
PELATIHAN ADVERSITY INTELLIGENCE UNTUK MENINGKATKAN KEBERMAKNAAN HIDUP REMAJA PANTI ASUHAN

Lisfarika Napitupulu

Universitas Islam Riau

H. Fuad Nashori

Irwan Nuryana Kurniawan

Universitas Islam Indonesia

Abstract

This research try to investigate the Influence of Adversity Intelligence training to life meaning among teenager in orphanage. Hypotheses proposed that possible difference of life meaning could exist before and after Adversity Intelligence training among teenager in the orphanage.

Subjects participated in this research are 6 (six) teenager of Panti Asuhan Muhammadiyah Putra in Yogyakarta and 14-19 years old. Experimental design employed was Pretest-Post Test Design. Data analyzed through paired sample t-test.

Research found that life meaning differences exist in subjects before and after training with $t: -2.216$ $p: 0,039$. It means that Adversity Intelligence training could increase life meaning among teenager in the orphanage.

Keywords: *life meaning, Adversity Intelligence training*

Pengantar

Manusia memiliki kebebasan untuk menentukan pilihan sikap dan tindakan yang harus diambilnya ketika menghadapi suatu keadaan yang kurang menguntungkan bagi dirinya. Apapun pilihan yang diambil, pasti memerlukan usaha dan kerja keras untuk mewujudkannya. Adanya tujuan yang ingin dicapai dari pilihan yang ditetapkan berguna untuk mengingatkan mereka apabila mulai kehilangan semangat dan merasa putus asa ketika dihadapkan pada hambatan dan kesulitan

Kehidupan akan selalu menyajikan hambatan dan kesulitan sebagai ujian dan cobaan dari Allah swt. Ini diperjelas dalam Al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 155: "Dan

sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira bagi orang-orang yang sabar".

Kesulitan hidup bisa dialami oleh siapa saja, termasuk remaja sebagai salah satu tahapan dalam perkembangan manusia. Remaja yang dihadapkan pada kesulitan akan mudah menjadi putus asa bila ia tidak memiliki tujuan hidup, harapan, hal-hal berharga yang ingin dicapai. Keadaan seperti ini membuat remaja rentan kehilangan kebermaknaan hidup.

Kehilangan makna hidup membuat manusia tidak memiliki arah dan tujuan yang jelas dalam hidupnya dan mereka tidak tahu apa yang harus dilakukan. Ketidakberhasilan

menemukan dan memahami makna hidup akan menimbulkan rasa frustrasi dan kehampaan. Hal ini diikuti dengan kemunculan emosi-emosi negatif seperti perasaan hampa, gersang, merasa tidak memiliki tujuan hidup, merasa hidup tidak berarti, bosan dan apati (Bastaman, 1996). Perasaan negatif yang muncul akan melemahkan sikap manusia dalam menghadapi kesulitan hidup.

Permasalahan pada remaja bisa muncul sejalan dengan pergantian status dari anak-anak menjadi remaja. Sebagai remaja, mereka memiliki tugas perkembangan yang harus dilalui agar dapat hidup normal. Lingkungan berperan membantu remaja agar mereka lebih baik dan lebih siap dalam menghadapi tugas perkembangan (Hartini, 1999). Remaja memerlukan dukungan dan pengarahan dari keluarga untuk membantu menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Keluarga sebagai lingkungan sosial terkecil merupakan tempat di mana nilai dan norma diinternalisasi menjadi bagian kepribadian yang akan mempengaruhi sikap dan tindakan para remaja ketika menghadapi kesulitan dan hambatan. Keluarga sebagai lingkungan primer mempunyai peran penting dalam penanaman nilai dan norma bagi seorang anak yang menuju masa remaja. Rasa aman yang didapat dari keluarga pada awal pertumbuhan dan perkembangan anak, akan mendorong mereka berani untuk melakukan eksplorasi terhadap lingkungannya, sehingga anak-anak tersebut bisa mengembangkan bakat dan kemampuan yang mereka miliki. Tidak dapat dihindari, bahwa keutuhan sebuah keluarga dan terpenuhinya kualitas interaksi antar anggotanya merupakan hal yang mutlak diperlukan seorang anak agar ia tumbuh menjadi seseorang dengan keyakinan bahwa ia dapat meraih tujuan hidupnya. Anak memerlukan dorongan dari orang sekelilingnya apabila mereka merasa tidak mampu menghadapi masalah atau situasi tertentu. Dorongan tersebut tidak hanya berupa bantuan yang langsung menyelesaikan permasalahan si anak, tapi juga berupa langkah-langkah yang bisa ditempuh anak dalam menyelesaikan

permasalahannya (Pumomo, 1990). Akan lebih baik jika dorongan dan dukungan yang diberikan lingkungan sekitar lebih menekankan pada proses penyelesaian masalah, sehingga anak diharapkan tetap aktif dalam menyelesaikan permasalahannya. Keaktifan sebagai proses pembelajaran berfungsi sebagai bekal ketika anak-anak tersebut memasuki masa remaja, karena para remaja tersebut mungkin akan menghadapi permasalahan yang muncul ketika mereka melaksanakan tugas perkembangannya sebagai seorang remaja.

Kenyataan menunjukkan bahwa tidak setiap anak terlindungi dalam satu keutuhan keluarga yang bisa memenuhi kebutuhan emosional dan fisik secara optimal. Ada kondisi tertentu yang menyebabkan seseorang berada di lembaga yang bernama panti asuhan. Menurut BPKKS (Widiastuti, 1995), panti asuhan adalah sebuah lembaga untuk mengasuh, menjaga dan memberikan bimbingan pada anak dengan tujuan agar mereka menjadi manusia dewasa yang cakap dan berguna serta bertanggung jawab atas dirinya dan terhadap masyarakat dikemudian hari.

Panti asuhan berperan sebagai pengganti keluarga dalam memenuhi kebutuhan anak dalam proses perkembangannya. Panti asuhan sebagai lembaga yang menangani anak-anak yang terlantar berusaha memenuhi kebutuhan anak asuhnya baik dari segi fisik maupun psikis. Panti asuhan tidak hanya sebagai tempat penitipan, tapi juga menjadi sarana penggodokan mental agar kelak mereka mampu berdiri sendiri (Majalah Amanah, 1989). Seiring dengan bertambah usianya, seorang remaja akan dihadapkan pada tugas perkembangan baru. Tak jarang mereka akan menemui berbagai permasalahan yang dapat berubah menjadi kesulitan jika tidak segera diatasi. Khusus untuk remaja panti asuhan, mereka memiliki tambahan permasalahan berkaitan dengan konsep diri yang negatif. Menurut Lukman (2000), konsep diri negatif muncul berkaitan dengan keberadaan anak yatim dan keberadaan panti asuhan yang melabeli dirinya sebagai anak yatim yang perlu dikasihani, label yang muncul secara internal

dan juga didukung pandangan sosial menjadikan mereka bimbang dalam menilai diri mereka sendiri. Jersid (Widiastuti, 1995) mengemukakan bahwa anak-anak yang tumbuh di panti asuhan cenderung tumbuh menjadi remaja yang kurang mampu bersikap asertif dalam mengungkapkan perasaan mereka. Sikap ini membuat remaja panti asuhan tidak dapat mengekspresikan potensi yang dimilikinya. Remaja panti asuhan diharapkan tidak membuat mereka melangkah mundur, melupakan harapan-harapan mereka dan pada akhirnya menyebabkan mereka kehilangan makna hidup.

Menurut Lukas (Bastaman, 1996) seseorang yang tidak bisa mengatasi permasalahannya, tidak mengetahui apa tujuan hidupnya, tidak memiliki sesuatu yang dihargai, tidak terlibat dalam suatu aktivitas yang membuatnya merasa berarti akan berakhir dalam suatu keadaan di mana ia telah kehilangan makna hidupnya. Seseorang yang tidak menemukan makna hidup adalah mereka yang mempersepsikan kehidupan secara negatif. Mereka gagal dalam menemukan kewajiban sosial yang dapat membuat mereka mengalami kehampaan hidup.

Schlesinger (Bethel, 1994) menjelaskan bahwa seseorang yang menemukan makna hidupnya akan bisa bertahan hidup, karena ia memiliki pandangan, gagasan, keberanian dalam menyelesaikan masalahnya. Kebermaknaan hidup membuat remaja mampu mengubah kesulitan menjadi peluang untuk meraih sukses. Keberhasilan ini dipengaruhi oleh *Adversity Intelligence*. *Adversity Intelligence* adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan kecerdasannya untuk mengarahkan dan mengubah pikiran atau tindakannya ketika ia menghadapi hambatan dan kesulitan yang merupakan salah satu sumber kesengsaraan bagi dirinya.

Adversity Intelligence disusun dan adaptasi dari teori *Adversity Quotient* Paul G. Stoltz. *Adversity Quotient* merupakan suatu kemampuan untuk menghadapi kesulitan dengan memanfaatkan potensi yang dimiliki agar bisa terus maju dalam hidup

(Stoltz, 1997). Adaptasi ini dilakukan karena dari yang penulis ketahui istilah *Quotient* lebih tepat digunakan bila tes *Adversity* menghasilkan skor yang bersifat normatif. Penulis belum menemukan persyaratan ini dalam teori *Adversity Quotient* Paul G Stoltz. Karena maksud dari *Adversity Intelligence* yang dikemukakan penulis terkandung dalam teori *Adversity Quotient* Paul G Stoltz, maka untuk selanjutnya uraian mengenai *adversity intelligence* didasarkan pada teori *Adversity Quotient* Paul G. Stoltz.

Peningkatan *Adversity Intelligence* diharapkan dapat membantu remaja panti asuhan mengatasi kesulitan dan hambatan, menghindarkan mereka dari sikap putus asa yang pada akhirnya mampu meningkatkan makna hidup remaja panti asuhan karena mereka menyadari bahwa hidupnya berharga dan mereka menemukan alasan-alasan mengapa mereka harus bertahan hidup. Mereka menemukan sesuatu untuk diperjuangkan, dengan kata lain remaja panti asuhan berhasil menemukan kebermaknaan hidup.

Melihat pentingnya *Adversity Intelligence* untuk membantu remaja panti asuhan menemukan kebermaknaan hidup, maka penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh pelatihan *Adversity Intelligence* terhadap kebermaknaan hidup remaja panti asuhan.

Dasar Teori

Kebermaknaan Hidup

Menurut Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer (1991), awalan ke- merupakan kata depan untuk menandai arah atau tujuan, bermakna berarti mengandung makna. Masih menurut Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer, kata hidup berarti terus berlangsung karena adanya sesuatu. Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan, kebermaknaan hidup adalah arah menuju sesuatu yang mengandung makna hidup. Makna hidup memungkinkan seseorang untuk melanjutkan kehidupannya, karena ia menemukan sesuatu yang berharga pada makna hidup itu.

Menurut Frankl (Bastaman, 1997), makna hidup adalah sesuatu yang oleh seseorang dirasakan penting, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya. Makna hidup bisa berupa cita-cita untuk kelak menjadi orang yang sukses dan adanya keinginan untuk itu membuat seseorang bisa bertahan hidup.

Bagi remaja panti asuhan penemuan makna hidup akan mengubah cara pandang mereka terhadap kesulitan dan hambatan yang di alami, kesulitan dan hambatan tersebut tidak menjadi stressor bagi mereka, melainkan sebuah tantangan untuk mencapai keberhasilan. Kesulitan dan hambatan bisa ditemukan oleh siapa saja dan di mana saja. Bagi sebagian remaja yang berada di panti asuhan, menjalani kehidupan bersahaja, bersahabat dengan segala keterbatasan fasilitas fisik dan non fisik seperti kasih sayang, perhatian barangkali merupakan ujian dari Allah SWT. Namun sesungguhnya ada makna yang tersirat di balik kesulitan dan hambatan yang muncul sehubungan dengan keadaan remaja panti asuhan dan akan mereka ketahui ketika para remaja panti asuhan tersebut berhasil melewati hambatan dan kesulitan itu. Keberhasilan remaja panti asuhan dalam melewati kesulitan dan hambatan akan semakin mendekatkan mereka dalam pencapaian makna hidupnya.

Frankl (Bastaman, 1996) menguraikan ada tiga aspek dari kebermaknaan hidup, yaitu: kebebasan berkehendak (*freedom of will*), kebebasan berkehendak adalah kebebasan untuk menentukan sikap terhadap kondisi biologis, psikologis, sosiokultural dan kesejarahannya. Kualitas diatas menunjukkan bahwa manusia adalah individu yang dapat mengambil jarak dari kondisi lingkungan di luar dirinya (sosiokultural dan kesejarahannya) dan dari kondisi yang datang dari dalam dirinya (biologis dan psikologis).

Aspek yang kedua adalah kehendak hidup bermakna (*will to meaning*), yaitu keinginan manusia untuk menjadi orang yang berguna dan berharga bagi dirinya, keluarga dan lingkungan sekitarnya. Aspek

yang ketiga adalah makna hidup yaitu menemukan sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga dan didambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang. Crumbaugh dan Maholick (Koeswara, 1992) menyatakan ada enam aspek dari makna hidup. Tiga dari aspek tersebut sama dengan rumusan yang diajukan oleh Frankl, yaitu: makna hidup, kehendak hidup bermakna, kebebasan berkehendak, kepuasan hidup, pikiran tentang bunuh diri. Ada lima faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang yaitu: (a) pemahaman pribadi, merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali keunggulan dan kelemahan yang dimilikinya, (b) Bertindak positif, menerapkan hal-hal baik dalam perilaku dan tindakan nyata sehari-hari, (c) Memiliki hubungan yang akrab, (d) Pendalaman tri nilai yaitu nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan, nilai bersikap, dan (e) ibadah.

Pelatihan *Adversity Intelligence*.

Training atau pelatihan adalah kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kinerja seseorang dalam pekerjaan yang diserahkan kepada mereka (Hardjana, 2001). Binet dan Simon (Azwar, 2002) merangkum pengertian inteligensi dalam tiga komponen, yaitu kemampuan seseorang dalam mengarahkan pikiran atau tindakannya, kemampuan seseorang untuk mengubah arah tindakan bila tindakan tersebut telah terlanjur dilakukan dan kemampuan seseorang untuk mengkritik diri sendiri atau melakukan *autocriticism*. Menurut kamus psikologi, inteligensi berarti cerdas, pandai. Menurut Kamus Inggris-Indonesia (Echols dan Shadily, 1995), *adversity* berarti kesengsaraan, kemalangan.

Adversity Intelligence yang akan digunakan penulis dalam pelatihan ini disusun dan diadaptasi dari teori *Adversity Quotient* Paul G Stoltz. Adaptasi ini dilakukan karena dari yang penulis ketahui istilah *Quotient* lebih tepat digunakan bila tes *Adversity* menghasilkan skor yang bersifat normatif. Penulis belum menemukan persyaratan ini dalam teori *Adversity Quotient* Paul G Stoltz. *Adversity Quotient* (AQ) merupakan teori baru yang

dikemukakan oleh Paul G. Stoltz. *Adversity Quotient* mengungkapkan seberapa jauh kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan dan hambatan yang dialaminya (Stoltz, 1997).

Berdasarkan uraian di atas, *Adversity Intelligence* merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan kecerdasannya untuk mengarahkan, mengubah cara berfikir dan tindakannya ketika ia menghadapi hambatan dan kesulitan yang bisa menyengsarakan dirinya. Pelatihan *Adversity Intelligence* yang dilakukan penulis merupakan rangkaian kegiatan yang sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan remaja panti asuhan dalam mengarahkan, mengubah pikiran, tindakan dan mengenalkan keterampilan baru ketika ia dihadapkan pada hambatan dan kesulitan sehingga remaja panti asuhan terhindar dari rasa putus asa yang dapat menghambat pencapaian makna hidupnya.

Stoltz (2000) mengemukakan ada empat komponen dari *Adversity Quotient* dan empat tahap untuk meningkatkan *Adversity Quotient* seseorang. Komponen tersebut merupakan materi dalam pelatihan *Adversity Intelligence*. Komponen tersebut adalah kendali (*control*), asal-usul dan pengakuan (*origin* dan *ownership*), jangkauan (*reach*), dan daya tahan (*endurance*). Keempat komponen ini akan dibahas secara bersamaan dengan tahap-tahap pelatihan *Adversity Intelligence*. Materi pelatihan *Adversity Intelligence* akan disampaikan dalam empat tahap yang tersusun dalam rangkaian LEAD.

Tahapan ini disusun berdasarkan metode ABC Albert Ellis (Stoltz, 1997), yaitu suatu model perilaku *rational emotif* yang didasarkan pada pemahaman bahwa yang menimbulkan reaksi dan perasaan adalah keyakinan kita tentang suatu peristiwa, dan bukan peristiwa itu sendiri.

Metode yang digunakan untuk menyampaikan materi adalah *experiential learning*, yaitu belajar melalui pengalaman. Peristiwa di dalam kehidupan dapat disimulasikan melalui suatu permainan yang dapat dirasakan secara langsung oleh peserta pelatihan (Ancok, 2002). Irwanto

(Nadiyah, 2003) mengatakan materi dalam pelatihan dapat disampaikan dengan metode keteladanan, yang mengacu pada teori model Bandura yang berasumsi bahwa perilaku dapat dipelajari melalui observasi. Sumber model dapat diambil dari anggota kelompok, pemimpin, tamu, audio visual, diri sendiri, skenario dan dari dunia nyata (Rose, 1989; Prihartanti, 1994; Nadiyah 2003). Model dalam pelatihan ini dari anggota kelompok dan audio visual.

Berdasarkan uraian di atas, pelatihan *Adversity Intelligence* akan dilakukan dalam empat tahap. Tahap pertama adalah mendengarkan respon remaja panti asuhan terhadap masalah yang mereka alami (*listen*) atau pengenalan masalah. Materi yang akan disampaikan pada tahap ini adalah Tiga tipe Manusia (*Climbers, Campers, Quitters*), ARP (*Adversity Response Profile*), COORE (*Control, Origin & Ownership, Reach, Explore*). Tahap kedua adalah menjajaki masalah yang dialami (*explore*). Materi yang disampaikan pada tahap ini adalah refleksi diri, mengetahui asal-usul kesulitan (*origin*) dan mengakui asal-usul kesulitan tersebut (*ownership*) dan diagram kognitif.

Tahap ketiga adalah menganalisis kesulitan yang dialami (*analyze*). Materi yang disampaikan pada tahap ini adalah mencari bukti bahwa satu kesulitan harus mempengaruhi kehidupan individu secara keseluruhan (*reach*), mengetahui apakah ada buktinya bahwa kesulitan harus berlangsung lebih lama dari semestinya (*endurance*), apakah seseorang benar-benar tidak bisa memegang kendali atas kesulitan yang dialami (*control*), materi kedua adalah hikmah di Balik kesulitan. Tahap keempat adalah melakukan sesuatu (*do*). Materi yang akan disampaikan adalah Menghentikan pikiran negatif :STOP dan Proaktif. Metode yang dipergunakan dalam pelatihan ini adalah *experiential learning* dan metode keteladanan.

Hasil Penelitian Terdahulu. Menurut pengamatan penulis, penelitian tentang kebermaknaan hidup telah banyak dilakukan, di antaranya penelitian yang dilakukan oleh Rahman (1996) tentang hubungan antara kebermaknaan hidup dan daya tahan stres pada remaja. Dari hasil

penelitian ini diketahui adanya hubungan positif antara kebermaknaan hidup dan tingkat daya tahan stres pada remaja. Hasil penelitian Pihasnawati (1998) tentang pengaruh pelatihan penghayatan Al-Qur'an terhadap kebermaknaan hidup menunjukkan adanya perbedaan kebermaknaan hidup pada kelompok yang diberi pelatihan penghayatan Al-Qur'an, di mana kelompok yang diberi pelatihan penghayatan Al-Qur'an mengalami peningkatan kebermaknaan hidup.

Hipotesis

Hipotesis penelitian berbunyi ada perbedaan kebermaknaan hidup antara remaja panti asuhan yang memperoleh pelatihan Adversity Intelligence dengan

remaja panti asuhan yang tidak memperoleh pelatihan Adversity Intelligence.

Metode Penelitian

Subjek Penelitian. Subjek pada penelitian ini adalah anak asuh yang bertempat tinggal di panti asuhan Yatim putra Muhammadiyah, berusia antara 14-19 tahun dan memiliki kebermaknaan hidup yang terkatagori tinggi. Seluruh subjek berjumlah 12 orang dengan perincian enam orang masuk kelompok eksperimen dan enam orang lainnya masuk kelompok kontrol.

Rancangan Eksperimen. Penelitian ini memakai metode eksperimen dengan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Rancangan eksperimen tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1.
Kelompok Kontrol dengan Kelompok Eksperimen

Kelompok	Pretest	Treatment	Posttest
Kel. Eksperimen	T1	X	T2
Kel. Kontrol	T1	-	T2

Rancangan Eksperimen (Suryabrata, 1992)

Keterangan :

T1 : Pengukuran Sebelum diberi perlakuan

X : Perlakuan yang diberikan

T2 : Pengukuran Setelah diberi perlakuan

Subjek penelitian dibagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Keduanya diberi *pretest* pada saat yang bersamaan. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan selama dua hari satu malam, sedangkan kelompok kontrol diberikan perlakuan setelah *post-test*. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan *posttest* pada saat yang bersamaan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pelatihan *Adversity Intelligence* terhadap kebermaknaan hidup.

Pembagian antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dilakukan dengan metode *Matching-Subjects Design* (Pola M-

S) (Kartono, 1986). Sebelum suatu eksperimen diadakan, terlebih dahulu dilakukan *matching* di antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, agar kelompok kontrol dan kelompok eksperimen seimbang sehingga pada awal eksperimen kedua kelompok itu dapat berangkat dari suatu titik tolak yang sama (situasi awal yang relatif sama).

Metode Pengumpulan Data. Ada beberapa alat yang dipergunakan dalam penelitian ini guna mempertancar proses penelitian. Pertama, Skala Kebermaknaan hidup. Skala ini disusun berdasarkan gabungan dari aspek kebermaknaan hidup

yang dirumuskan oleh Frankl (Bastaman, 1996) serta Crumbaugh dan Maholick (Koeswara, 1992) yang terkandung dalam kebermaknaan hidup. Aspek-aspek tersebut meliputi kebebasan berkehendak, keinginan hidup bermakna, makna hidup dan kepuasan hidup. Sebagian aspek kebebasan berkehendak dan aspek makna hidup merupakan adaptasi dari skala yang disusun oleh Zainurrofikoh (2000). Skala kebermaknaan hidup Zainurrofikoh memiliki koefisien korelasi total berkisar antara 0,2828-0,9191 dengan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,9191. Aspek kehendak hidup bermakna disusun sendiri oleh penulis. Sebagian aspek kepuasan hidup dimodifikasi dari *Purpose in life test* (PIL) yang disusun oleh Maholick dan Crumbaugh. Skala ini terdiri dari 45 item yang terbagi dalam item *favorable* dan item *unfavorable* untuk tiap-tiap aspek. Pemberian nilai dalam skala ini menggunakan skala model *likert* dengan lima alternatif jawaban (Azwar, 2002). Lima alternatif jawaban tersebut adalah Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), Sangat Sesuai (SS). Pernyataan *favorable* SS diberi nilai 5,

S diberi skor 4, N bernilai 3, TS bernilai 2, STS bernilai 1 dan sebaliknya pada pernyataan *unfavorable*. Setelah dilakukan analisis untuk mengetahui kesahihan alat ukur, diketahui bahwa skala kebermaknaan yang digunakan dalam penelitian ini memiliki koefisien korelasi yang bergerak antara 0,3028-0,9692 dengan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,9081.

Perlakuan. Perlakuan diwujudkan dalam bentuk modul yang menjadi pemandu acara pelatihan. Modul pelatihan *Adversity Intelligence* yang disusun sendiri oleh penulis berdasarkan teori *Adversity Quotient* Paul G Stoltz. Pelatihan *Adversity Intelligence* terdiri dari empat tahap, yaitu mendengarkan respon terhadap kesulitan yang dialami (*listen*). Tahap kedua adalah menjejaki asal-usul kesulitan dan mengakui akibat kesulitan yang dialami (*explore*). Tahap ketiga adalah menganalisis bukti tidak adanya kendali ketika dihadapkan pada kesulitan (*analyze*). Tahap terakhir adalah melakukan sesuatu untuk mengatasi kesulitan (*do*). Masing-masing tahap akan diisi dengan materi yang merupakan aspek *Adversity Intelligence* yang dimiliki seseorang.

Tabel 2
Aktivitas Selama Kegiatan Pelatihan

Tahap	Materi	Waktu	Pelaksana
Listen	a. Teka-teki koin & Pemaknaan	25 Menit	Trainer
	b. Tiga tipe Manusia :CCQ	30 Menit	Co-trainer
	c. Cerita Bermakna	35 Menit	
	d. ARP	10 Menit	
	e. CO2RE	20 Menit	
Explore	a. Refleksi diri & Pemaknaan	30 Menit	Trainer
	b. Origin & Ownership	52 Menit	
	c. Diagram Kognitif	40 Menit	
Analyze	a. Peleburan diri	15 Menit	Trainer
	b. Analisis kendali (<i>control</i>), Jangkauan (<i>Reach</i>) dan Daya tahan (<i>Endurance</i>)	15 Menit 36 Menit 25 Menit	Co-trainer Observer
	c. Nonton VCD Harun Yahya	45 Menit	
	d. Renungan & Pemaknaan: Menapaki jalan berbatu		
Do	a. Pohon Harapan	25 menit	Co-trainer
	b. Role play: Stop !	15 Menit	Co-trainer
	c. Proaktif	35 Menit	Trainer Observer

Di samping modul, disiapkan juga lembar penilaian subjek. Tujuannya adalah untuk menilai jalannya pelatihan *Adversity Intelligence*. Selain itu, juga ada surat persetujuan subjek yang merupakan bukti bahwa subjek bersedia mengikuti pelatihan ini dengan segala konsekwensinya. Terakhir, lembar wawancara berisi pertanyaan tentang kesan peserta terhadap pelatihan, serta untuk mengetahui sejauh mana perubahan yang dirasakan subjek setelah mengikuti pelatihan.

Metode Analisa Data. Metode analisa data yang digunakan adalah Uji beda *t*, *paired sample t test*. Analisis data penelitian memakai bantuan komputer SPSS Versi 10.00 for Windows.

Hasil Penelitian

Pelatihan *Adversity Intelligence* dilaksanakan pada tanggal 3-4 April 2004 bertempat di ruang pelatihan Pondok Pesantren Budi Mulya. Pelaksanaan kegiatan dapat dibagi menjadi tiga bagian. Pertama adalah pembukaan. Kedua, pelaksanaan pelatihan yang berlangsung dalam empat tahap dengan materi yang berbeda. Ketiga adalah penutupan. Pada saat ini peserta diberikan posttest, wawancara terpisah, penjelasan rangkaian penelitian dan perpisahan. Pretest diberikan bersamaan seminggu sebelum pelatihan. Posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontri dilakukan pada waktu yang sama ditempat terpisah. *Follow up* dilaksanakan 23 Mei 2004.

Adapun hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 3.
Uji *t* test pada kelompok eksperimen dan kontrol berdasarkan nilai pretest dan posttest

<i>Kebermaknaan Hidup</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
<i>Pretest-Posttest</i> (eksperimen)	2.216	0.039
<i>Pretest-posttest</i> (kontrol)	0.148	0.444

Tabel 4.
Uji *t*-test pada kelompok kontrol dan Eksperimen berdasarkan nilai pretest dan Follow up

Kelompok	<i>Pretest - follow up</i>		<i>Posttest - Follow up</i>	
	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Kontrol	1.137	0.1535	0.524	0.3115
Eksperimen	-5.82	0.293	1.305	0.1245

Hasil uji *t paired* yang dilakukan untuk melihat apakah perubahan rata-rata tersebut berarti secara statistik menunjukkan hasil yang signifikan untuk hipotesis satu arah ($p=0.039$; $p<0.05$). Dengan demikian ada pengaruh pelatihan *Adversity Intelligence*

terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan yang diberi perlakuan. Rerata nilai *pretest* dan *posttest* kebermaknaan hidup pada kelompok kontrol juga mengalami peningkatan, tapi setelah dianalisis lebih lanjut perubahan tersebut

ternyata tidak cukup meyakinkan secara statistik ($p=0.444$; $p>0.05$).

Perbandingan antara nilai kebermaknaan hidup yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah mendapatkan perlakuan dengan nilai kebermaknaan hidup yang tidak signifikan pada kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan menunjukkan ada pengaruh pelatihan *Adversity Intelligence* terhadap peningkatan kebermaknaan hidup. Subjek yang mendapatkan pelatihan *Adversity Intelligence* mengalami peningkatan kebermaknaan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Hasil *follow up* untuk kelompok kontrol yang membandingkan nilai kebermaknaan hidup pada saat *pretest-follow up* dan *posttest* dengan *follow up* menunjukkan hasil yang tidak signifikan, tidak ada perbedaan kebermaknaan hidup pada kelompok kontrol. Hasil tersebut menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan untuk nilai kebermaknaan hidup pada kelompok eksperimen setelah beberapa waktu materi pelatihan diberikan.

Pembahasan

Sebelum pengambilan data, nilai kebermaknaan hidup pada kedua kelompok telah diselenggarakan. Kartono (1986) mengatakan pentingnya nilai yang seimbang antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen agar nantinya jika ada perbedaan di antara kedua kelompok maka perbedaan tersebut semata-mata disebabkan oleh metode yang diberikan dalam eksperimen, bukan karena perbedaan kondisi awal.

Tampaknya materi yang disampaikan melalui empat tahap peningkatan *Adversity Intelligence* turut berpengaruh terhadap peningkatan kebermaknaan hidup remaja panti asuhan yang mengikuti pelatihan tersebut. Tahapan LEAD mencoba menanamkan kesadaran kepada peserta, bahwa yang menimbulkan reaksi dan perasaan terhadap suatu peristiwa adalah keyakinan seseorang tentang suatu peristiwa dan bukannya peristiwa itu (Stoltz, 1997).

Manusia termasuk remaja panti asuhan memiliki keinginan dasar untuk dapat diterima apa adanya oleh lingkungan, menjadi yang terbaik, berhasil dalam hidupnya. Untuk mewujudkan semua itu akan ada hambatan dan kesulitan yang muncul. Salah satu sumber kesulitan tersebut dapat muncul dari pola pikir yang keliru bahwa tinggal di panti asuhan berarti hidup dengan keterbatasan-keterbatasan. Terbatasnya sarana dan prasarana, misalkan kebutuhan papan (pakaian yang bagus, uang jajan yang terbatas), adanya perasaan yang terasing dari keluarga, masa depan yang belum jelas. Perasaan yang tumbuh dari cara berpikir yang keliru itu dapat menimbulkan kesulitan yang akan mempengaruhi mereka ketika mereka berinteraksi dengan lingkungan. Kesulitan ini, bila tidak teratasi akan melemahkan semangat mereka untuk lebih maju, mencapai apa yang semula mereka cita-citakan. Keadaan seperti ini menyebabkan remaja panti asuhan rentan kehilangan makna hidup. Makna hidup dapat ditemukan kembali melalui pelatihan *Adversity Intelligence*, yaitu dengan memperbaiki pola berfikir seseorang. Proses kognitif menekankan bahwa yang menimbulkan reaksi dan perasaan adalah keyakinan seseorang tentang suatu peristiwa dan bukannya peristiwa itu sendiri Ellis (Stoltz, 1997). Pikiran negatif yang menimbulkan perasaan tidak berdaya yang dapat melemahkan semangat juang seseorang untuk mengatasi hambatan dan kesulitan dapat diperbaiki melalui peningkatan daya juang (*Adversity Intelligence*) seseorang.

Crumbaugh (Bastaman, 1996) mengatakan, salah satu metode untuk menemukan kembali makna hidup adalah dengan melakukan tindakan positif. Tindakan positif diawali dengan berpikir positif, di mana seseorang tetap mampu memainkan imajinasinya untuk tetap memikirkan hal-hal yang baik di saat ia mengalami suatu kesulitan sehingga ia tetap mampu memegang kendali atas dirinya. Penulis mengasumsikan, peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan setelah mereka mengikuti pelatihan

Adversity Intelligence karena mereka telah mampu memahami tahapan-tahapan untuk daya juang dalam mengatasi kesulitan yang mempengaruhi peningkatan kebermaknaan hidup. Tahapan tersebut secara umum digolongkan menjadi dua kelompok yang berhubungan lurus, artinya kelompok kedua dapat tercapai bila kelompok pertama

dipenuhi. Pertama berpikir positif (*Listen, Explore, Analyze*) dan kedua bertindak positif (*Do*). Pemahaman terhadap dua hal tersebut menyebabkan peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan setelah mendapatkan pelatihan *Adversity Intelligence*

Gambar 1.
Peningkatan Kebermaknaan Hidup

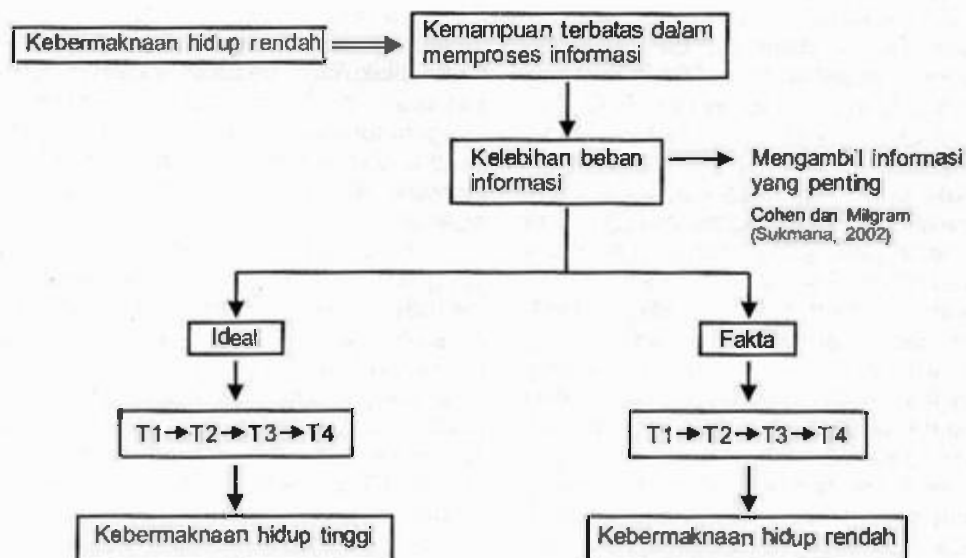


Crumbaugh (Bastaman, 1996)

Bervariasinya nilai kebermaknaan hidup setelah posttest pada remaja panti asuhan dapat disebabkan oleh berbagai hal. Cohen dan Milgramm (Sukmana, 2002) mengatakan bahwa manusia mempunyai kemampuan yang terbatas untuk memproses berbagai informasi dari lingkungan. Ketika sejumlah informasi dari lingkungan melebihi kemampuan individu untuk memprosesnya maka terjadilah kelebihan beban informasi dan tindakan pertama yang diambil adalah mengabaikan beberapa rangsang (informasi) yang masuk. Masih menurut Cohen (Sukmana, 2002), dalam situasi seperti ini individu hanya memperhatikan informasi yang dianggap penting saja. Tidak terserapnya keseluruhan materi pelatihan (informasi) sebagai satu kesatuan yang utuh menyebabkan proses

pemahaman terhadap kebermaknaan hidup itu sendiri juga tidak berjalan maksimal, karena tahapan pelatihan *Adversity Intelligence* tersebut merupakan tahap yang saling berhubungan lurus. Artinya untuk memahami tahap ke 2 (*explore*) peserta harus memahami tahap pertama dahulu (*listen*). Peserta dapat menemukan sumber kesulitan (*explore*), jika ia mengetahui bahwa kesulitan tersebut ada (*listen*). Penerimaan yang sebagian dari empat tahap pelatihan *Adversity Intelligence* menyebabkan pemahaman dinamika psikologis hubungan antara *Adversity Intelligence* dan kebermaknaan hidup tidak tercapai sehingga ada subjek yang nilai kebermaknaan hidupnya hanya naik sedikit bahkan ada yang turun.

Gambar 2.
Dinamika Psikologis



- T1 : Tahap 1 (*Listen*)
- T2 : Tahap 2 (*Explore*)
- T3 : Tahap 3 (*Analyze*)
- T4 : Tahap 4 (*Do!*)

Bervariasinya nilai kebermaknaan hidup setelah *follow up* juga dapat disebabkan oleh berbagai hal. Setiap orang memiliki kemampuan pemahaman yang bervariasi. Ada tipe orang yang langsung dapat memahami dan mengaplikasikan informasi yang baru saja diterimanya. Kemungkinan seperti ini terjadi pada peserta yang memiliki nilai kebermaknaan hidup tinggi setelah diberikan post-test. Ada tipe orang yang langsung paham tapi ia tidak dapat mengaplikasikan informasi yang diterimanya saat itu juga, dan ada tipe orang yang tidak dapat langsung paham dan tidak dapat langsung mengaplikasikan informasi yang baru saja diterimanya. Tipe semacam ini memerlukan waktu untuk memahami informasi yang baru saja didapatnya. Tipe kedua dan ketiga barangkali dialami oleh mereka yang memiliki nilai kebermaknaan hidup rendah setelah posttest dan nilai tinggi setelah *follow up*. Faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi bervariasinya nilai kebermaknaan hidup (turun, naik, tetap)

pada subjek penelitian setelah *follow up*. Cohen (Sukmana, 2002) mengatakan perhatian individu terhadap suatu rangsang tidak bersifat konstan dan mungkin selama waktu tertentu hilang ketika ia melakukan kegiatan lain yang memerlukan perhatian khusus dan lama. Keadaan seperti ini dapat menjelaskan subjek yang mengalami penurunan kebermaknaan hidup setelah *followup*.

Kelemahan penelitian ini terletak pada subjek penelitian yang memiliki nilai kebermaknaan hidup yang terkatagori tinggi. Tingginya nilai kebermaknaan hidup pada subjek penelitian dapat disebabkan oleh pendalaman ibadah yang intens di Panti Asuhan Yatim Muhamadiyah Putra. Sejak tahun 1982 Panti Asuhan Yatim Muhamadiyah Putra mengadakan program pesantrenisasi untuk anak asuhnya. Bastaman (1996) mengatakan jika ibadah dan doa dapat memberikan makna tertentu pada seseorang, apabila orang tersebut melakukannya dengan penuh kesungguhan.

Al-Qur'an sebagai salah satu panduan umat Islam dalam beribadah dapat membantu seseorang dalam menemukan makna hidupnya. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Pihasnawati (1998) tentang pengaruh pelatihan penghayatan Al-Qur'an terhadap kebermaknaan hidup yang menunjukkan adanya perbedaan kebermaknaan hidup pada kelompok yang diberi pelatihan penghayatan Al-Qur'an, di mana kelompok yang diberi pelatihan penghayatan Al-Qur'an mengalami peningkatan kebermaknaan hidup. Masih menurut Bastaman (1996), ibadah yang dilakukan secara khidmat sering menimbulkan perasaan tenang, mantap dan tabah serta tak jarang pula menimbulkan perasaan seakan-akan mendapat bimbingan dalam melakukan tindakan-tindakan penting. Perasaan seperti ini dapat meningkatkan semangat seseorang dalam meraih tujuan hidupnya. Peneliti tidak dapat menentukan sejauh mana pengaruh pelatihan *Adversity Intelligence* terhadap peningkatan kebermaknaan hidup remaja panti asuhan yang telah mendapatkan pendalaman agama secara intens.

Kesimpulan dan Saran

Analisis data terakhir, yaitu dengan membandingkan nilai uji t pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh kesimpulan ada pengaruh pelatihan *Adversity Intelligence* terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan. Remaja panti asuhan yang mengikuti pelatihan *Adversity Intelligence* mengalami peningkatan kebermaknaan hidup. Hal ini berarti hipotesis penelitian diterima.

Adapun saran penelitian adalah demikian: Subjek penelitian diharapkan dapat mempertahankan nilai kebermaknaan hidup mereka yang terkatagori tinggi. Nilai kebermaknaan hidup yang tinggi menandakan jika mereka telah dapat menemukan sesuatu yang dianggap penting, benar, berharga dan memberikan nilai khusus bagi dirinya.

Saran berikutnya adalah bagi lembaga yayasan. Bagi yayasan panti asuhan diharapkan dapat mempertahankan pembinaan kegiatan agama yang selama ini telah dilakukan. Sebagai variasi, mungkin sesekali perlu diadakan perlombaan pengetahuan agama antar regu yang ada di panti asuhan sehingga dapat meningkatkan motivasi mereka dalam mempelajari ilmu agama.

Bagi peneliti selanjutnya. Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan metode eksperimen perlu memiliki persiapan yang matang. Ketepatan metode penelitian yang dipakai akan mempengaruhi diterimanya hipotesis penelitian. Peneliti perlu memperhatikan jumlah serta kriteria subjek penelitian. Peneliti perlu menetapkan tim pelatihan yang terlibat. Mereka yang terlibat di dalam pelatihan, harus memiliki komitmen yang tinggi untuk terlibat secara total dalam penelitian ini. Peneliti dan tim pelatihan perlu menyamakan persepsi mengenai penelitian yang akan diadakan, sehingga tujuan penelitian dapat tercapai. Peneliti perlu menegaskan tugas masing-masing tim.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. 2003. Kata Pengantar Dalam Victor E Frankl. *Logoterapi : Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Yogyakarta : Kreasi wacana
- Ancok, D. 2002. *Out Bound Manangement Training*. Yogyakarta: Ull Press
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.S., Bem, D. 1992. *Pengantar Psikologi*, edisi sebelas. Batam: Interaksara
- Azwar, S. 2002. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2001. *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Ayu, M.R. 1997. *Cahaya Rumah Kita*. Bandung: Mizan
- Bethel, S.M. 1994. *Mengubah Keadaan*. Jakarta: Binarupa Aksara
- Bastaman, H. D. 1998. "Adakah Harapan di Tanah Tipis Harapan ?" *Jurnal Psikologika*, no. 5, thn III, hal 13-17
- Bastaman, H. D. 1996. *Meraih hidup Bermakna : Kisah pribadi dengan pengalaman tragis*. Jakarta: Paramadina
- Covey, R.S. 1994. *Tujuh Kebiasaan Manusia yang Sangat Efektif: Memulihkan Etika Karakter*. Jakarta: Gramedia
- Daradjat, Z. 1994. *Lautan Hikmah : Kumpulan Renungan Keagamaan di Harian Republika*. Bandung: Mizan
- Dewan Penyusun Ensiklopedi Islam. 1994. *Ensiklopedi Islam*. Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve
- Echols, J. M dan Shadily. 1995. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: Gramedia
- Fuhrmann, B. S. 1990. *Adolescent, Adolescent*. London : Foresman and Company
- Gosita, A. 1985. *Masaiah Perlindungan Anak*. Jakarta: Akademika Pressindo
- Hadi, S. 2000. *Statistik: Jlid 1*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hardjana, A. M. 2001. *Training SDM yang Efektif*. Yogyakarta: Kanisius
- Hatini, N. 1999. "Remaja dan Lingkungan Sosialnya". *Jurnal Anima*, no. 1, vol. 15, hal 76-82
- Hartini, N. 2001. Deskripsi Kebutuhan Psikologis Pada Anak Panti Asuhan "Jurnal Insan Media, no 2, vol 3, hal 109-118
- Koeswara, E. 1992. *Logoterapi: Psikoterapi Victor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius
- Kartono, K. 1986. *Pengantar Metodologi Riset Sosial*. Bandung: Alurnni
- Louis, H. 2003. Hubungan Antara *Adversity Intelligence*, Kecerdasan Antar Pribadi dan Tipe Kepribadian A Studi Korelasional pada Dosen di Universitas Taruma Negara. Http: // psikologi Untar.com/abstrak/Skripsi. 24 Januari 2004
- Lukman, M. 2000. "Kemandirian Anak Asuh di Panti Asuhan Yati Islam ditinjau dari Konsep diri dan Kompetensi Interpersonal" *Jurnal Psikologika Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta*, no. 10, thn. V, hal 57-74
- Mahanani, I. S. 2000. Hubungan Antara Kedemokratisan Pola Asuh Orang Tua Dengan Adversity Quotient. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia
- Mappiare, A. 1982. *Psikologi Remaja*. Bandung : Usaha Nasional
- Miller, S.S., Miller, J. A. dan Miller. E. 1986. *Life Span : The Definitive Guide To Health and Well Being for The Rest of Your Life*. New york: Macmillan Publishing Company
- Nanu. 1989. *Majalah Amanah: Cipondoh, rumah yatim piatu masa depan*. Jakarta
- Nadiah. 2003. Pengaruh Pelatihan Manajemen Qolbu Terhadap Peningkatan Problem Solving. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII
- Pihasniwati. 1998. Pengaruh Pelatihan Penghayatan Al-Qur'an Terhadap

- Kebermaknaan Hidup. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Pumomo, H. B. 1990. *Memahami dunia anak-anak*. Bandung: Mandar Maju
- Rahman, A. A. 1996. Hubungan Antara Kebermaknaan Hidup dan Daya Tahan Stress Pada Remaja. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Salim, P dan Salim, Y. 1991. *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*. Jakarta: Modern English Press
- Sarwono, S. W. 2002. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sobur, A. 1991. *Komunikasi Orang Tua dan Anak*. Bandung :Angkasa Bandung
- Srisusilawati. 2000. Motif Berprestasi Ditinjau dari Konsep Diri dan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Fakultas Hukum UII. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia
- Stoltz, P. G. 2000. *Faktor Penting dalam Meraih Sukses : Advrstity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: Grasindo
- Sukmana, O. 2002. *Dasar-dasar Psikologi Lingkungan*. Jakarta: Bayu Media
- Suryabrata, S. 1992. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press
- Suyanti, V. E., Setiasih., Mangunhardjana,A. 2002. Pengaruh Pelatihan Emotional Literacy Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja "*Jurnal Psikologi Anima*, vol. 17, no.3, hal 243-256
- Steinem, G. 1995. *Pedoman Tentang Harga Diri: Mengubah Keadaan untuk Mencapai Puncak Sukses*. Jakarta: Binarupa Aksara
- Tjundjing, S. 2001. "*Hubungan antara IQ, EQ dan AQ dengan prestasi studi pada siswa SMU*"*Jurnal Psikologi Anima*, vol.17.no.1,hal 69-92
- Widiastuti, E. 1995. Perbedaan Kemampuan Menjaln Hubungan Interpesonal Antar Remaja ditinjau dari Tempat Pengasuhan. *Skripsi* (tidak di terbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Zainurrofikoh. 2000. Hubungan Antara Kebermaknaan Hidup dengan Harga Diri Pada Mahasiswa. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Yogyakarta