

BAB IV

ANALISIS

Berdasarkan data yang telah disajikan berkenaan dengan dinamika berpikir positif pada anak yang memiliki ibu yang berkarir di partai politik, berikut peneliti memberikan analisis terhadap apa yang ingin diteliti pada penelitian ini.

Kebersamaan merupakan sesuatu yang sangat diinginkan oleh setiap orang. Entah itu kebersamaan dengan keluarga, sahabat atau pasangan. Dengan kebersamaan itulah kita bisa saling berbagi, menyelesaikan masalah bersama, berjuang bersama dan yang pasti adalah bahagia bersama. Zaman modern seperti sekarang banyak aktivitas yang dilakukan di luar rumah sehingga menomor sekiankan kebersamaan keluarga. Seperti orang tua karir lebih sering makan bersama rekan kerja dibanding dengan mengajak anak-anak mereka makan bersama di rumah. Akibatnya, anak akan meluangkan lebih banyak waktu dengan teman-teman sebayanya, menyibukkan diri di luar melihat apa yang diperlihatkan oleh orang tua. Salah satu resiko menjadi anak dengan ibu yang berkarir di partai politik adalah kekurangan kesempatan untuk mendapatkan waktu yang banyak dari ibu.

Dari penelitian yang dilakukan kepada 4 subjek diketahui bahwa rata-rata subjek mengeluh tentang kesibukan yang dijalani ibunya, pada akhirnya rasa lelah menjadi musuh utama. Pekerjaan rumah menjadi tidak terselesaikan dan anak-anak mereka merasa tidak diperhatikan. Ketidakmampuan orang tua dalam manajemen waktu tentunya tidak hanya berimbas kepada pribadi ibu saja, namun juga kehidupan orang lain terutama keluarga.

Menurut subjek, pekerjaan ibunya sangat berlebihan sehingga sangat sulit untuk meluangkan waktu bersama keluarga, waktu yang diberikan ibunya sangat terbatas. Tetapi dengan adanya komunikasi yang baik sehingga relasi pun bisa terjalin dengan baik pula antara anak dan ibu yang berkarir di partai politik, keluhan-keluhan itu mulai dipayungi oleh pengertian-pengertian yang diberikan oleh ibu, selain memberikan pengertian, ada juga ibu yang mengajak anaknya ke tempat bekerja agar anak melihat secara langsung apa saja yang dilakukan ibunya pada saat berada di luar rumah. Dengan adanya relasi itu perlahan subjek mampu memahami keadaan ibu dan timbullah pikiran positif terkait aktifitas yang dijalankan ibunya. Karena, pikiran yang damai akan menghasilkan kekuatan.¹

Adapun pokok-pokok pembahasan yang peneliti analisis adalah sebagai berikut:

A. Relasi Remaja dengan Ibu yang Berkarir di Partai Politik

Berdasarkan laporan tentang relasi anak dengan ibu yang berkarir di partai politik, menyatakan bahwa keempat anak yang peneliti wawancara mengakui memiliki relasi yang baik kepada ibu mereka. Relasi

¹Norman Vincent Peale, *Berpikir Positif* (Tangerang: Binarupa Aksara, 2002), 28.

yang baik artinya anak dengan ibu yang berkarir di partai politik mempunyai hubungan timbal balik yang baik melalui hasil interaksi yang terjalin dengan rutin setiap harinya. Hal ini dialami oleh ke empat subjek dan hal ini juga dirasakan oleh informan yang menjadi orang-orang terdekat dari ke empat subjek.

Manusia ditakdirkan sebagai makhluk pribadi dan makhluk sosial. Manusia sebagai makhluk pribadi, manusia berusaha mencukupi segala kebutuhannya untuk kelangsungan hidupnya. Sedangkan manusia sebagai makhluk sosial, dalam memenuhi kebutuhannya manusia tidak mampu melakukan dan berusaha sendiri, manusia membutuhkan orang lain. Segi utama yang perlu diperhatikan adalah bahwa manusia secara hakiki merupakan makhluk sosial. Sejak ia dilahirkan, ia membutuhkan pergaulan dengan orang-orang lain untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan biologisnya.² Pada dasarnya, pribadi manusia tidak sanggup hidup seorang diri tanpa lingkungan psikis atau rohaniannya walaupun secara biologis-fisiologis ia mungkin dapat mempertahankan dirinya pada tingkat kehidupannya.³

Itulah sebabnya manusia perlu berelasi atau berhubungan dengan orang sekitar dan orang lain. Relasi yang baik sangat diperlukan bagi keluarga, apalagi dengan tidak seringnya beremu di dalam rumah, sehingga relasi bisa dibangun melalui media lainnya. Hal ini nantinya akan

²W.A. Gerungan, *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama, 2004), 26.

³W.A. Gerungan, *Psikologi Sosial*, 27.

menunjang rasa toleransi yang tinggi, rasa saling memahami, juga dapat menciptakan kerjasama yang bagus antara anak dan ibu.

Seperti ke empat subjek, mereka sebagai makhluk sosial membutuhkan orang lain, khususnya peran ibu. Keempat subjek memiliki relasi yang baik dengan ibu mereka walaupun dengan cara yang berbeda dalam menciptakan relasi tersebut. Relasi yang terbina antara anak dengan ibu yang berkarir di partai politik berjalan dengan baik walaupun pasti ada saja pertengkaran-pertengkaran kecil yang terjadi antara keduanya, namun semua itu bisa diatasi dengan baik pula.

Ketika A lebih terbuka tentang kegiatannya melalui telepon, S bisa membagikan ceritanya dengan masuk ke kamar ibunya saat sedang beristirahat. J yang mengungkapkan segala sesuatunya diruang makan dan D yang langsung mendatangi ibunya ke lokasi kerja. Mereka memiliki relasi yang sama walaupun dengan cara yang berbeda. Dengan hal apapun, akan mereka jalani untuk bisa berbagi dengan ibunya. Dukungan dan doa ibu sangat mereka butuhkan untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi, untuk mengarahkan mereka ke pergaulan yang baik dan masa depan yang cerah. Respon yang diberikan ibu pun melebihi apa yang mereka bayangkan, yang mereka kira ibu akan merespon seadanya, ternyata ibu dengan penuh kasih sayang memberikan pengertian-pengertian yang membuat anak akhirnya menyadari apa yang selama ini mereka keluhkan dengan pikiran dan bayangan yang tercipta dibenak masing-masing itu tidak sesuai dengan kenyataannya. Bahkan ibu memberikan gambaran jika

ibu tidak menjalani kesibukan yang dilakukan saat ini. Ibu menjelaskan bahwa apapun yang dikerjakan oleh seorang ibu pekerja politik ataupun lainnya mempunyai kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Oleh karena itu, ibu berharap agar anak-anaknya dapat mengerti tentang kesibukan yang dilakukan ibu saat ini, karena tujuan ibu tidak lain adalah agar anak bisa menjadi orang yang berguna dimanapun dia berada.

Dalam Islam, bukankah sudah dijelaskan dalam surah Adz-dzariyat: 55

وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ

“dan tetaplah memberi peringatan, karena Sesungguhnya peringatan itu bermanfaat bagi orang-orang yang beriman” (QS. Adz-Dzariyat: 55).

B. Faktor yang Mempengaruhi Berpikir Positif pada Remaja yang Memiliki Ibu yang Berkarir di Partai Politik

Pada usia remaja, anak sudah dapat berpikir secara abstrak dan hipotesis. Pernyataan atau hipotesis tersebut harus dibuktikan secara empiris melalui penelitian dengan menggunakan metode ilmiah. Melalui penelitian tersebut, ia akan memperoleh jawaban yang bertujuan mengembangkan prinsip-prinsip yang dapat digunakan dalam pemecahan masalah yang dihadapi manusia.⁴

Berpikir positif adalah kemampuan berpikir seseorang untuk menilai pengalaman-pengalaman seseorang dalam hidupnya sebagai bahan

⁴Roslenny marliani. *Psikologi Eksperimen* (Bandung: CV. Pustaka setia, 2013), 23.

yang berharga untuk pengalaman selanjutnya dan menganggap semua itu sebagai proses hidup yang harus diterima.

Faktor yang membuat berpikir positif dari subjek satu ke subjek lainnya berbeda-beda. Faktor-faktor itu sangat berperan bagi dinamika anak menuju untuk berpikir positif.

Pada masa ini, anak sudah mampu memikirkan sesuatu yang akan atau mungkin terjadi, sesuatu yang abstrak. Di samping itu, pada tahap ini remaja juga sudah mampu berpikir secara sistematis, mampu memikirkan semua kemungkinan secara sistematis untuk memecahkan permasalahan.⁵

Berpikir positif tidak diperoleh secara instan, melainkan melalui proses yang berlangsung sejak dini. Meskipun banyak yang mempengaruhi berpikir positif seseorang, faktor dukungan sosial, kepercayaan dan introspeksi diri merupakan faktor yang amat mendasar bagi pembentukan untuk berpikir positif. Rata-rata pada keempat subjek mempunyai keadaan keluarga yang sama, yaitu lingkungan keluarga yang sibuk sehingga kurang memberikan waktu pada anak yang akhirnya membuat anak suka mengkritik, mengeluh, dan bergaul di luar rumah.⁶

Hidup bermasyarakat, setiap individu mengalami berbagai masalah, kejadian, bertemu orang-orang baru, dan sebagainya. Reaksi individu terhadap seseorang atau sebuah peristiwa sangat dipengaruhi oleh cara berfikirnya. Seseorang dengan pikiran yang lemah cenderung

⁵Desmita. *Psikologi Perkembangan*, 195.

⁶Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2006), 151.

mempersiapkan segala sesuatu dari sisi negatif. Ia tidak menyadari bahwa dalam dirinyalah semua negatisme itu berasal.

Untuk membentuk berpikir positif subjek agar proposional, subjek harus memulai dari dalam dirinya sendiri. Hal ini sangat penting bahwa hanya dialah yang dapat mengatasi masalah yang sedang dialaminya. Dalam berpikir positif memiliki faktor yaitu religiusitas, kepercayaan diri, dukungan sosial,⁷ kepercayaan, introspeksi diri, dan pengalaman orang lain.

Dalam wawancara, S dapat berpikir positif setelah ibu memberikan gambaran semua tentang partai politik, apa saja yang dilakukan ibu, siapa saja rekan kerja ibu, dan kendala apa saja yang sdah dilewati ibu selama ini, ibu juga memberikan gambaran tentang kehidupan untuk selalu mensyukuri nikmat yang diberikan Allah. Dalam penjelasan yang sangat detail itu, S berpikir bahwa dunia yang ibu jalani tidak seburuk dengan apa yang selama ini dia, teman-teman, dan orang lain pikirkan. Ibu berada di posisi positif dalam bidang politik, tidak ada yang salah dengan bernaung di partai politik. Apalagi dengan jiwanya ibu yang menyukai pekerjaan tersebut. Setelah melalui tahap itu, mulailah S menyadari ternyata selama ini ibu tidak sepenuhnya mengabaikan pekerjaan rumah, ibu mengantisipasi semua keperluan rumah dengan mempercayakannya kepada *mbak* dalam mengurus segala keperluan rumah

⁷Ariana Widiyastuti dan Sri Kushartati, "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Berpikir Positif Ibu dan Dampak pada Anak," *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, tt), 99.

dan sekolah anak-anaknya. Ibu juga berusaha agar pekerjaannya tidak sampai selesai terlalu malam agar bisa melihat anak-anaknya dirumah.

Dalam wawancara lainnya, A juga dapat berpikir positif setelah dia merasakan apa yang di dapatnya dari ibunya dengan introspeksi, itu yang disadari oleh A. Introspeksi yang dimaksud oleh A adalah seandainya A berada di posisi ibunya. Mungkin A tidak akan bisa melakukan seperti yang dilakukan ibunya saat ini dan yang terjadi selama ini adalah ibu dapat memenuhi kebutuhan yang A inginkan.. Menurut A, ibunya bisa dikatakan sebagai multitalenta dan A bangga dengan hal itu. Dengan introspeksi, maka berubahlah pikiran-pikiran negatif yang berisi keluhan-keluhan tersebut menjadi pikiran yang positif yang menurut A berpikir positif itu berarti rasa saling mengerti satu sama lain.

Sama halnya dengan subjek N. N yang selalu diberikan kepercayaan penuh oleh ibunya, membuat dia juga melakukan apa yang diperlihatkan oleh ibunya. Dia juga memberikan kepercayaan penuh kepada karir yang sedang digeluti ibunya. Rasa saling percaya muncul di antara keduanya. Kepercayaan yang diberikan ibunya memunculkan rasa percaya diri pada N, bahwa N bisa menghadapi kesibukan ibunya dan berpikir bahwa kesibukan yang sedang dijalannya ibunya bukanlah hal yang tidak bermanfaat melainkan hal yang juga berimbas kepada dirinya.

Dari hasil wawancara dengan subjek D, D bisa menuju ke berpikir positif karena melihat dan mendengar pengalaman orang lain. Khususnya pengalaman dari saudaranya sendiri.

Dari pernyataan-pernyataan yang disampaikan oleh keempat subjek dapat disimpulkan bahwa apapun yang sekarang dilakukan ibu mereka, hal itu adalah untuk kebaikan dan masa depan anak juga untuk mengaktualisasikan pengetahuan yang dimiliki ibu dalam bidangnya.

Berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi berpikir positif:

- **S** : Subjek
- **R** : Religiusitas
- **KD** : Kepercayaan Diri
- **DS** : Dukungan Sosial
- **K** : Kepercayaan
- **ID** : Introspeksi Diri
- **POL** : Pengalaman Orang Lain

No	S	R	KD	DS	K	ID	POL
1	S	Ibu memberikan gambaran tentang mensyukuri hidup		Ibu selalu memberikan gambaran semua kegiatan ibu terkait partai politik			
2	N		Kepercayaan yang diberikan ibunya membuatnya mampu mempercayai dirinya dengan bisa menghadapi masalahnya.		Ibu selalu memberikan kepercayaan sehingga dia juga mengaplikasikan pada dirinya		
3	D			Ibu mengajak ke tempat			Kakak membagi pengalaman

				kerja			pribadinya
4	A	Ibu memberikan gambaran tentang setiap yang kita jalani adalah ketentuan Allah				Merasa bangga dengan pangkat yang dimiliki ibunya, sehingga merasakan hasil yang diraih ibunya.	

Manusia sebagai makhluk sosial, dalam menghadapi dan menjalani kehidupannya memerlukan bantuan dan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya untuk membantu menghadapi berbagai masalah. Dukungan sosial tersebut bisa didapatkan dari orang tua, saudara, orang dewasa dan teman sebaya. Masa remaja merupakan masa krisis karena pada tahap ini mereka banyak mengalami adanya perubahan pada dirinya. Untuk dapat mengatasi masa krisis ini remaja membutuhkan pengertian dan bantuan dari orang-orang sekitarnya baik secara langsung maupun tidak langsung. Dukungan sosial terdiri dari informasi verbal ataupun nonverbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau terlihat, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.⁸

⁸Neta Sepfitri. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MAN 6 Jakarta" *Skripsi* (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2011), 28.

Faktor kedua yang mempengaruhi berpikir positif adalah kepercayaan. Kepercayaan merupakan unsur yang penting dalam perilaku atas masalah-masalah kehidupan manusia. Dengan ditanamkan kepercayaan dari keluarga, seorang anak akan menjaga kepercayaan sebanding dengan kepercayaan anak kepada orang tua mereka. Mengapa demikian? Karena, jika keduanya sudah saling percaya akan hal positif maka yang dihasilkan pun positif. Hal ini yang dirasakan oleh subjek N. Kepercayaan disini juga termasuk keyakinan bahwa anak perlu diterapkan sejak dini kalau keyakinan pada Tuhan adalah nomor satu. Semakin diri dekat dengan Tuhan, maka sebagai anak akan lebih menghargai orang tua mereka.⁹

Faktor ketiga yang mempengaruhi berpikir positif adalah introspeksi diri. Introspeksi diri adalah melihat ke dalam diri sendiri. Introspeksi merupakan cara untuk menelaah diri agar lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan, kehidupan bathin, pikiran, perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan, dan segenap unsur kejiwaan lainnya.¹⁰

⁹Wibisono Hardjopranoto. *Pengertian Kepercayaan (Trust) dan Manfaatnya Bagi Pengembangan Organisasi*. Program Pascasarjana Universitas Surabaya. Anima, Vol. XIII- No. 49, Oktober- Desember, 1997, 40.

¹⁰Siti Shahilatul Arasy. "Urgensi Muhasabah (Introspeksi Diri) Di era Kontemporer (Studi Ma'anil Hadis)" *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014), 14.

Konsep instrospeksi diri, terdapat dalam al-Qur'an surat Al-Hasyr:18-19.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ . وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ.

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

“dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada mereka sendiri. mereka Itulah orang-orang yang fasik.”

Dalam konteks Islam Instrospeksi disebut dengan *Muhasabah*.

Dampak positif dari instrospeksi diri adalah:

1. Mengetahui aib/ kekurangan diri sendiri, sehingga dapat memperbaiki kekurangan tersebut.
2. Akan kritis pada dirinya dalam menunaikan hak Allah.
3. Membantu jiwa untuk *muqarabah*.¹¹

Faktor keempat yang mempengaruhi berpikir positif adalah pengalaman orang lain. Pengalaman adalah peristiwa yang benar-benar pernah di alami (dijalani, dirasai, ditanggung, dll) baik yang sudah lama ataupun baru saja terjadi. Dari sebuah pengalaman ada hikmah atau pelajaran yang bisa diambil.

¹¹Syeikh Shalih Al-Ulyawi. *Muhasabah (Instrospeksi Diri)*.. (Terjemah: Team Indonesia. Maktab Dakwah dna Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2007), 6.

Pengalaman bisa dikatakan sebagai guru terbaik. Dari sebuah pengalaman, kita bisa belajar dan mengambil hikmah dari apa yang terjadi. Pengalaman bisa diambil dari diri sendiri ataupun pengalaman orang lain. Sesuai dalam wawancara dengan subjek D diketahui bahwa dirinya belajar dari pengalaman saudaranya. Subjek D mengatakan, ketika dirinya sering menyampaikan keluhannya kepada ibunya, pada suatu kesempatan saudaranya mendatanginya dan bercerita bahwa di usia D, saudaranya juga pernah melakukan hal yang sama, yaitu mengeluh dan selalu ingin memaksakan kehendak. Namun dengan meresapi pengertian-pengertian yang diberikan ibu, sedikit demi sedikit muncullah kesadaran bahwa pekerjaan ibu bukanlah pekerjaan yang negatif, seharusnya D mendukung apa yang dilakukan oleh ibunya. Dan lihat saja apa yang terjadi pada saudaranya. Berkat ibu yang berkarir di partai politik, saudaranya bisa memasuki sekolah yang berkualitas dari akses yang dimiliki ibunya dan menjadi seorang pengusaha sukses karena usahanya. Mendengar pengalaman saudaranya, D mulai memahami kesibukan yang dilakukan ibunya dan D juga mengerti kesibukan yang dilakukan ibunya adalah untuk masa depannya juga.

C. Nilai yang Terbentuk dari Dinamika Berpikir Positif

Nilai adalah sesuatu yang dijadikan panduan dalam hal mempertimbangkan keputusan yang akan diambil. Nilai bisa berupa sifat yang penting dan berguna bagi kehidupan kemanusiaan.

Dari hasil wawancara, ditemukan beberapa nilai yang terbentuk dari berpikir positif, yaitu:

1. Mandiri

Mandiri artinya berdiri sendiri. Sesuai dalam hasil wawancara dengan subjek D diketahui bahwa kemandiriannya muncul ketika menyadari tujuan kesibukan ibunya. Tujuan kesibukan ibunya adalah untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki ibunya dan untuk menjamin kehidupan keluarganya. D mengatakan dia tidak ingin selalu melibatkan ibunya dalam semua situasi yang dihadapinya, karena D tidak ingin menambah beban pikiran dan kecemasan hati ibunya, lagipula D berpikir bahwa dirinya adalah seorang anak laki-laki yang harus bertanggung jawab terhadap apa saja yang dilakukannya. Hal ini juga dirasakan oleh subjek A yang merasa proses kemandiriannya lebih cepat daripada remaja lainnya. Dan dengan terjadinya selisih pendapat dengan ibu sehingga menumbuhkan rasa mandiri kepada A.

2. Optimis

Dilihat dari segi bahasa optimisme berasal dari bahasa latin yaitu “Optima ” yang berarti terbaik menjadi optimis, dalam arti khas kata, pada akhirnya berarti satu harapan untuk mendapatkan hasil terbaik dari situasi tertentu. Optimisme dalam bahasa inggris *optimism* (harapan) *optimistic* yang artinya berharap baik.¹² Maka optimisme meyakini apa yang kita kerjakan akan berhasil adalah suatu modal utama. Sebaliknya kalau kita meyakini usaha kita akan berhasil, maka kita akan terdorong untuk bersungguh-sungguh berusaha untuk mencapai apa yang diinginkan. Dengan catatan bahwa apabila usaha kita belum mencapai hasil, telusiri apa penyebab-penyebabnya. Selain itu kita tidak boleh berputus asa atas kegagalan yang kita alami. Lebih baik kita melakukan sesuatu meskipun mengalami kegagalan daripada tidak berbuat sama sekali.¹³ Sedangkan perasaan harap kepada Allah, optimis akan kesembuhan, rahmat, pertolongan, ampunan dan kasih sayang-Nya dapat membuat hidup seseorang lebih cerah, mendorong untuk mengejar kemauan hidup, dan dapat menolong dari keputusasaan. Harap (optimisme) merupakan kekuatan yang dapat membawa kepada kondisi mental yang sehat.¹⁴

¹²John M. Echois dan Hasan Shadli, *Kamus Inggris Indonesia*, cet XX (Jakarta : PT Gajah Persada, 1995), 407.

¹³Baharuddin Lopa, *Al-Qur'an dan Hak-Hak Asasi Manusia*, (Yogyakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa, 1996), 164.

¹⁴A.F Jaelani, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat Al-Nafs) dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Amzah, 2000), 126.

Optimisme tidak berarti kepercayaan diri berlebih, bukan pula kepasrahan jiwa. Namun, sebetulnya semangat yang bersemayam dalam hari untuk senantiasa berusaha dan berupaya ketika kesulitan menimpa. Di samping itu, dalam konteks seorang Muslim, optimisme merupakan pemicu kita agar bersungguh-sungguh. Sepatutnya sikap optimisme tetap tersemayam di hati umat Islam untuk membangun sikap optimisme.¹⁵

Sikap optimisme memberi semangat yang akhirnya menghasilkan stamina untuk mencapai sesuatu hal yang diinginkan. Disebabkan sikap optimisme melahirkan kepercayaan diri yang dapat digunakan untuk meraih tujuan dalam mengatur diri sendiri. Tanpa adanya harapan, seseorang akan tetap merasa tak mampu berbuat apa-apa dan cepat frustrasi. Orang yang tidak memiliki sikap optimis akan melihat mengapa sesuatu tak dapat dilakukan, dan tidak melihat kemungkinan dapatnya sesuatu hal yang dilakukan, orang yang ragu-ragu terhadap suatu perubahan, biasanya merendahkan nilai usahanya sendiri. Seberapa pun besarnya keinginan untuk menjadi lebih kuat dan efektif tetap tidak meraihnya tanpa memiliki kecenderungan sikap akhirnya memancarkan keyakinan. Optimisme itu hebat pengaruhnya. Manusia menyukai orang yang memiliki pandangan terang dan

¹⁵Abdul Halim Fathani, *Memetik Buah Kehidupan Di Kebun Hikmah*, (Jogjakarta: Darul Hikmah, 2008), 555.

berpikir positif yang dapat melampaui batu sandungan yang ada dihadapannya.¹⁶

Optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju ke arah kebaikan. Perasaan optimis membawa individu pada tujuan yang diinginkan, yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki. Sikap optimis menjadikan seseorang keluar dengan cepat dari permasalahan yang dihadapi karena adanya pemikiran dan perasaan memiliki kemampuan, juga didukung anggapan bahwa setiap orang memiliki keberuntungannya masing-masing.¹⁷

Optimis membuat individu mengetahui apa yang diinginkan dan cepat mengubah diri agar mudah menyelesaikan masalah yang tengah dihadapi.

Optimis artinya selalu mempunyai harapan baik dan menyenangkan. Ketika seorang anak berpikir positif maka nilai yang muncul juga positif. Begitu sebaliknya. Anak yang optimis menganggap bahwa sebuah kegagalan dapat diubah, dan suatu saat akan menjadi sebuah keberhasilan.

Menurut Segereston optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Optimis dapat

¹⁶Patricia Patton, *EQ Kecerdasan Emosional Perkembangan Sukses Lebih Bermakna*, (Jakarta: Mitra Media, 2002),160.

¹⁷Nur Ghufon & Riny Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: ARRuzz Media, 2011), 95-96.

membantu meningkatkan kesehatan secara psikologis, memiliki perasaan yang baik, melakukan penyelesaian masalah dengan cara yang logis sehingga hal ini dapat meningkatkan kekebalan tubuh juga.¹⁸

Dalam hasil wawancara dengan subjek N diketahui bahwa dia mengharapkan kesibukan yang sedang dijalankan oleh ibunya akan berimbas baik terhadap masa depannya. Dengan optimis, dia akan menambah rasa sayang ibunya terhadap pekerjaan ibunya saat ini. Rasa optimis juga dirasakan oleh subjek S yang timbul karena selalu mendapatkan penjelasan dari ibunya.

Aspek-aspek optimis; (1)*Permanent* adalah individu selalu menampilkan sikap hidup kea ah kematangan dan akan berubah sedikit saja dari biasanya dan ini tidak bersifat lama; (2)*Pervasive* adalah gaya penjelasan yang berkaitan dengan dimensi ruang lingkup, yang dibedakan menjadikan spesifik dan universal; (3)*Personalization* adalah merupakan gaya penjelasan yang berkaitan dengan sumber penyebab dan dibedakan menjadi internal dan eksternal.

Maka dalam terminologi tasawuf bahwa istilah *raja*' yang diambil dari bahasa Arab, yang artinya kurang lebih, harapan atau optimisme. Dalam pengertian yang lebih luas, *raja*' bisa dibawa pada pengertian bahwa Allah akan senantiasa memberikan harapan, yang seharusnya tidak boleh kehilangan harapan. sikap yang ingin

¹⁸Ghufran dan Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 95.

ditumbuhkan dari *raja* 'ini adalah optimisme dan *husnudzdzan* kepada Allah, seraya meyakini Allah dari sisi positif. Sebelum lebih jauh menguraikan *raja* ', terlebih dahulu menuturkan esensi dan hakikatnya.¹⁹

Al-Raja ' (Optimisme) adalah berharap baik terhadap sesuatu kebaikan kepada Allah Swt. Menurut Ahmad Zarur, *raja* 'adalah kepercayaan karunia Allah yang dibuktikan dengan amal.²⁰ Dengan disertai usaha yang sungguh-sungguh dan tawakkal. Hal itu tentunya berbeda dengan *al-tamami* (*angan-angan*), sebab merupakan harapan dengan bermalas-malasan tanpa disertai usaha.²¹ *Raja* ' adalah perasaan senang dalam diri seseorang menunggu sesuatu yang di sukai olehnya. Akan tetapi, perasaan ini berdasarkan suatu alasan yang dapat diraih melalui penyebabnya. Jika tidak ada penyebab (jalan) untuk meraihnya, maka disebut *angan-angan*, karena sesungguhnya manusia apabila menunggu sesuatu tanpa penyebab, bukan disebut sebagai orang yang optimistis. Sikap optimisme merupakan salah satu penyebab paling kuat yang dapat membantu seseorang tidak berputus asa dalam penyakitnya dan berpendirian teguh dalam ibadah-Nya, terlebih lagi pada masa menghadapi suatu masalah.²²

¹⁹Yahya Ibn Hamzah al-Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs Menumbuhkan Jiwa Mulia Hidup Lebih Berhasil Dan Lebih Bahagia*, Terj Kitab Tasfiyat al-Qulub Min Daran al-Awzar Wa al-Dzunub (Jakarta: Zaman, 2012), 412.

²⁰Syaiikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf, cet 13* (Jakarta: Qisthi Press.), 204.

²¹Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa Nuansa Psikologi Islam, Cet 2* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002), 338.

²²Shalih al-Munajjid, *Silsilah Amalan Hati Ikhlas, Tawakkal, Optimis, Takut, Syukur, Ridha, Sabar, Muhasabah, Tafakkur, Mahabbah, Taqwa, Wara'*, Cet 1 (Irsyad Baitus Salam, 2006), 133.

Dalam firman Allah Q.S Yusuf/12: 87:

يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ
إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

“Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”

Sesuatu harapan adalah pembimbing yang cerdas dalam pekatnya kesulitan, ilmu yang menjadi petunjuk dalam sulitnya permasalahan, penguasa perkasa yang mendorong tekad saat terjadi penurunan dan pendongkrak semangat saat terjadi stagnasi. Sebaliknya, putus asa adalah penyakit menantikan bagi jiwa manusia. Putus asa adalah penyakit yang paling gigih dilawan oleh syariat Islam, karena hidup adalah gerak dan dinamika.²³

3. Motivasi

Motivasi merupakan istilah yang lebih umum yang menunjuk pada seluruh proses gerakan, termasuk situasi yang mendorong, dorongan yang timbul dalam diri individu, tingkah laku yang ditimbulkannya, dan tujuan atau akhir dari gerakan atau perbuatan. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa motivasi berarti

²³Ahmad Abduh Iwadh, *Jangan Berputus Asa Dari Rahmat Allah*, (Bandung: PT Grafindo Media Pratama, 2012), 19.

membangkitkan motif, membangkitkan daya gerak, atau menggerakkan seseorang untuk berbuat sesuatu dalam rangka mencapai suatu kepuasan.²⁴ Dalam hal ini motif adalah dorongan atau kekuatan dari dalam diri seseorang yang mendorong orang untuk bertingkah laku atau berbuat sesuatu untuk mencapai suatu tujuan tertentu.²⁵

Motivasi (Motivation) adalah kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk berperilaku, berpikir, dan merasa seperti yang mereka lakukan. Perilaku yang termotivasi diberi kekuatan, diarahkan, dan dipertahankan.²⁶ Hal ini dirasakan oleh keempat subjek, nilai motivasi muncul karena adanya faktor dukungan sosial dan introspeksi diri. Motivasi yang dimaksud adalah ketika subjek berpikir positif atas kesibukan ibunya artinya mereka memotivasi diri sendiri untuk merubah tingkah laku yang selama ini pernah mereka lakukan kepada ibu mereka.

Motivasi merupakan faktor penggerak maupun dorongan yang dapat memicu timbulnya rasa semangat dan juga mampu merubah tingkah laku manusia untuk menuju pada hal yang lebih baik untuk dirinya. Sesuai dengan hasil wawancara dengan subjek S diketahui bahwa keinginannya untuk menjadi seorang pengusaha muslimah adalah bentuk dari motivasi yang dicoba untuk diberikannya kepada

²⁴Alex Sobur, *Psikologi Umum: Dalam Lintasan Sejarah* (Bandung: Pustaka Setia, 2003). 268.

²⁵M. Alisuf Sabri, *Pengantar Psikologi Umum dan Perkembangan* (Jakarta: Pedomana Ilmu Jaya, 1993), 128.

²⁶Laura A. King. *Psikologi Umum Buku 2* (Jakarta: Salemba humanika, 2010), 64.

ibu. Dengan tidak menyia-nyiakan segala fasilitas yang diberikan ibu sebagai penunjang kesuksesannya di masa yang akan datang. Dengan membantu ibu dalam belajar dengan giat agar cita-cita yang diharapkan tercapai.

Ada pun pengertian motivasi yang dikemukakan oleh para ahli :

- a. Menurut Mitchell, motivasi adalah proses yang menjelaskan intensitas, arah, ketekunan seorang individu untuk mencapai suatu tujuan.
- b. Menurut Wirawan Sarwono, motivasi adalah istilah yang lebih umum, yang menunjuk pada seluruh proses gerakan, termasuk di dalamnya situasi yang mendorong timbulnya tindakan atau tingkah laku individu.²⁷
- c. Menurut sigmund Freud, motivasi berasal dari kata motif yang merupakan energi dasar yang terdapat dari seseorang, energi tersebut membuat sebuah dorongan dan menimbulkan tingkah laku pada manusia, dorongan ini disebut dengan istilah insting. Insting ini dibagi menjadi dua, yaitu:
 - 1) Insting kehidupan adalah istilah seksual atau libido yaitu dorongan untuk mempertahankan hidup dan mengembangkan keturunan.

²⁷Sumanto, *Psikologi Umum*,(Yogyakarta: CAPS, 2014), 167.

- 2) Insting yang mendorong perbuatan-perbuatan agresif atau yang menjurus kepada kematian.²⁸
- d. Menurut Kartini Kartono, motivasi adalah kecenderungan organisme untuk melakukan sesuatu. Sikap atau perilaku yang dipengaruhi oleh kebutuhan dan diarahkan kepada tujuan tertentu yang direncanakan.²⁹ Motivasi adalah sesuatu yang ada di dalam diri manusia yang terjadi dengan berbagai macam pengaruh dan dorongan.
- e. Abraham Maslow memandang motivasi berasal dari kebutuhan-kebutuhan dasar pada manusia yang berlaku universal. Kebutuhan-kebutuhan fisik penting bagi pertahan hidup yang sangat mendasar. Kebutuhan-kebutuhan yang lebih tinggi hanya muncul jika kebutuhan-kebutuhan fisik terpenuhi sebelumnya. Dua level kebutuhan dasar sebagai tahapan yang paling rendah dan level-level yang lebih tinggi adalah kebutuhan untuk berkembang. Maslow meyakini bahwa ada kecenderungan untuk bergerak ke atas dalam hierarki ini bahwa ada kecenderungan untuk bergerak ke atas dalam hierarki ini.³⁰

²⁸Am, Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 1996), 72.

²⁹Kartini Kartono, *Teori Kepribadian*, (Bandung: Penerbit Alumni, 1974), 69.

³⁰Lynn Wilcox, *Psikologi Kepribadian*, (Yogyakarta: IRCiSoD, 2013), 155