan oleh peneliti diantaranya ialah :

1. Bagi peneliti manfaatnya ialah :
 - a. Menambah wawasan peneliti tentang pengalaman syukur dalam menumbuhkan optimisme
 - b. Menambah keilmuan dengan belajar tentang kehidupan dari objek peneliti.
2. Bagi Mahasiswa manfaatnya ialah :
 - a. Memberikan gambaran pada pembaca tentang manfaat bersyukur
 - b. Memberikan nilai – nilai positif pada pembaca
3. Bagi Universitas
 - a. Untuk menambah referensi pada perpustakaan dan nilai tersendiri bagi universitas
 - b. Untuk membantu universitas mencetak generasi yang mampu dalam memahami keadaan psikis dan non psikis pada manusia

F. Kajian Pustaka

Pada penelitian ini saya mengambil sumber pustaka dari beberapa buku dan juga jurnal yang diantaranya yaitu:

1. Buku *Jagalah Hati Raih Ketenangan* yang ditulis oleh Syekh Muhammad Shalih Al – Munajjid, Syukur adalah pujian juga sanjungan bagi manusia yang berlak dan sebagai bentuk terimakasih kepada Allah dengan menggunakan dzikir. Ketika bersyukur akan bertambah dan berkembang pada hal yang disyukurinya. Syukur adalah menampakkan atau memperlihatkan tanda – tanda kenikmatan yang diberikan kepada manusia dari Allah Subhanaa wata’alaa atas hambaNya dengan cara mengimani Sang Pencipta di dalam hatinya, Memuji namaNya dengan lisan dan juga membuktikannya dengan melakuan ibadah yang bersifat fisik seperti shalat atau sebagainya. Kenikmatan apapun, sedikit atau banyak haruslah diiringi dengan syukur yang banyak karena jika kita bersyukur maka kenikmatan tersebut akan bertambah dengan seizinNya.
2. Artikel dengan judul *Pengaruh Pelatihan Syukur terhadap Subjective Well Being pada Penduduk Miskin di Surakarta* yang diteliti oleh Fadjri Kirana Anggarani, Tri Rejeki Andayani, Nugraha Arif Karyanta yang mana isi jurnalnya dalam pandangan peneliti yaitu bahwa Individu yang bersyukur tidak hanya mengalami efek positif dalam dirinya seperti lebih sering bahagia dan juga menikmati kepuasan di dalam hidupnya, cenderung tidak lebih banyak berharap dan kurang mengalami depresi, kecemasan dan iri hati pada dirinya (McCullough dalam Linley dan Joseph, 2004).

Dengan pelatihan syukur tersebut ternyata dapat mengarahkan penduduk yang kurang mampu kepada perilaku bersyukur sehingga

mereka dapat melihat nilai – nilai positif yang mereka miliki di dalam dirinya ditengah segala situasi kekurangan dengan menumbuhkan perasaan positif pada diri sendiri tentang kehidupan yang dijalankannya seperti kebahagiaan menjalani hidup agar terhindar dari perasaan – perasaan yang negatif dan menjadikan dirinya optimis terhadap masa depan ditandai dengan perilaku produktif dan tanggung jawab dalam menjalankan kehidupan sehari – harinya.

Pelatihan syukur dalam jurnal penelitian ini kegiatan yang dilakukan dengan memberi pemahaman dan keterampilan terhadap objek penelitian untuk mengenali kebaikan – kebaikan yang telah diterima dan menyadari adanya sumber luar atas kebaikan tersebut sehingga peserta dapat mengaplikasikannya untuk menambahkan dan meningkatkan kemampuan syukur yang telah dimilikinya.

3. Artikel dengan judul *Peran Syukur Sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Self-esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial* yang ditulis oleh Johan Satria Putra dalam jurnalnya Remaja adalah masa yang dimana masih mencari jati dirinya yang sebenarnya yang mana tahapan awalnya adalah dimulai dalam ilmu yaitu ilmu agama dan lain – lain. Pada masa remaja umumnya memiliki penghayatan dan pengalaman yang masih sangatlah minim dalam ilmu agama seperti mensyukuri nikmat Allah yang diberikan kepada diriNya.

Kurangnya penghayatan dan pengalaman yang belum dimiliki oleh sebagian remaja ini ternyata memiliki manfaat bagi remaja tersebut

yang sudah menerapkannya di dalam kehidupannya. Menurut Giacomo dalam pemaparannya pada sumber Berisatu pada tahun 2012 menyatakan bahwa remaja yang selalu mengucapkan rasa syukur biasanya lebih mudah untuk diajak berpikir kreatif, bekerja sama, daya tahan yang tinggi dan memiliki tujuan hidup mengapa dia berada didunia ini. dalam lingkup sosialnya biasanya remaja yang bersyukur mam+pu untuk bertahan ketika terjadi pem-bully an pada dirinya dengan menyikapi hal tersebut dengan cara yang positif sehingga mereka akan bersikap tidak acuh dan perasaanya menjadi tenang karena memiliki Sang Pencipta di dekatNya.¹¹

4. Artikel judul yang berjudul *Pelatihan Gratitude (Bersyukur) untuk Penurunan Stress Kerja Karyawan di PT.X* di dalam jurnalnya yang ditulis oleh Eko Wahyu Cahyono, pada jurnal ini dijelaskan ketika pelatihan Syukur sangat berpengaruh kepada objeknya dalam meringankan stress dikarenakan aktivitas kesehariannya. Syukur memiliki dampak yang positif bagi kesehatan jiwa dan fisik karena dengan syukur kita mampu berpikir positif dan bisa megolah situasi yang sulit dengan sesuatu yang positif sehingga beban di dalam jiwa menjadi ringan.

Syukur ini dilakukan dengan beberapa kali latihan. Dari jurnal ini dapat kita lihat bahwasanya syukur ini dilatih dan ditanamkan di dalam jiwa untuk dijadikan salah satu sikap dalam menghadapi dunia yang pelik ini. arah positif yang di tuju dari rasa syukur selalu berhasil dalam

¹¹ Putra, J. *Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial*. Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi. 1995. Hlm. 197-207

membantu manusia dalam menjalankan kehidupan kesehariannya dengan ringan.

Dari penelitian ini kita memahami bahwa syukur ini bisa menjadi obat bagi siapapun yang menerapkannya karena pada dasarnya rasa syukur ini sangat diwajibkan menurut agama islam karena syukur ini adalah tujuan penciptaan dari hadirnya manusia didunia ini yaitu mengingat Allah Subhanaa wata'ala. Dari sample yang digunakan pada metode kualitatif ini menjadikan peneliti lebih kuat dalam mengambil penelitian tentang peran syukur dalam menumbuhkan optimisme.

5. Arikel Jurnal dengan berjudul *Optimisme Remaja di Panti Asuhan Ditinjau dari Kebersyukuran dan Konsep diri* yang ditulis oleh Abdi Winarni Wahid, Ageng Larasati, Ayuni, Fuad Nashori dalam jurnal ini dijelaskan bahwa sebagian remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan biasanya ialah orang yang kekurangan pada fisik dan jiwa, tida dipungkiri kebutuhan anak – anak dan remaja panti asuhan jika ada yang tidak terpenuhi seutuhnya.

Hal ini biasanya memberikan hal yang kurang baik bagi dampak psikologis mereka yang mana mereka merasa pesimis dengan dirinya sendiri merasa kurangnya kemampuan yang dimilikinya atau apapun yang dia miliki tidaklah berharga. Dari penelitian jurna ini yang mengukur rasa optimisme dengan menggunakan kebersyukuran dan konsep diri apakah memiliki peran untuk menumbuhkan optimisme. Penelitian dengan menggunakan metode kualitatif.

Kebersyukuran dan konsep diri memiliki pengaruh dalam menumbuhkan optimisme pada remaja di panti asuhan. Remaja di panti asuhan memiliki pandangan positif pada dirinya dan merasa bahwa dirinya juga mampu dan bisa untuk melakukan apapun yang disukai dan dalam penelitian ini menjadikan remaja tersebut menjadi mampu melihat potensi dirinya sehingga dirinya tersebut memanfaatkan kesempatan untuk melatih, mengasah dan mengembangkan dirinya tersebut sehingga optimisme dalam dirinya menjadi tumbuh dan memandang dunia dengan cara yang berbeda dari sebelumnya. Pengaruh kebersyukuran ternyata berhasil dalam mengubah cara pandangnya terhadap dirinya sendiri dan memandang dunia menjadi lebih positif dari sebelumnya

G. Kerangka Teori

Syukur ialah kesinambungan hati, anggota badan dan juga mengingatnya agar mencintai Allah *Subhanaa wata'ala* karena telah memberi nikmat kepada diri kita. Ibnu Majah memaparkan bahwa syukur ialah kebahagiaan hati atas nikmat yang diperoleh, dibarengi dengan arahan pada anggota tubuh agar taat kepada Allah *Subhanaa wata'ala*, memberi pengakuan atas nikmat-Nya yang didapatkan dengan sikap rendah hati.¹²

Sayyid memaparkan bahwa syukur yaitu mempergunakan nikmat yang diberikan oleh Allah berupa penglihatan dan pendengaran sesuai dengan tujuan penciptaannya. Sedangkan syukur dalam pandangan Ibnu Alan Ash-Shidiq

¹² Abdul Qadir Isa. *Hakekat Tasawuf*. Jakarta: Qitshi Press. 2005. Hlm. 260

memaparkan bahwa syukur itu ialah pengakuan terhadap nikmat yang diberikan Allah kepada hamba-Nya dan suka membantu orang disekitarnya.¹³

Dalam syukur dibedakan pula menjadi tiga macam. Pertama, syukur seseorang kepada Allah dengan cara berbakti dan memuji namaNya, kedua, syukur seseorang kepada sesamanya yang sepadan dengan cara membalas kembali pemberian sesuai dengan kemampuannya, ketiga, syukur seseorang yang lebih rendah dari kedudukannya pada saat itu dan memberikan apa yang mampu dia berikan.¹⁴

Optimisme dalam pemaparan segestrom merupakan salah satu cara positif juga realitis dalam memandang suatu masalah yang dihadapi. Cara ini bisa membantu siapapun menerapkan optimisme ini mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk yang terjadi. Sedangkan menurut pemaparan Lopez dan Synder berpendapat bahwa optimisme ialah suatu harapan yang ada pada individu, harapan seseorang yang optimisme makan akan memandang bahwa segala suatu akan berjalan menuju ke arah kebaikan.¹⁵

Perasaan optimisme pada individu tersebut akan membawanya pada tujuan yang diinginkan dan merasa percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki oleh dirinya. sikap optimisme ini sangat dibutuhkan oleh remaja untuk mengatasi masalah yang dihadapi dilingkungannya untuk menuju ke arah yang lebih baik dan positif yang mana akan membawa individu tersebut lebih

¹³ Ibid.

¹⁴ Jarullah, A. B. *Fenomena Syukur (Berdzikir & Berpikir)*. Surabaya: Risalah Gusti. 1994. Hlm.22

¹⁵ Ghufroon, Risnawati. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar- ruz Media. 2017. Hlm. 95-96.

produktif dalam melakukan berbagai hal karena kepercayaan diri yang dimiliki oleh dirinya.¹⁶

Remaja mengandung aneka kesan beragam, ada yang mengatakan remaja itu sekelompok manusia yang biasa saja dan ada yang menganggap bahwa remaja sangatlah menyusahkan orang tua juga ada yang menganggap bahwa remaja adalah potensi manusia yang harus dikembangkan dan dimanfaatkan. Oleh karena itu perlunya usaha – usaha untuk mengerti dan memahami remaja sangatlah diperlukan untuk penyesuaian karakter pada remaja ketika ingin menggali potensi yang dimiliki oleh mereka.¹⁷

Pada remaja yang tinggal di panti asuhan terkadang diberi label yang negatif pada kalangan masyarakat sekitarnya, individu yang tinggal di panti asuhan biasanya mengalami problematika kehidupan dibandingkan dengan remaja yang tidak tinggal di panti asuhan. Karena itu biasanya remaja yang tinggal di panti asuhan lebih cenderung memiliki sikap putus asa dalam menghadapi masalah yang tengah dihadapi.¹⁸ Hidup yang dijalani remaja di panti asuhan biasanya tidak luput dari hambatan dan kesulitan yang mereka hadapi dengan sendirinya, yang mana hal tersebut menjadikan remaja di panti asuhan sebelum pada masa yang seharusnya.¹⁹

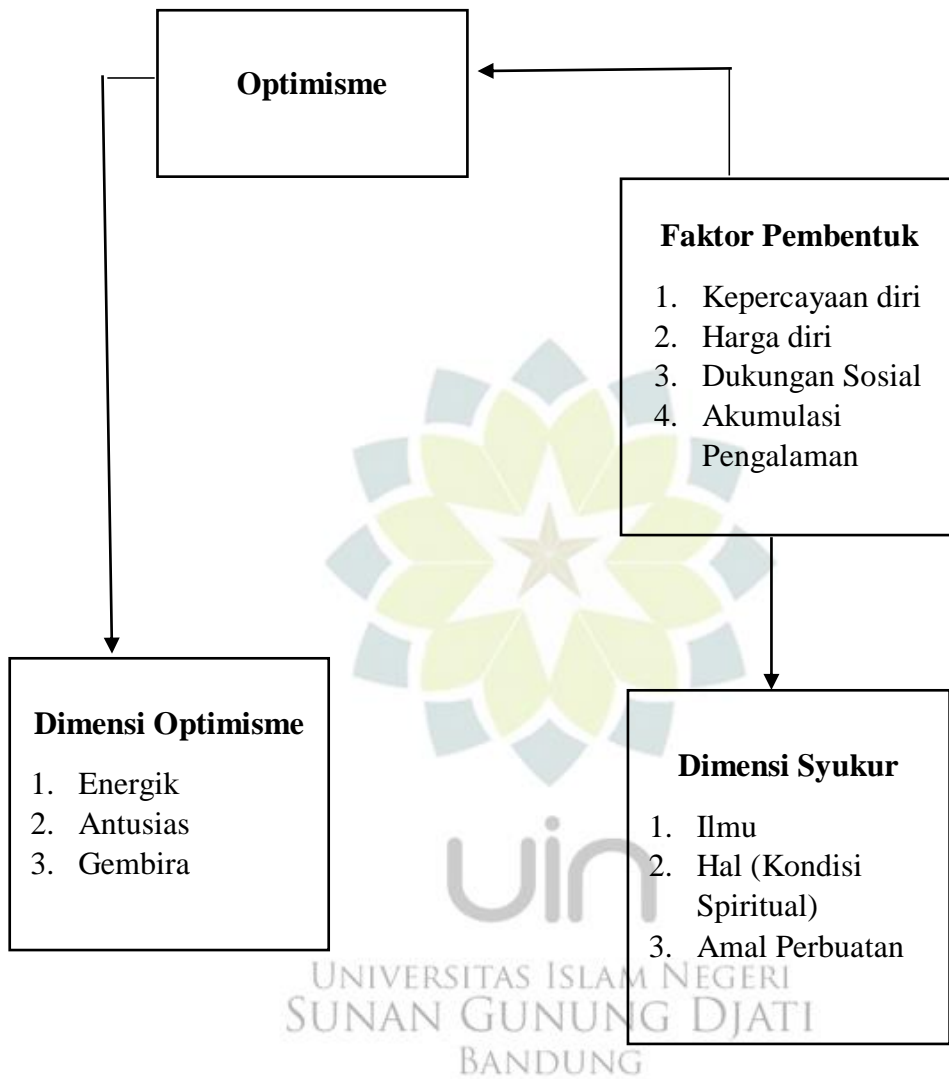
¹⁶ Fitri, Zola & Ifdil. *Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia. 2018. Vol. 4 No. 1. Hlm. 1-5

¹⁷ Malppiare, D. A. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional. 1982. Hlm. 31

¹⁸ Kharisma, Ratna. *Konsep Diri dan Kebermaknaan Hidup Remaja di Panti Asuhan*. Fakultas Psikologi ISA Semarang. Vol. 6. No. 2. 2011. Hlm. 104

¹⁹ Ibid, Hlm. 104

Gambar 1 kerangka pemikiran



H. Metodologi Penelitian

Berikut ini adalah metodologi penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan proses penelitian yaitu :

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) pada metode ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, Erickson berpandangan bahwa penelitian kualitatif ini ialah sebuah usaha untuk menemukan dan menggambarkan dalam bentuk naratif pada kegiatan yang dilakukan dan dampak dari tindakan kehidupan objek yang sedang dijalani.²⁰

Penelitian ini bersifat deskriptif yaitu dalam penelitian ini peneliti berusaha memecahkan masalah yang ada berdasarkan data pada penelitiannya dan kemudian dianalisis. Sedangkan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan transpersonal yang mana agama menjadi pemacu untuk menumbuhkan kehidupan yang lebih positif.

2. Lokasi Penelitian

- a. Lokasi penelitian dilaksanakan di Pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf Bandung yang berlokasi di Jln. Komplek Vijaya Kusuma, Blok A No. 21-23, Cipadung, Cibiru Kab. Bandung.
- b. Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al – Kasyaf

²⁰ Albi Anggito, J. S. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak. 2018. Hlm. 7

Yaitu sebuah sekolah boarding school yang ditempati oleh anak – anak yatim piatu dan kurang mampu yang mana sekolah ini bertujuan untuk mengembangkan keahlian dan minat para santrinya agar mampu mandiri dalam menjalankan kehidupannya.

- c. Alasan peneliti memilih lokasi ini ialah dikarenakan sesuai dengan judul yang diangkat oleh peneliti untuk melakukan penelitiannya.

3. Sumber data

Sumber data yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan data primer dan juga data sekunder, berikut ini adalah pemaparannya yaitu:

- a. Data primer

Penelitian menggunakan data primer ini adalah data berupa tindakan atau kata dari objek yang di observasi dan wawancara, yang dilakukan dengan cara dicatat/ direkam, pada data primer ini didapat dari hasil penelitian dilapangan yang berlokasi di Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf yang berupa hasil observasi, wawancara dan dokumentasi dari objek penelitian. Teori – Teori pada bukupun berperan dalam melakukan penelitian dengan menggunakan data primer ini salah satunya ialah buku dengan judul Tazkiyatun Nafs Mensucikan Jiwa dan Hati dengan Akhlak Mulia.

- b. Data Sekunder

Data sekunder ini merupakan data tambahan seperti jurnal, artikel, skripsi yang terkait pada penelitian ini, diantaranya ialah data sekunder yang mendakti dengan judul peneliti ialah jurnal Optimisme

Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Ditinjau dari Kebersyukuran dan Konsep Diri.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik data yang digunakan pada penelitian ini merupakan dengan menggunakan beberapa teknik diantaranya ialah :

a. Observasi

Observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis ataupun non sistematis, dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik observasi tidak langsung.²¹ Metode observasi yang digunakan ialah observasi sistematis dan non sistematis, peneliti melakukan pengamatan dengan jangka pendek, penelitian yang dilakukan dibatasi sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian, untuk pengumpulan data pada metode ini peneliti memerlukan bantuan narasumber untuk mendapatkan data yang diperlukan²².

b. Wawancara

Jenis wawancara yang digunakan oleh peneliti disini ialah jenis wawancara yang terstruktur dan tidak terstruktur untuk menggali informasi yang dibutuhkan pada objek penelitian.²³ Wawancara yang digunakan terstruktur ialah membuat pertanyaan dengan terstruktur, peneliti melakukan wawancara kepada objek penelitian dengan model tidak terstruktur agar objek penelitian merasa nyaman dengan

²¹ Hadari Nawawi. *Metodologi Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press. 1998. Hlm. 100

²² Ibid.

²³ Meleong, L. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja RosdaKarya. 2011. Hlm. 138

pertanyaan yang dilontarkan oleh peneliti. Bentuk – bentuk pertanyaan peneliti sendiri yaitu ingin memahami lebih dalam tentang pengalaman atau perilaku objek, untuk mengetahui apakah rasa syukur mampu membangun optimisme dalam diri objek.

Dengan melakukan wawancara ini diharapkan peneliti mengetahui peran syukur dalam membangun optimisme apakah memiliki pengaruh atau tidak dengan cara menggali latar belakang objek. Teknik pengumpulan data dengan wawancara inilah yang paling efektif dalam menemukan data secara spesifik dan mendalam. Pada proses wawancara yang menjadi sumber utama dalam penelitian ini ialah remaja Pondok Pesantren Yatim dan Dhuafa Al-Kasyaf Bandung.

c. Dokumen

Dokumen adalah data yang tertulis maupun bergambar, jenis data ini digunakan oleh banyaknya peneliti dalam melakukan penelitiannya, karena sumber data pada dokumen ini sangatlah bermanfaat untuk menguji, menafsirkan dan juga menganalisa data yang telah didapatkan oleh peneliti. Secara tidak langsung data pada dokumen ini adalah mampu menjadi bukti dalam melakukan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti tersebut²⁴.

Dokumen yang didapatkan pada hasil penelitian ini adalah proses berlangsungnya wawancara yang dilakukan oleh peneliti untuk

²⁴ Ibid. Hlm. 161

menemukan informasi yang sedang dibutuhkan atau ditelitinya, juga dokumen tersebut dijadikan sebagai bukti oleh peneliti ketika berlangsungnya penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti.

I. Sistematika Penulisan

Sistematika yang digunakan oleh penlitni ini mampu mempermudah peneliti agar penulisannya menjadi sistematis dan konsisten pada skripsi yang dikerjakan. Hal ini diharapkan agar penelitian yang dilakukan oleh peneliti menjadi lebih terstruktur dan jelas untuk mengerjakan skripsi yang sedang di kerjakannya. Untuk itu peneliti memaparkan sistematika pemabahasan secara keseluruhan terdiri dari :

Bagian awal, bagian ini terdiri dari halaman judul, halaman persetujuan skripsi, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel dan daftar gambar.

Bab I yang berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka pemikiran dan metodologi pnelitian dan sistematika penulisan.

Bab II yang berisi tentang kajian teori yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan penelitian skripsi yang dikerjakan.

Bab III berisi tentang Metodologi Penelitian dan Profil Instasi pada data profil instansi yang menjadi lokasi yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan penelitiannya.

Bab III yang berisi tentang hasil penelitian berisi pertanyaan – pertanyaan yang dilontarkan peneliti untuk objek dengan teknik wawancara

untuk menggali informasi yang diinginkan untuk mengetahui apakah judul yang digunakan peneliti terbukti atau tidak, apakah metode syukur ini bisa menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan optimisme pada objek yang yang dituju.

Bab IV ialah kesimpulan dan saran dari penelitian yang telah dilakukan berdasarkan perumusan masalah yang digunakan oleh peneliti.

Bagian Akhir pada skripsi ialah daftar pustaka dan lampiran – lampiran yang diperlukan peneliti agar penelitiannya tersebut datanya lebih akurat.





uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG