HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN PENDEKATAN BEHAVIORISTIK MENURUT BEBERAPA HADITS RASULULLAH

SKRIPSI

Diajukan oleh:

UYUN MASRURA
NIM. 170402007
Prodi Bimbingan Konseling Islam

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI AR-RANIRY
BANDA ACEH
1443 H/2022 M

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Ranirry Drussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam

Oleh:

UYUN MASRURA
NIM. 1704020007

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Mira Fauziah M.Ag	**Rofiqa Duri M.Pd**
NIP. 197203111998032002	**NIP. 199106152020121008**

SKRIPSI
Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Ranirry
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam

Diajukan Oleh:

UYUN MASRURA
NIM. 170402007

Pada hari/tanggal
Senin, 17 Januari 2022 M
15 jumadil Akhir 1443 H

di
Darussalam- Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

Ketua,

Dr.Mira Fuziah, M.Ag
NIP. 197203111998032002

Sekretaris,

Rofiqa Duri, M.Pd
NIP.199106152020121008

Anggota I,

Drs. Umar Latif, MA
NIP.195811201992031001

Anggota II,

Azhari, MA
NIDN. 2013078902

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry

Dr. Fakhri, S.Sos., MA
NIP. 196411291998031001

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Uyun Masrura

NIM : 17040202007

Jenjang : Strata Satu (S-1)

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam skripsi berjudul **"Hubungan Resiliensi dengan Pendekatan Behavioristik Menurut Hadist Rasulullah"** tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Ranirry.

Banda Aceh, 11 Januari 2022
Yang Menyatakan,

Uyun Masrura
NIM. 170402021

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah, segala puji bagi Allah atas segala kudrah dan iradah-Nya yang selalu memberikan penulis kesehatan, kesempatan, dan kemampuan sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini sesuai dengan yang direncanakan. Shalawat beriring salam penulis sanjung sajikan kepada pangkuan Nabi Muhammad yang telah membawa umatnya dari jalan yang gelap gulita menuju jalan yang terang benderang dan dari masa kebodohan menuju masa yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Salah satu nikmat dan anugrah dari Allah adalah saat penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan Resiliensi dengan Pendekatan Behavioristik Menurut Hadits Rasulullah."**

Maksud dan tujuan penulisan skripsi ini untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar sarjana ilmu Dakwah pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh. Berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak tidak terlepas dari petunjuk Allah serta bimbingan. Oleh kerena itu pada kesempatan ini dengan rasa hormat, ketulusan dan kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua penulis, Ayahanda Hasballah dan Ibunda Murniati dan Ibu Fitriani dan keluarga besar penulis yang telah mendidik, merawat, mendo'akan dan memberikan motivasi yang begitu besar sehingga sampai pada cita-cita menyelesaikan jenjang pendidikan di perguruan tinggi.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tulus kepada pembimbing I Ibu Dr.Mira Fauziah, M.Ag serta kepada bapak Rafiqa Duri M.Pd selaku pembimbing

ke II yang telah banyak membantu mengarahkan, membimbing dan memberikan kontribusi yang sangat luar biasa dalam menyempurnakan skripsi ini. Serta ucapan terima kasih kepada para penguji, dan ucapan terima kasih kepada Ibu Dr.Zalikha, M.ag selaku Penasehat Akedemik (PA), Ucapan terima kasih kepada Rektor, Dekan, dan Kepada Bapak Jarnawi, S. Ag., M. Pd selaku ketua prodi Bimbingan Konseling Islam, seluruh dosen dan staff Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Selanjutnya saya ucapkan terima kasih kepada sahabat saya Puspa Nadya Umami serta Risyad Nazla Ibnu yang telah mendukung saya sepenuhnya dan mendo'a kan saya dalam penulisan skripsi ini.

Selanjutnya ucapan terima kasih kepada teman prodi Bimbingan Konseling Islam letting 2017, dan sahabat seperjuangan yang selalu memberikan motivasi, menghibur dan memberikan semangat kepada penulis dan,

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam menyelesaikan skripsi ini, namun menyadari bahwa dalam penulisan maupun isi skripsi masih jauh dari kesempurnaan, hal ini karena keterbatasan ilmu yang penulis miliki. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kebaikan dan kesempurnaan skripsi. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat untuk pembaca umumnya dan kepada penulis khususnya. *Aamiin Ya Rabbal'Alamin.*

Banda Aceh, 11 Januari 2022
Penulis,

Uyun Masrura

ABSTRAK

Uyun Masrura, 170402007, Hubungan Resilienisi dengan Pendekatan Behavioristik Menurut Hadits Rasulullah SAW. Skripsi (Darussalam, Banda Aceh: Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, 2017).

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui pentingnya pendektan behavioristik untuk merubah prilaku individu kearah yang lebih baik dalam menumbuhkan sikap resiliensi. Maka ketika ia terjatuh dalam keterpurukan, ia memiliki pegangan untuk bangkit kembali dengan menahan diri dari perbuatan tercela dan pahala di sisi Allah, sehingga peneliti tertarik dalam melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Resiliensi dengan Pendekatan Behavioristik Menurut Hadits Rasulullah saw. Adapun jenis penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini ialah kepustakaan (*library research*), yaitu dengan cara mengumpulkan yang dipustaka, membaca, mencatat, serta mengolah bahan yang berkenan dengan penelitian ini. Penulis juga menggunakan metode *content analisys* atau analisis isi, yaitu analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi, teknik konten yang merupakan teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi yang dapat ditiru dari shahih data dan konteknya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Semakin banyak *reinforsment* (perkuatan) yang diperoleh, maka semakin mudah dalam menumbuhkan sikap resiliensi. (2) Hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristic ditulis dalam kontek sabar. (3) Sabar dijadikan sebagai pahala atau hadiah untuk individu dalam menumbuhkan sikap resiliensi bagi dirinya.

Kata kunci: Resiliensi, Behavioristik, Hadits Rasulullah.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG
PERNYATAAN KEASLIAN
KATA PENGANTAR i
ABSTRAK iii
DAFTAR ISI iv

BAB I : PENDAHULUAN 1
A. **Latar belakang masalah**. 1
B. **Rumusan masalah** 8
C. **Tujuan Penelitiaan** 8
D. **Manfaat Penelitian** 8
E. **Penjelasan Konsep/Istilah Penelitian** 9
F. **Kajian terhadap hasil penelitian terdahulu** 12

BAB II : LANDASAN TEORITIS 14
A. **Pendekatan behavioristik** 14
B. **Tujuan behavioristik** 16
C. **Konsep Resiliensi** 17
1. Pengertian resiliensi 17
2. Komponen resiliensi 19
3. Faktor- faktor pembentukan resiliensi 25
4. Faktor resiko dan faktor protektif resiliensi 31

BAB III : METODE PENELITIAN 34
A. **Jenis data penelitian** 35
B. **Sumber data penelitian** 35
C. **Teknik pengumpulan data** 36
D. **Teknik analisis data** 37

BAB IV : HASIL PENELITIAN 40
A. **Hasil penelitian** 40
1. **Hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristik** ... 40
2. **Pengembangan resiliensi dengan pendekatan behavioristik Menurut Hadist Rasulullah.** 51

BAB V : PENUTUP 72
A. **Kesimpulan** 72
B. **Saran** 73

DAFTAR PUSTAKA. 74
DAFTAR RIWAYAT HIDUP

BAB I
PENDAHULUAN

A. **Latar belakang masalah**.

Setiap individu tidak terlepas dari kesulitan dan akan mengalami berbagai kesulitan dalam hidupnya. Kesulitan dan problematika dapat saja terjadi pada waktu dan tempat yang tidak diprediksikan. Banyak sekali peristiwa traumatik di berbagai tempat, mulai dari kasus kekerasan, pelecehan, pembunuhan, serta bencana alam yang silih berganti yang manjadi bagian dari kehidupan. Pada situasi–situasi tertentu saat penderitaan maupun kesulitan tidak dapat lagi dihindari maka individu memiliki resiliensi yang akan mampu berperan dan mengambil keputusan dalam kondisi yang sulit secara cepat.

Ada dua jenis bentuk perilaku manusia dalam menghadapi kesulitan hidup. Ada yang tidak menerima cobaan hidup yang menimpanya. Mereka adalah orang yang tidak kuat dalam perkara masalah hidupnya hingga rela berbuat dosa karena mereka merasa tidak dapat menyelesaikan masalah hidupnya. Hal tersebut suatu agresitas yang merupakan bentuk perilaku patologis sebagai cerminan penurunan mental pada individu dalam pengalaman frustasinya hingga menimbulkan keinginan untuk bertindak agresi mengarah pada sumber-sumber eksternal yang menjadi sebab frustasi.[1] Namun ada juga mereka yang mampu menerima masalah hidupnya dengan lapang dada, mereka yang mampu berperan cepat dalam

[1] Barbara Karahe, *Prilaku Agresi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2005) hal.83

mengambil keputusan pada kondisi yang sulit sekalipun. Mereka yang memiliki resiliensi dan mampu mengatasi berbagai permasalahan dalam hidup.

Resiliensi merupakan kemampuan untuk beradaptasi ketika menghadapi kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam hidup.[2] Di dalam perspektif psikologi perkembangan, individu yang memiliki resiliensi mampu mengatasi stres dan beragam tekanan serta kesulitan dalam mencapai taraf fungsional hidup yang optimal, baik itu hambatan yang terjadi di fase perkembangan tertentu maupun di sepanjang rentang kehidupan.[3]

Resiliensi dalam situasi sulit menjadi kemampuan psikologis yang sangat penting yang harus dimiliki individu dari berbagai usia. Resiliensi juga menjadi aspek penting yang harus ada dalam diri manusia agar manusia dapat berkembang dengan baik. Dalam ilmu psikologi, perkembangan dapat dimaknai dengan suatu perubahan yang progresif dan kontiyu atau berkesinambungan yang terdapat dalam diri individu mulai dari lahir hingga sampai mati "*the progressive and countinous change in the organism from brith to death"*.[4] Individu dalam masa perkembangan akan membentuk tingkah laku yang menjadi bagian dari kehidupan semasa ia hidup di dunia.

Skinner berpendapat bahwa pemahaman tentang kepribadian akan tumbuh dalam masa perkembangan perilaku manusia, dari interaksinya dengan

---

[2] Mila Nur Anisa, *Konseling behavioral dengan terapi tanggung jawab untuk mengembangkan resiliensi pada santri penghafal al-quran di pondok pesantren mahasiswa al-jihad Surabaya*, (Surabaya: 2017) hal. 5

[3] Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*, (Jakarta timu: Prenadamedia Group. 2018) hal. 8

[4] Syamsu,Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Remaja Rosdakarya. 2016) hal.15

lingkungan yang terjadi terus-menerus.[5] Adapun konsep utama dalam teori Skinner adalah *principle of reinforscement* yakni prinsip dalam perkuatan, selain itu teori Skinner juga sering disebut dengan teori perkuatan operan *(operant reinforscement theory).* Salah satu konsep utama Skinner dalam teori ini ialah pengkondisian operan yaitu suatu metode belajar yang terjadi melalui hadiah dan hukuman untuk tingkah laku, kemudian diuraikan lagi makna operan dalam teori ini ialah "*Respon yang beroperasi pada lingkungan dan mengubahnya"* Skinner mengemukakan bahwa semua tingkah laku akibat dari pengondisian operan. Ia juga mengatakan bahwa apabila tingkah laku disusul oleh perkuatan, besar kemungkinanan tingkah laku tersebut diulangi, namun jika tingkah laku tersebut disusul oleh stimulus-stimulus aversif atau yang dikenal dengan hukuman, kecil kemungkinan tingkah laku tersebut diulangi.[6]

Jika dipandang dalam perspektif Islam maka besar kemungkinan tingkah laku manusia dalam menghadapi resiliensi pada dirinya dapat berpacu dan berkaitan dengan pendapat Skinner yang menekankan pada pengkondisian operan yang disusul oleh perkuatan. Hal ini serupa dengan hadits Rasulullah yang bunyinya sebagai berikut:

حدثني عبد الله بن محمد، حدثنا عبد الملك بن عمرو، حدثنا زهير بن محمد بن عمرو بن حلحة، عن عطاء بن يسار، عن أبي سعيد الخدري وعن أبي هريرة عن رسول الله صلى الله عليه

[5] Yustinus Semium, *Teori- Teori Kepribadian Behavioristik*, (Yogyakarta: Kanisius. 2020) Hal.89

[6] *Ibid*, hal. 89-91

وسلم قال : ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولاحزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفّر الله بها من جطاياه (رواه بخاري)

5641. "Telah menceritakan kepadaku Abdullah bin Muhammad, telah menceritakan kepada kami Abdul Malik bin 'Amru telah menceritakan kepada kami Zuhair bin Muhammad dari Muhammad bin 'Amru bin Halhalah dari 'Atha' bin Yasar dari Abu Sa'id Al-Khudri dan dari Abu Hurairah dari Nabi shallalahu 'alaihi wasalam beliau bersabda : "Tidaklah lelah, sakit, risau, gangguan/bahaya, dan kesusahan menimpa seorang muslim hingga duri yang menusuknya, kecuali Allah akan mengapus kesalahan-kesalahannya dengan sebab itu semua." (HR. Bukhari)[7]

Keterangan Hadist:

Hadits Abu Sa'id dan Abu Hurairah. Imam Bukhari meriwayatkan hadits ini melalui Abdullah bin Muhammad dari Amr bin Halhalah, dari Atha' bin Yasar. Abdul Malik bin Amr adalah Abu Amir Al-Aqdi. Beliau terkenal dengan nama panggilannya daripada nama aslinya. Adapun Zuhair bin Muhammad adalah Abu Al-Mundzir At-Tamimi. Mereka membahas tentang hafalannya. Namun, menurut Imam Bukhari dalam kitab *Tarikh Ash-Shaghir,* "Apa yang diriwayatkan oleh para ulama Syam. Maka tergolong riwayat *Mungkar* tetapi yang diriwayatkan darinya oleh ulama Bashrah statusnya *shahih.*

ما يصيب المسلم (Tidaklah ditimpa seorang Muslim). Dalam riwayat Imam Muslim dari Jalur Malik, dan Yunus dari Az-Zuhri disebutkan, ما من مصيبة يصاب بها المسلم(Tidak ada suatu musibah yang menimpa seorang muslim).

[7] Ibnu Hajar Al-Asqalani, *Fath Al-Bari Penjelasan kitabi Shahih Al-Bukhari* Kitab orang sakit Jilid 28, (Pustaka Azzam) hal. 2-3

من نصب (dari kelelahan). Kata *nashab* sama dengan kata *ta'ab* dalam pola kata dan maknanya.

ولا وصب (Tidak pula sakit). Kata *washab* sama dengan kata *maradh,* baik dalam pola kata maupun maknanya. Namun menurut sebagian, *washab* adalah sakit terus-menerus/permanen.

ولا هم ولا حزن (tidak pula risau dan sedih). Keduanya adalah penyakit batin. Oleh karena itu, kedua kata itu boleh disebutkan setelah kata *washab* (sakit).

ولا أذى (tidak pula gangguan). Ia lebih umum daripada apa yang telah disebutkan diatas. Sebagian mengatakan ia khusus untuk apa yang menimpa sesorang, karena perbuatan orang lain terhadapnya.

ولا غم (tidak juga kesusahan). Ini juga termasuk penyakit batin yaitu sesuatu yang menyempitkan dada. Dikatakan tentang ketiga penyakit ini yaitu, kerisauan, kesusahan, dan kesedihan. Kerisauan *(hamm)* itu muncul karena memikirkan akan terjadinya sesuatu yang buruk. Sedangkan kesusahan *(ghamm)* adalah kepedihan hati karena apa yang terjadi, sedangkan kesedihan *(huzn)* timbul karena hilangnya sesuatu yang sangat berat untuk berpisah dengannya. Menurut sebagian ulama bahwa *Hamm* dan *ghamm* adalah sama.

Tidak ada balasan sekecil apapun yang akan diterima oleh seorang mukmin melainkan mendapatkan pahala baginya dan Allah akan menghapus kesalahannya.

Segala perbuatan baik yang dilakukan ketika ia tertimpa suatu musibah memiliki peluang untuk mendapatkan kebaikan selain dihapuskannya kesalahan-kesalahan mereka dan jika seorang mukmin mampu bersabar serta mengharapkan pahala disisinya maka ia akan mendapatkan tambahan kebaikan.

Hadist tersebut menunjukkan, peluang besar dalam membentuk pola prilaku seorang untuk menumbuhkan resiliensi pada diri individu dengan menekankan pada konsep pengkondisian operan yang disusul oleh perkuatan dalam kontek sabar. Manusia dipandang secara interinsik di mana manusia menghasilkan pengalaman dalam memiliki potensi untuk segala jenis tingkah laku artinya manusia tidak berprilaku baik atau buruk melainkan manusia memiliki potensi untuk bertingkah laku baik atau buruk. Manusia juga mampu berperan untuk mengkonsepsikan dan mengendalikan tingkah lakunya sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Peneliti bermaksud untuk mengetahui adanya kaitan antara tingkah laku individu untuk menumbuhkan resiliensi pada diri individu dalam pendekatan behavioristik. Pendekata behavioristik dijadikan sebagai alternatif untuk membantu manusia menumbuhkan resiliensi pada dirinya. Pendekatan ini juga dikaitakn dengan resiliensi karena memiliki tujuan dalam menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. Dipilihnya pendekatan behavioristik sebagai ranah peneliti untuk mengetahui karakteristik behavioristik yang dapat dijadikan sebagai pedoman dalam menumbuhkan resiliensi pada diri individu, karakteristik tersebut ialah: (1) permasalahan dan faktor mempengaruhi yang dialami oleh individu (2) permasalahan yang menitikberatkan pada perubahan tingkah laku

individu yang tampak (3) terapi yang merumuskan tujuan yang kongkrit dan objektif (4) terapi yang mengubah gejala prilaku yang dapat dilihat dengan mata.[8]

Manusia diciptakan sebaik-baik mungkin, namun adakalanya manusia tidak mampu bertahan ketika menghadapi situasi yang sulit, akan tetapi ada dorongan yang harus membuat ia tetap bertahan serta terdorong dalam menjalankan kehidupannya dengan baik sehingga mampu menahan diri dari ketrpurukan. Sebagaimana hal ini dapat dilakukan oleh orang yang mampu menahan diri dari amarahnya dan segala problem yang tertimpa hidupnya.

Situasi tersebut memerlukan karakteristik yang mampu mengembangkan dan menumbuhkan rasa sabar yang tinggi agar nantinya individu dapat menyelesaikan permasalahan yang di alami dengan sebaik-baik mungkin, dan tetap berada di jalan yang benar, tidak melakukan perilaku yang menyimpang, tidak melanggar ajaran Islam yang sudah dianutnya sejak dini mungkin, dan tetap kuat walaupun dalam situasi sulit sekalipun.

Dengan demikian, individu mampu menangani masa sulitnya dan dapat menumbuhkan resiliensi pada dirinya serta hidup dengan baik sesuai ajaran yang dibawa oleh Rasulullah Saw. Oleh karena itu salah satu alternatif yang baik dalam menumbuhkan resiliensi pada individu dengan adanya pendekatan behavioristik yang dapat mengubah gejala prilaku manusia yang tampak dilihat dengan mata dengan landasan hadist Rasulullah. Dari uraian di atas peneliti bermaksud mengadakan penelitian dengan judul "Hubungan Resiliensi dengan Pendekatan Behavioristik menurut Hadits Rasulullah.

---

[8] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditamas. 2003) hal. 137

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas dapat diambil beberapa pokok pertanyaan dalam rumusaan masalah, di antaranya:

1. Bagaimana hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristik?
2. Bagaimana pengembangan resiliensi dengan pendekatan behavioristik menurut hadist Rasulullah Saw?

C. Tujuan Penelitiaan

1. Untuk mengetahui bagaimana hubungan resiliensi dengan pendekataan behavioristic
2. Untuk mengetahui bagaimana pengembangan resiliensi dengan pendekatan behavioristik menurut hadits Rasulullah Shalallahu Alaihi Wassalaam.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini diurai secara teoritis dan praktis di antaranya:

1. Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan pemahaman yang terdapat dalam makna resiliensi dengan pendekatan behavioristik menurut hadist Rasulullah Saw.

2. Sedangkan secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikaan jalan dalam melakukan penelitian.

E. Penjelasan Konsep/Istilah Penelitian

1. Resiliensi

Resiliensi merupakan istilah yang berasal dari bahasa inggris dari kata resllience yang artinya daya pegas, daya kenyal atau kegembiraan[9] sedangkan menurut Grotberg, 1999 menjelaskan makna resiliensi yang merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan berdaptasi, serta kapasitas manusia untuk menghadapi dan memecahkan masalah setelah mengalami kesengsaraan.[10]

Resiliensi juga dapat didefinisikan sebagai sebuah proses dinamis yang melibatkkan berbagai faktor individual,sosial maupun lingkungan dalam kekuatan ataupun ketangguhan seseorang untuk bangkit dari situasi yang sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan.[11]

Demikian, yang di maksud dengan resiliensi dalam penelitian ini ialah suatu tahap perkuatan yang di lalui oleh individu untuk tetap dapat bertahan atau bangkit dalam keterpurukan.

---

[9] John Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia,2003)

[10] E,Grotberg, *Tapping Your Inner Strength How to Find the Resilience to Deal with Anyting*, (Okland: CA New Harbinger Publications. 1999)

[11] Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*, (Jakarta timur: Prenadamedia Group, 2018) hal.22

2. Pendekatan

Dalam kamus lengkap psikologi pendekatan adalah merupakan suatu orientasi, arah atau pandangan tertentu terhadap suatu objek ataupun hal, sehingga seseorang akan lebih terarah dan akan lebih dekat dengan sasaran.[12]

Menurut ahmad susanto menyebutkan bahwa pendekatan diartikan sebagai tolak atau sudut pandang terhadap proses yang merujuk pada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum, yang didalamnya mewadahi, menginspirasi, menguatkan, dan melatari metode tertentu.[13]

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan pendekatan ialah memperkenalkan metode ilmiah dalam bidang psikoterapi untuk mengkaji prilaku manusia dalam kaitan dengan konseling behavioristik.

3. Konseling behavioristik

Behavioristik, Skinner mengemukakan bahwa tingkah laku manusia harus dipelajari secara ilmiah. Behaviorisme ilmiahnya mengemukakan bahwa tingkah laku dapat dipelajari dengan sangat baik tanpa mengacu pada kebutuhan-kebutuhan, insting-insting, atau motif-motif.[14] Sedangkan

---

[12] J.P. Chaplin, *kamus lengkap psikologi*, Editor kartini kartono Cet 16. (Jakarta: Rineka Cipta. 2006) Hal. 62

[13] Ahmad Susanto, *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah dasar*, (Jakarta: Media Group. 2013) hal. 251

[14] Yustinus semium, *Teor-teori Kepribadian Behavioristik*, (Yogyakarta: Kanius 2020) hal. 85

konseling behavioristik dapat ditinjau dari makna konseling yaitu membantu klien dalam menyelesaikan permasalahanya, dengan membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, hingga dapat mempelajari respon yang baru yang lebih sehat.

Yang dimaksud konseling behavioristik dalam penelitian ini ialah memodifikasikan prilaku manusia melalui proses belajar untuk mencapai tahap perubahan prilaku. Dari tidak baik menjadi baik dengan akibat dari pengondisian operan.

4. Hadist Rasulullah SAW

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia hadis yaitu sabda, perbuatan, takrir (ketetapan) Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan atau diceritakan oleh sahabat untuk menjelaskan dan menentukan hukum Islam.[15]

Adapun Hadist menurut para ahli, hadist atau assunnah merupakan suatu yang disandarkan kepada Nabi Muhammad SAW, baik perkataan, perbuatan maupun ketetapan.[16] Adapun dalam Muhammad ‘. jjaj al-Khatib (guru besar Hadist Universitas Damaskus) mengemukakan bahwa Hadist berarti segala perilaku Rasulullah yang berhubungan dengan hukum baik berupa ucapan, perbuatan, ataupun pengakuan.[17]

Dengan demikian makna Hadist Rasulullah SAW dalam penelitian ini adalah mempelajari dan memahami Hadist Rasulullah SAW untuk mengkaji konsep

---

[15] https://kbbi.web.id/hadis diakses pada 27 November 2021

[16] Juhaya, *Ilmu Ushul Fiqh*, (Bandung: Pustaka Media. 2010)hal.23

[17] Satria Effendi, *Ushul Fiqh*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group 2005) hal.112

resiliensi dalam konseling behavioristik, karena hadist merupakan unsur kekuatan atau dalam istilah lain merupakan pedoman hidup kedua setelah Al-Qur'an.

F. Kajian Terhadap Hasil Penelitian Terdahulu

Kajian terhadap penelitian terdahulu dalam penelitian ini yang dimaksud agar dapat menemukan atau mendapatkan aspek-aspek yang telah diteliti oleh penelitian terdahulu yang memiliki kaitan attau hubungan dengan penelitian saat ini, oleh karena itu untuk menghindari terjadinya duplikasi penelitian, beberapa hasil penelitian terdahulu tersebut sebagai berikut:

Pertama, skripsi dengan judul *Konsep Penguatan dalam Teori Behavioral Menurut Perspektif Islam*, yang di susun oleh Suhermi Yanti. Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Ar-raniry Banda Aceh. Hasil penelitian dalam skripsi ini menunjukkan bahwa penguatan adalah membuat prilaku yang sama diulang kembali. Dalam perspektif isalam sesuatu yang membuat perilaku terulang kembali di sebut targhib yang diberikan dalam bentuk, yaitu setiap perbuatan manusia akan mendapatkan balasan walau hanya sebiji dzrah.[18]

Kedua, penelitian dari Ulva Hasdiana, yang merupakan mahasiwi Universitas Islam Negri Ar-raniriy, Fakultas Tarbiyah /keguruan, Jurusan Bimbingan dan Konseling. Skripsi dengan judul *pendekatan,behavioristic dalam mengatasi kenakalan remaja di SMP Negri 1 Simpang Kanan Aceh Singkil.* Dari hasil penelitian skripsi ini menunjukakan bahwa terdapat perubahan prilaku peserta

[18] Suhermi Yanti, *Konsep Penguatan dalam Teori Behavioral Menurut Perspektif Islam,* (Banda Aceh: 2021)

didik sebelum dan sesudah diberikan layan dan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan behavioristik.[19]

Adapun persamaan dan perbedaan dalam penelitian sebelumnya diantaranya persamaan terletak pada suatu pendekatan behavioristik yang fungsinya untuk mengetahui perbuhan prilaku individu sedangkan perbedaannya peneliti menuangkan pada konsep resiliensi yang ditinjau menurut hadist rasulullah.

[19] Ulva Hasdiana, *pendekatan behavioristic dalam mengatasi kenakalan remaja di SMP Negri 1 Simpang Kanan Aceh Singkil, (B*anda Aceh: 2018.)

BAB II
LANDASAN TEORI

A. Pendekatan Behavioristik

Behavioristik merupakan suatu pendekatan yang dikembangkan oleh Ivan Pavlov, serta dikembangkan pula oleh John Watson dan BF.Skinner semua teori mereka dikelompokan dalam suatu aliran psikologi yang dinamakan dengan behaviorisme. Behaviorisme adalah teori psikologi tentang perkembangan manusia yang mengemukakan bahwa manusia dapat dilatih atau di kondisikan untuk merespon dalam cara-cara tertentu terhadap stimulus-stimulus yang khusus. [20]Apabila diberikan stimulus yang tepat, individu dan tingkah lakunya, dan bahkan seluruh peradaban manusia dapat dikodefikasikan dan kontrol. Kemudian, dalam konsep skinner berpendapat bahwa prilaku sepenuhnya dapat dipahami karena merupakan tanggapan terhadap faktor-faktor dari lingkungan.

Skinner juga lebih menekankan subjek penelitian yang bersifat individu. Fokus utama dalam konsep bahaviorisme adalah prilaku yang nampak jelas serta stimulus yang dapat di kontrol. Sebagaimana yang telah diketahui bahwa, teori behavioral di dasari pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia, yakni pendekatan yang tersistematik dan terstruktur dalam konseling. Konseling behavioristik dapat dikenal dengan memodifikasi prilaku, artinya tindakan yang bertujuan mengubah prilaku.

[20] Yustinus semium, *teori-teori kepribadian Behavioristik,* (Yogyakarta: Kanisius,2020) Hal. 35

Dalam prosedur pembentukan tingkah laku, dapat disederhanakan bahwa prosedur tingkah laku di dalam *operant condisioning* adalah sebagai berikut[21]:

1. Dilakukan identifikasi mengenai hal apa yang merupakan reinforcement (hadiah) bagi tingkah laku yang di bentuk
2. Dilakukan analisis untuk mengidentifikasi komponen-komponen kecil yang membentuk tingkah laku yang dimaksud. Komponen-komponen itu lalu disusun dalam urutan yang tepat untuk menuju kepada terbentuknya tingkah laku tersebut.
3. Dengan mempergunakan secara untuk komponen-komponen itu sebagai tujuan-tujuan sementara, mengidentifikasi reinforce (hadiah) untuk masing-masing komponen
4. Apabila komponen kedua telah terbentuk dan dilanjutkan seluruh komponen sampai seluruh tingkah laku yang di harapkan.melkukan tingkah laku dengan menggunkan urutan komponen-komponen yang telah tersusun.

Behavioristik merupakan suatu pendekatan terapi tingkah laku yang berkembang pesat dan sangat popular, dikarenakan memenuhi prinsip-prinsip kesederhanaa, kelogisan, mudah dipahami dan di terapkan, serta adanya penekanan perhatian pada prilaku yang positif.[22] Pendekatan behavioristik menenkakan pada tingkahlaku dengan tujuan mengubah tingkah laku manusia.

---

[21] Sumadi, Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*,Cet ke 21, (Jakarta: Rajawali. 2014) hal 272-273

[22] Namora, Lumongga, Hasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: kencana 2016), hal. 139

Pendekatan ini juga dikenal dengan pendekatan yang dapat memodifikasi tingkah laku dengan sistematis dan terstruktur. Dalam teori ini pembentukan prilaku dengan cara menggunkan urutan-urutan komponen yang telah disusun untuk mencapai tingkah laku yang diharapkan dengan mengidentifikasi reinforcement untuk masing-masing komponen. Kemudian tingkah laku yang perlu dibentuk bukan sekedar memperoleh kepuasan jangka pendek, tetapi tingkah laku yang tidak dapat menimbulkan kesulitan-kesulitan yang luas, dan dalam jangka yang lebih panjang.

B. Tujuan Behavioristik

Corey, menyatakan ada tiga fungsi tujuan behavioristik yaitu:

1. Sebuah refleksi masalah konseli dan dengan demikian sebagai arah bagi proses konseling.
2. Sebagai dasar pemilihan dan penggunaa strategi konseling.
3. Sebagai kerangka untuk menilai konseling.

Kemudian tujuan konseling behavioristik dirumuskan dalam bentuk istilah istilah yang khusus:

a. Definisi masalah
b. Perkembangan konseli (klien) untuk mengungkapkan kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan kelemahan, tingkah laku penyesuaian, pola hubungan interpersonal dan area masalah.

c. Menentukan metode untuk mencapai perubahan tingkah laku.[23]

Manusia sebagai makhluk reaktif yang tingkah lakunya dikontrol oleh faktor-faktor dari luar. Prilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Manusia memulai kehidupannya dengan memberikan reaksi kepada lingkungannya dan interaksi ini menghasilkan pola-pola tingkah laku yang membentuk kepribadian.

Uraian diatas memperkuat bahwa, tujuan dari behavioristik adalah untuk membantu klien dalam membuang respon-respon yang dulu yang dapat merusak diri, kemudian mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat. Kemudian tujuan konseling behavioristik ini juga dapat menghapus pola-pola tingkah laku yang salah yang pernah menjadi rutinas individu (klien) dalam kehidupannya, sehingga klien dapat mengubah dan mampu menguasai tingkah laku baru yang efektif dengan cara menciptakan suatu kondisi-kondisi baru dalam proses belajar dengan menerapkan gagasan pengkondisian operan.

C. Konsep Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Istilah resiliensi diintrodusir oleh Redl pada tahun 1969 dan digunakan untuk menggambarkan bagian positif dari perbedaan individual dalam respon seseorang terhadap stress dan keadaan yang merugikan (adversity) lainnya.[24]

---

[23] Mulawarman, dkk, *Psikologi Konseling Sebuah Pengantar Bagi Konselor*.Cet ke 1 (Jakarta: Kencana 2019 hal. 119

Istilah resiliensi sendiri muncul sebagai penganti istilah sebelumnya seperti: kekebalan (*invulnerable*) atau ketangguhan (*invincible*) dan kekuatan (*haddy*) karena dalam proses resilien tercakup pengenalan rasa sakit, perjuangan dan penderitaan.[25]

Resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan[26] (Kaplan dkk., 1996; Egeland dkk., 1993 dalam Vanbreda, 2001) sedangkan dalam devinisi lain, menurut Perkins dan Caldwell (2005) serta Garmezy (Damon, 1998) menyatakan bahwa resiliensi bukan sebuah sifat yang menetap pada diri individu, namun merupakan hasil transaksi yang dinamis antara kekuatan dari luar dan kekuatan dari dalam individu.

Dalam hal ini, dapat dikutip bahwa resiliensi merupakan sebuah daya bangkit atau bangkit kembali dari keterpurukan atau stressor yang melanda diri individu, agar menjadi kuat dalam menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidup. Resiliensi juga bukan suatu keajaiban, tidak hanya ditemukan dalam sebagian kecil manusia dan juga bukan berasal dari sumber tidak jelas. Setiap insan di muka bumi ini berhak mendapatkan atau memiliki kemampuan untuk menjadi resilien, dan setiap orang mampu untuk belajar bagaimana

---

[24] Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia Sd, Smp, dan Sma*, (Bandung: Raja Rosdakarya. 2011) hal.199

[25] Henderson, dkk, *resiliency in schools: Making It Happen for Student and Educator.*, (USA: Corwin Press, 2003) Hal.199

[26] Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*, (Jakarta timur: Prenadamedia Group, 2018) hal.23

menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidupnya sehingga nantinya menjadi resilien.

2. Komponen Resiliensi

Grotberg (1999) menyebutkan komponen resiliensi dengan istilah sumber. Menurutnya terdapat tiga sumber resiliensi individu (*three sources of resilience*) yaitu *I have*, *I am,* dan *I can*. Ketiganya saling berinteraksi dan menentukan bagaimana rasiliensi individu kemudian.[27]

a. *I have*

I have merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan besarnya dukungan sosial yang diperoleh dari sekitar. Sebagaiman hal yang telah dimaknai atau dipersepsi dalam diri individu. Mereka yang memiliki kepercayan yang rendah terhadap lingkungan cendrung memiliki sedikit jaringan sosial dan beranggapan bahwa lingkungan sosial hanya sedikit memberi dukungan kepadanya.sumber I have memiliki beberapa kualitas yang dapat menjadi penuntu bagi pembentukan resiliensi, yaitu:

1) Hubungan yang dilandasi dengan kepercayaan (trust)
2) Struktur dan peraturan yang ada dalam keluarga atau lingkungan rumah.
3) Model-model peran.
4) Dorongan seseorang untuk mandiri (otonomi)

[27] E,Grotberg, *Tapping Your Inner Strength How to Find the Resilience to Deal with Anyting,* (Okland: CA New Harbinger Publications, 1999) hal.10

5) Akses terhadap fasilitas seperti layanan kessehatan, pendidikan, keamanan, kesejahteraan.

b. *I am.*

I am adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi dalam diri individu. Sumber ini mencakup perasaan, sikap dan keyakinan pribadi. Beberapa kualitas pribadi yang memengaruhi I am dalam bentuk resiliensi adalah:

1) Peniliaian personal bahwa diri memperoleh kasih sayang dan disukai oleh banyak orang.
2) Memiliki empati, kepedulian dan cinta terhadap orang lain.
3) Mampu merasa bangga dengan diri sendiri.
4) Memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri dan dapat menerima konsekuensi atas segala tindakannya.
5) Optimis, percaya diri dan memiliki harapan akan masa depan.

c. *I can*

I can adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan usaha yang dilakukan oleh seseorang dalam memecahkan masalahnya menuju keberhasilan dengan kekuatan diri sendiri. *I can* berisi penilaian atas kemampuan diri yang mencakup kemampuan menyelesaikan persoalan, keterampilan sosialdan interpersonal sumber resiliensi ini terdiri dari:

1) Kemampuan dalam berkomunikasi
2) Problem solving atau pemecahan masalah.
3) Kemampuan mengelola perasaan, emosi dan implus-implus

4) Kemampuan mengkur tempramen sendiri dan orang lain.

5) Kemampuan mejalin hubungan yang penuh kepercayaan

Grotberg (1999) menjelaskan secara lebih lanjut bahwa ketiga komponen *I have* (*external support*) *I am* (*inner strengths*) dan *I can* (*interpersonal and problem solving skills*) yang akan mempengaruhi prilaku individu menjadi retatif stabil, dengan respon-respon yang bermakna terhadap berbagai macam situasi dan kondisi yang dihadapi.

adapun dalam pendapat lain, Grotberg (1999) menyatakan, terdapat lima faktor yang akan menjadi dasar banggunan resiliensi pada individu juga yang dikenal dengan *Building blocks*, yang di dalamnya terdi dari: *Trust, autonomy, initiative, industry* dan *identity*, dari kelimanya berkitan dengan dengan lima tahapan pertama perkembangan psikososial Erikson.

Sebagaimna Erikson, Grotberg (1999) ia menyakini bahwa dari lima faktor tersebut juga dapat membangun fondasi penting dalam menumbuhkan resiliensi dalam diri individu. Namun demikian, mengingat bahwa kelima faktor tersebut sejalan dengan tahapan perkembangan psikososial Erikson, maka dalam masing- masing tahapan juga memuat gambaran interaksi antara *I have, I am,* dan juga *I can* yang dapat menghasilkan sebagai berikut:

1) *Trust* (kepercayan)

Faktor ini menggambarkan bagiman individu percaya pada lingkungan yang mampu memahami kebutuhan, perasaan, serta berbagai hal dari kehidupan. Jika seorang individu dari sejak awal perkembangannya dibimbingan dan diasus dengan kasih sayang maka akan mampu mengembangkan relasi sehat berdasarkan kepercayaan, ia akan memiliki trust, dan menyakini bahwa lingkungan memberikan dukungan kepdanya. Dengan kata lain ia merasa memiliki berbagai sumber dukungan dari sekitar (*I have*) seperti orang tuanya dan saudara yang serta menyanginya dan memperhatikannya. Dari sini akan tumbuh persepsi baginya bahwa ia adalah pribadi yang dicintai oleh sekitar (*I am*) sehingga lebih lanjut pikiran positif tehadap diri tersebut akan menguatkan dan menjadi pegangan untuk mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dan melakukan berbagai macam hal dengan kemampuannya (*I can*).

2) *Autonomy* (otonomi)

Faktor otonomi berkaitan dengan bagaimana individu mampu menyadari bahwa dirinya adalah pribadi yang berbeda dan terpisah dari orang lain, meskipun saling berinteraksi di lingkungan sosialnya. Pernyataan tersebut menunjukan bahwa adanya otonomi di dalam interaksi. Anak yang otonom mulai belajar tentang benar dan salah; mengembangkan perasaan bersalah ketika mengecewakan orang lain;

dan menyadari adanya konsekuensi atas setiap tindakan yang dilakukan.

Jika lingkungan memberikan kesempatan pada anak untuk dapat menumbuhkan otonom di dalam dirinya serta menerima adanya batasan-batasan prilaku (*I have*) maka individu tersebut akan dapat menghargai diri sendiri karena menyadari dirinya adalah individu yang akan memiliki peran (*I am*) sehingga kemudian ia akan mampu berempatimemberikan perhatian terhadap orang lain dan bertanggung jawab atas prilakunya. Hal ini nantiknya akan menjadi modal bagi individu untuk mampu mengelola berbagi perasaan dan implus (*I can*).

3) *Initiative* (inisiatif)

Faktor ini berkaitan dengan kemampuan dan kesedihan individu dalam melakukan sesuatu. Inisiatif memengaruhi individu untuk terlibat dalam berbagai aktivitas kelompok atau menjadi bagian dari kelompok. Ketika seseorang individu telah memiliki inisiatif, maka individu tersebut akan mudah menjalin hubungan yang di landasi kepercayaan, memiliki kesadaran akan prilakunya, serta menerima dorongan dari lingkungan untuk mandiri (*I have*).

Inisiatif juga dapat membuat individu menyadari bahwa dunia merupakan gabungan dari berbagai macam aktivitas yang mana setiap individu di tuntut untuk berpartisipasi secara aktif. Kesadaran ini akan menjadi individu sebagai pribadi yang tenang dan baik hati, seorang

yang penuh perhatian dan tanggung jawab, serta memiliki keprcayaan diri dan optimis serta harapan (*I am*). Kondisi ini akan membuat diri indvidu mampu menghasilkan ide-ide dan inovasi dalam melakukan sesuatu, mengekpresikan perasaan dan pikiran, mampu memecahkan masalah, mengelola prilaku dan perasaan, serta mencari bantuan yang di butuhkan (*I can*).

4) *Industry* (industri)

Faktor industry berkaitan dengan perkembangan ketrampilan individu yang berhubungan dengan berbagai aktivitas rumah, sekolah dan lingkungan sosial. Perkembangan ketrampilan ini dapat membuat individu mampu mencapai prestasi di kehidupannya, dan prestasi ini akan menentukan penerimaan diri individu di lingkungannya.

Dalam faktor industry, individu perlu memiliki role model yang baik serta memiliki sumber dorongan untuk menjadi individu yang mandiri (*I have*). Dengan begitu ia akan mampu merencanakan masa depan dan bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan (*I am*), dan lebih lanjut meningkatkan kemampuannya dalam mencari solusi, memcahkan masalah serta mencari bantuan (*I can*).

5) *Identity* (identitas)

Identitas merupakan faktor pembangun resiliensi yang berkaitan dengan pengembangan pemhaman individu akan dirinya sendiri (baik pemahaman terhadap kondisi fisik maupun psikologis). Identitas membantu individu mendevinisikan gambaran dirinya dan

mempengaruhi citra dirinya sendiri. Apabila individu tersebut memiliki yang senantiasa memberikan dukungan, kasih sayang, dan berbagai pengalam positif (*I have*), maka individu tersebut akan menerima keadaan diri dan orang lain di sekitarnya (*I am*) kondisi yang demikian akan menumbuhkan perasaan mampu untuk mengendalikan, mengarahkan dan mengatur diri dengan baik (*I can*).

3. Faktor- faktor pembentukan resiliensi

Reivich dan shatter (2002) menyebutkan tujuh faktor yang dapat membentuk resiliensi, yaitu:[28]

a. Emotion regulation

Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk tetap tenang walaupun berada dibawah kondisi yang menekan hidupnya. Hasil dari sebuah penelitian menyebutkan bahwa individu yang kurang memiliki kemampuan dalam mengatur emosi yang dimilikinya, maka cendrung akan mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungannya dengan orang lain.

Menurut Revich dan Shatter (2002) ada dua ketrampilan yang dimiliki oleh individu agar memudahkan individu dalam melakukan regulasi emosi diantaranya: *calming* dan *focusing*, *calming* ialah suatu ketrampilan untuk meningkatkan control individu terhadap respon tubuh dan pikiran ketika berhadapan dengan stress dan cara menghilangkannya dengan relaksasi. Sedangkan *focusing* suatu ketrampilan untuk focus pada permasalahan yang

[28] Reivich,*The Resilience Factor, Esential Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstracles*, (New York: Bordway Book, 2002) Hal. 33

ada, dan memudahkan individu untuk menemukan solusi dari permasalahn tersebut. dari ketrampilan ini dapat membantu individu dalam mengendalikan emosi, dapat menjaga perasaan ketika individu merasa sedih serta mengurangi kecemasan.[29]

b. *Impulse control* (pengendalian implus)

Setiap individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang mempunyai kemampuan pengendalian yang rendah akan cepat mengalami perubahan emosi ketika berhadapan dengan berbagai stimulasi dari lingkungan. Hal tersebut akan berdampak buruk bagi individu tersebut baik dari segi pengendalian pikiran, perasaan maupun prilaku mereka. Dampak yang di akibatkan oleh individu berupa, menunjukkan prilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, implusif dan mudah melakukan kekerasan. Prilaku tersebut dapat mengakibatkan ketidak nyamnan pada orang-orang sekitarnya dan akan berdampak pada hubungan individu dengan lingkungan nya.[30]

Kemampuan individu untuk mengendalikan implus sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang dimilikinya. Individu juga dapat mengendalikan implusivitasnya dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respons yang tepat pada permasalhan yang ada.

---

[29] Reivich, *The Resilience Factor* …. Hal. 38

[30] Reivich, *The Resilience Factor* …. Hal. 39

c. Optimis

Individu yang resilien dapat menjadikan individu tersebut yang optimis, karena individu yang optimis memiliki harapan serta kepercayaan bahwa kehidupan meraka dapat berubah menjadi lebih baik. Individu yang optimis juga mempercai dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi keadaan yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini dapat merefleksikan efikasi diri yang dimiliki, yakni kepercayaan bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan dapat mengendalikan hidupnya.

Optimis yang sangat dibutuhkan dalam membentuk resiliensi yakni *realistic optimism*. Optimis yang realistik merupakan sebuah kepercayaan individu agar terwujudnya masa depan yang baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. sedangkan *unrealistic optimism*, merupakan bahwa kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Adapun perpaduan antara optimism yang realistic dan efikasi diri adalah salah satu kunci resiliensi dan kesuksesaan.[31]

d. Casual analysis

Individu mempunyai kemampuan untuk menerapkan causal analysis, yaitu suatu kemampuan individu untuk mengidentifikasikan secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi. Individu yang tidak mampu mengindetifikasikan penyebab dari permasalahan secara tepat,akan

[31] Reivich, *The Resilience Factor* …. Hal. 41

terus menerus berbuat kesalahan yanga sama. Adapun Sligmen dan kawan-kawan (dalam Reivich&Shatter) mengidentifikasi kemampuan gaya berpikir individu yang erat kaitanya *casual analysis*, yaitu gaya berfikir *explanatory.* Di dalam gaya berfikir expalanatory terdapat tiga dimensi yang dimiliki oleh individu, yaitu:

1) Personal (saya- bukan saya)

Individu dengan gaya berpikirnya saya, percaya bahwa individu tersebut merupakan penyebab terjadinya permasalahan yang sedang dihadapinya. Sedangkan individu dengan gaya bukan saya, percaya bahwa penyebab masalahan bukan saya melainkan kesalahan itu disebabkan oleh orang lain.

2) Permanen (selalu-tidak selalu)

Individu dengan gaya pikirnya selalu, percaya bahwa apapun hal yang sedang dihadapinya tidak akan berubah, sedangkan individu dengan gaya berpirnya tidak selalu, percaya bahwa keadaan yang sedang di alaminya akan segera berubah menjadi lebih baik.

3) Pervasive (semua-tidak semua)

Individu dengan gaya berpirinyan semua, memeprcayai bahwa kegagalan pada suatu aspek kehidupan akan menggagalkan semua aspek kehidupannya. Individu dengan gaya berfikirnya tidak semua, berfikir bahwa kegagalan tersebut tidak akan berpengaruh banyak terhadap hidupnya.[32]

Dalam hal ini individu yang reiliensi individu yang mempunyai gaya dengan fleksibelitas kognitif. Individu mampu mengidentifikasi segala yang menyebabkan kemalangan. Individu yang resiliensi tidak akan menyalahkan orang lain atas segala perbuatan yang diperbuat demi menjaga harga diri atau membebaskan diri dari rasa bersalah.individu akan berfokus dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, sehingga perlahan ia akan memulai mengatasi permasalahn yang ada, mengarahkan energy yang dimiliki untuk bangkit dan meraih kesuksesan.

e. Empaty

Empati merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengetahui tanda isyarat psikologis atau emosional yang diperlihatkan oleh orang lain.individu yang memiliki kemampuan untuk menafsirkan bahsa-bahasa non-verbal yang diperlihatkan oleh orang lain melalui ekpresi wajah mereka, nada suara, bahasa tubuh, dan mampu menangkap apa yang orang lain pikirkan dan rasakan serta dapat mengakibatkan hubungan baik dengan sosial maupun orang lain. Sedangkan yang tidak mampu membaca isyarat non-verbal sangat dapat merugikan dalam dunia kerja maupun dalam hubungan sosial atau orang lain, hal ini disebabkan oleh kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai.individu dengan empati yang rendah cendrung

[32] Reivich, *The Resilience Factor* …. Hal. 41-42

mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resiliensi yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain.

f. Self efficacy

Efikasi diri adalah sebuah keberhasilan dalam memecahkan sebuah masalah yang sedang dihadapinya untuk mencapai sebuah kesuksesan. Efikasi diri juga merupakan hal yang begitu penting dalam mencapai resiliensi. Efikasi diri merupakan salah satu faktor kognitif yang menentukan sikap dan prilaku seseorang dalam sebuah permasalahan. Dengan keyakinan dan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan, individu akan mampu mecari penyelesaian yang tepat dari permasalahan yang ada, dan tidak mudah menyerah dalam berbagai kondisi maupun situasi yang sulit.

g. Reaching out

Reaching out merupakan salah satu sumber dari resiliensi, akan tetapi banyak individu yang tidak mampu melakukannya. Ketidakmampuan melakukanya dikarenakan sejak kecil individu-individu diajarkan menghindari kegagalan dan menghindari kejadian yang memalukan semasa hidupnya. Dalam hal ini mereka lebih memilih kehidupan yang biasa-biasa aja dari pada harus berusaha menjadi sukses akan tetapi berhadapan dengan kegagalan dan hinaan masyarakat. Kejadian seperti ini menggambarkan kecendrungan untuk

melebih-lebihkan kemungkinan hal buruk yang akan terjadi di masa depan.[33]

4. Faktor resiko dan faktor protektif resiliensi

Dua faktor yang berkaitan dalam kajian resiliensi antara faktor resiko (*risk factor*) dan faktor protektif (*protective faktor*). Kaplan (1999) mendefinisikan faktor resiko sebagai "predikoto awal" dari sesuatu yang tidak di inginkan atau sesuatu yang membuat orang semakin rentan terhadap hal-hal yang diinginkan. Sedangkan menurut Rutter (1987,1990) faktor resiko merupakan variable yang mengarah langsung pada kondisi patalogis atau maladjustment, meski disisi lain Rutter juga menunjukkan bahwa faktor resiko memperlihatkan proses dan mekanisme yang mengarah pada akibat yang bersifat problematic. Faktor resiko bisa di dapatkan dari faktor biologis, faktor psikologis, lingkungan dan sosial atau ekonomi yang mempengaruhi kemungkinan dalam kerentangan stress.

Berdasarkan kajian terhadap orang-orang yang mengalami faktor resiko akhirnya konsep tentang resiliensi di bangun. Werner telah mengadakan penelitian longitudinlnya pada penduduk di kepulauan hawai yang mempunyai dampak dari berbagai faktor resiko biologis dan psikososial, stress karena kehidupan. Warner menyatakan bahwa dalam terbentuknya resiliensi, banyak hal yang dapat menjadi faktor protektif ketika individu berhadapan dengan kondisi yang menekan dalam hidupnya. (werner, 2005)

---

[33] Reivich,(2002) *The Resilience Factor* …. Hal. 46-47

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tersebut, warner menemukan kualitas-kualitas individu yang menjadi faktor protektif ketika mereka mempunyai tekanan dalam hidupnya, kualitas-kualitas tersbut antara antara lain kesehatan, kemampuan untuk tetap tenang, kualitas keimanan, konsep diri yang positif, control emosi, kompetensi intelektual serta kemampuan untuk merencanakan sesuatu. Dari keseluruhan diatas faktor didefinisikan dengan suatu potensial yang digunakan sebagai alat untuk merancang pencegahan dan penanggulangan berbagai hambatan, persoalan, dan kesulitan dengan cara-cara yang efektif (kalil, Luthar 2003).

Rutter 1990 dalam kalil 2003 juga mengajukan empat jalur potensial yang di tempuh oleh faktor protektif dalam mengubah efek merugikan dari faktor resiko dan menimalkan stress, yaitu: Pertama, meredukasikan dampak dari faktor resiko, kedua, meredukasikan rantai dari sebuah kejadian yang muncul faktor resiko, ketiga, memelihara dan mengembangkan trait positif dalam diri individu seperti self- esteem dan self-efficacy serta yang teakhir, membuka diri terhadap kesempatan-kesempatan baru untuk merai keberhasilan dalam hidup.

Rutter menambahkan penjelasannya bahwa proses redukasi dampak resiko tidak hanya berlangsung dengan cara menahan pengaruh berbagai kejadian dan jaringan sosial, namun juga dengan memanfaatkan peran keberhasilan koping pada situasi stress yang pernah dialami sebelumnya. Mekanisme resiko dan protektif akan bervariasi berdasarkan karakteristik kesulitan atau tentangan yang dihadapi serta tahap perkembangan masing-

masing individu, dengan demikian, semakin jelas bahwa untuk menjadi individu yang resilien bukan berarti seseorang harus lari atau menghindari dari faktor resiko, melainkan harus berani menerima keberadaan serta berinteraksi secara positif dengan faktor tersebut.[34]

[34] Wiwin Hendriani, Resiliensi Psikologi, (Jakarta timur: Prenadamedia Group 2018) hal.62

BAB III
METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu, cara ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitianitu di dasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sitematis.

Rasional berarti kegiatan penelitian itu dilakukan dengan cara yang masuk akal sehingga terjangkau oleh penalaran manusia. Empiris cara-cara yang dilakukan itu dapat diamati oleh indra manusia, sehingga orang lain dapat mengamati dan mengetahui cara-cara yang digunakan. Sistematis artinya, proses yang digunakan dalam penelitian itu menggunakan langkah-langkah tertentuyang bersifat logis.[35]

Berdasarkan uraian diatas, maka dalam penelitian ini penulis menggunakan metode *Content Analisys* atau analisis isi, yaitu analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi. Teknik konten adalah teknik penelitian untuk membuat inferensi-infrensi yang dapat ditiru dari shahih data dan konteknya.[36]

---

[35] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D,* (Bandung: Alfabeta 2011) hal.2

[36] Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif,* (Jakarta: Raja Grafindo, 2003) hal.78

A. Jenis Data Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*liberary reseach*) yakni penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang ada di perpustaka sesuai dengan focus masalalah dalam penelitian sebagaimana yang terdapat dalam penelitian pencarian korelasional yang diantaranya studi hubungan. Jenis-jenis data yang dikumpulkan dari berbagai literatur yang ada meliputi data tertulis berupa teks, yang berkaitan dengan konsep resiliensi dalam pendekatan konseling behavioristik. Kemudian literature tersebut dibaca, dipelajari, dikaji dan ditelaah dengan cara yang seksama. Ahli Fraenkel, Wallen & Hyun (2012) menyatakan bahwakajian atau penelitian literature adalah suatu kajiak khazanah pustaka yang mendukung pada masalah khusus dalam penelitian yang sedang kita kerjakan. Kajian ini juga sangat berguna bagi seorang peneliti, seperti hal yang digunakan untuk memberikan gambaran masalah yang akan diteliti, memberikan dukungan teoritis konseptual bagi peneliti, dan selanjutnya berguna untuk bahan diskusi atau pembahasan dalam penelitian.

B. Sumber Data Penelitian

Sumber data penelitian adalah pelaku dari mana data tersebut dapat diperoleh. Dalam penelitian ini digunakan dua sumber data yaitu berupa data primer dan skunder[37] sumber data primer yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpulan data.

---

[37] Suharsimi arikunto, *prosedur penelitian: suatu pendekatan praktis,* (Jakarta:Rineka cipta 2010) hal.139

Di dalam penulisan ini yang menjadi data primer adalah data yang di peroleh langsung dari sumber asli. Disini sumber data primer peneliti menggunakan kajian-kajian islam berupa Al-Qur'an, hadist dan yang berhubungan dengan masalah skripsi. Data utama dari kitab-kitab hadist yang menjelaskan tentang resiliensi (daya bangkit) pada umumnya. Resiliensi (daya bangkit) ditulusuri melalui kitab-kitab hadist seperti Fath Al-Bari bisyarhi Shahih Al-Bukhari, Riyadush Shalihin dsb. Sedangkan data sekunder yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder diperoleh dari hasil bacaan-bacaan rumusan masalah yang ada dalam penelitian menganalisa buku-buku referensi lain.

Adapun kajian yang menjadi sumber data sukender lainnya ialah buku resiliensi psikologi sebuah pengantar karangan wiwin henriani, teori-teori behavioristic karangan yustinus semium, the resiliensi factor karangan reivich dan beberapa buku lainya yang dianggap relavan dalam pembahasan.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.[38]

---

[38] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D,* (Bandung:Alfabeta,2011) hal.224

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah telaah kepustakaan, dilakukan dengan cara mengkaji sejumlah bacaan yang berkaitan dengan bahan penelitian seperti buku resiliensi,buku hadist, buku tafsir, jurnal, artikel atau sifatnya kepustakaan yang menjadi rujukan serta serta yang berkaitan dengan judul skripsi ini.

Sebagaiman yang telah dikatakan bahwasanya data penelitian adalah teks tertulis yang tersebar dalam berbagai literature, kitab-kitab hadist, dan berbagai literature lainnya yang berkaitan dengan resiliensi. Maka teknik pengumpulan data yang digunakan adalah, dengan cara membaca buku menjadi pokok, yang di himpun dari berbagai sumber yang telah ditetapkan dalam melalui studi kepustakaan selanjutnya diklarifikasikan sesuai pokok permasalahan.

D. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses pengolahan, penyajian, interpertasi, dan analisis data yang diperoleh dari lapangan dengan tujuan agar data disajikan mempunyai makna, sehingga pembaca dapat mengetahui hasil kita.[39] Analisis data merupakan sebuah tahap yang bermanfaat untuk menerjemahkan data hasil penelitian agar lebih mudah dipahami pembaca secara umum. Peneliti akan melakukan analisis data setelah proses pengumpulan data selesai dilakukan.

Dalam penelitian ini, peneliti telah menyebutkan bahwa peneliti menggunakan *Content Analisys* (analisis isi) sebagai metode untuk dapat menganalisis sebuah

[39] Nanang Martono, *Metode Penelitian Sosial Konsep-Konsep Kunci*, (Jakarta: Rajagrafindo,2015) Hal. 10

teks agar penulis memahami dengan jelas apa yang terkandung dalam peryataan-pernyataan sehingga mudah dalam memahaminya.

Miles dan Hubrman (1984) menyatakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga data sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data yaitu data reduction, data display, dan data drawing/verification.[40]

1. Data reduction (redukasi data)

Meredukasi data yaitu merangkum, memilih hal-hal yang pokok, mengfokus pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah di redukasi akan memebrikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk pengumpulan data selanjutnya, dan mencari bila diperlukan.

2. Data display (penyajian data)

Setelah data diredukasi selanjutnya mendisplaykan data yaitu penyajian data dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar katagori, flowchari, dan sejenisnya. Peneliti berusaha menjelaskan hasil penelitian ini dengan singkat padat dan jelas

[40] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*…. hal. 246-252

3. Congclusion Drawing/ Verifikasi

Yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Peneliti berusaha untuk menarik kesimpulan dan melakukan verifikasi terhadap temuan baruyang sebelumnya masih remang-remang objeknya sehingga telah diteliti menjadi jelas.

BAB IV
TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian Dan Pembahasan

1. Hubungan Resiliensi Dengan Pendekatan Behavioristik.

Sebelum membahas hasil temuan tentang resiliensi menurut hadist Rasulullah SAW. Kiranya akan membahas terlebih dahulu hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristik untuk dijadikan sebagai sumber penemuan. Resiliensi merupakan istilah yang berasal dari bahasa inggris dari kata *resllience* yang artinya daya pegas, daya kenyal atau kegembiraan.[41] Istilah resiliensi pertama kali diformulasikan oleh Block dengan nama *ego-resilience* yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesualian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun ekternal.[42] Menurut R-G reed mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas atau kemampuan untuk beradaptasi secara positif dalam mengatasi permasalahan hidup yang signifikan.[43]

Wolf memandang resiliensi sebagai trait, menurutnya, trait ini merupakan kapasitas tersembunyi yang muncul untuk melawan kehancuran individu dan

---

[41] John Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia,2003) hal.480

[42] Klohnen, E.C, *Conseptual analysis and meansurement of the construct of ego resilience, (*journal of personality and social psychology, volume. 70 no) 5 hlm. 1067-1079

[43] Nurina yanti dkk, *makna kebersyukuran dan resiliensi: telaah pustaka tentang kebersyukura dan pengaruhnya terhadap daya resiliensi pada korban erupsi merapi* DIY 2010, (Gadjah Mada: Fakultas Psikologi) Hal. 93

melindungi individu dari segala rintangan kehidupan.[44] Individu yang mempunyai intelegensi yang baik mudah beradaptasi, sosial temperament, dan berkepribadian menarik, akhirnya memberikan kontribusi secara konsisten pada penghargaan untuk diri sendiri, kompetensi dan perasaan bahwa ia beruntung, individu tersebut adalah individu yang resiliens.

Bila ditinjau dari segi teoritik terdapat dua faktor dalam resiliensi yang telah dikemukakan pada bab II diantaranya faktor resiko dan faktor protektif yang terbentuk dari intraksi yang signifikan. Faktor resiko dipandang sebagai hal-hal yang bersifat memperlemah, yang membuat individu menjadi rentan untuk mengalami stress. Sedangkan faktor protektif tidak lain merupakan faktor yang memperkuat, memberikan pengaruh positif bagi individu untuk mampu memunculkan strategi koping efektif terhadap stress yang dialami. Jika dipandang dari konsep Skinner tentang pengkondisian operan dalam metode belajar melalui hadiah dan hukuman. Mengacu pada fakta bahwa tingkah laku yang diberi perkuatan (*reinforcement)* akan cendrung di ulang, sedangkan tingkah laku yang diberikan hukuman akan cendrung dihentikan oleh organisme. Selanjutnya akan kita uraikan lebih jelas lagi kekuatan serta juga kaitan yang sangat berpengaruh ini.

a. Pengkondisian operan (perkuat/hukuman)

Istilah ini mengacu pada apa saja yang ada dalam lingkungan yang memperkuat suatu tingkah laku. Setiap tingkah laku yang meningkatkan probabilitas bahwa individu bertahan hidup cendrung diperkuat. Makan,

[44] Cahaya Afriani Napitupulu, *Resiliensi Remaja yatim piatu di panti Asuhan Mardi Yogyakarta,* (Yogyakarta :2009) hlm. 9

seks, perhatian orang tua merupakan kelangsungan hidup yang perlu ada bagi individu, dan setiap tingkah laku yang menghasilkan kondisi-kondisi ini diperkuat. Luka penyakit, musibah serta cuaca yang ektrem akan merusak atau menggangu kelangsungan hidup, dan setiap tingkah laku yang cendrung meredukasi atau menghindari kondisi-kondisi ini juga diperkuat.[45]

Sedangkan hukuman dapat didefinisikan sebagai lawan dari perkuatan karena dirancang untuk melemahkan atau menghilangkan suatu respon, tidak untuk meningkatkannya. Karena perkuatan mengatakan kepada individu hal yang harus dilakukan sedangkan hukuman mengatakan kepada individu hal yang tidak boleh dilakukan. Ada banyak masalah kalau menggunakan hukuman, seperti: tingkah laku yang dihukum tidak dilupakan tetapi hanya ditekan dan tingkah laku itu akan muncul kembali bila hukuman tidak ada lagi, hukuman menyebabkan agresi meningkat dan hal ini memperlihatkan bahwa agresi adalah cara untuk menanggulangi masalah, menciptakan ketakutan yang dapat menimbulkan berbagai tingkah laku yang tidak diinginkan misalnya: takut kesekolah, dan hukuman tidak menuntun individu kearah tingkah laku yang diinginkan. Menurut Huitt atau Hummel (1997), ada empat metode yang digunakan pada pengkondisian operan, yaitu perkuatan positif, perkuatan negative, hukuman positif dan hukuman negative.

---

[45] Yustinus Semium.*Teori- Teori Kepribadian Behavioristik*,(Yogyakarta: Kanisius, 2020) hal. 95

1) Pemerkuatan positif

Perkuatan yang berdasarkan prinsip bahwa frekuensi respon meningkat karena diikuti oleh stimulus yang mendukung (hadiah), diistilahkan dengan *perkuatan positif*. Apabila setiap stimulus ditambah pada suatu situasi meningkatkan probabilitas bahwa suatu tingkah laku tertentu akan terjadi juga disebut *perkuatan positif*. Skinner berpendapat bahwa perkuatan positif adalah konsekuensi-konsekuensi yang menyenangkan atau diinginkan yang menyusul respond dan meningkatkan kemungkinan bahwa respon tersebut akan diulangi lagi. Bentuk-bentuk perkuatan positif berupa hadiah, contoh hadiah di tempat kerja antra lain bonus berupa uang, promosi, pujian, karyawan dibayar pada waktu libur, contoh lain berupa pahala yang diberikan kepada orang-orang yang layak seprti orang yang menerima kondisi dirinya seutuhnya. Pemberian hadiah mungkin tidak akan menyebabkan tingkah laku yang diinginkan, tetapi hadiah harus mendorong individu untuk menghasilkan tingkah laku yang diinginkan supaya menjadi perkuatan positif. Berarti perkuatan ini harus menjadi motivasi utama bagi individu.

2) Perkuatan negative

Perkuatan yang berdasarkan prinsip bahwa frekuensi respon akan meningkat karena stimulus yang merugikan (tidak menyengkan). Menurut Skinner Perkuatan negatif menggunakan

system hadiah, seseorang dihadiahi untuk tingkah laku yang diinginkan dengan cara menghilangkan sesuatu yang tidak menyenangkan. Penghilang adalah hadiah, contoh seorang karyawan mungkin merasa tidak senang kalau dia diawasi dari dekat oleh pengawas, tetapi kalau dia melakukan pekerjaan dengan standar yang sangat tinggi mungkin pengawas tidak mengawasinya lagi dari dekat, contoh lain yang dapat dilihat dari segi resiliensi berupa rasa untuk bangkit seseorang dari keterpurukansehingga ia memperoleh hadiah yang berupa pahala.

Perkuatan negative berbeda dari perkuatan positif, karena perkuatan negative menghilangkan kondisi aversif (yang tidak menyenangkan) sedangkan perkuatan positif menyajikan stimulus yang bermanfaat. Hanya saja akibat dari perkuatan negative sama dengan perkuatan positif, yaitu keduanya memperkuat tingkah laku. Beberapa orang makan karena mereka menyukai makanan khusus, sedangkan orang lain makan untuk mengurangi keperihan perut disebabkan karena lapar. Bagi orang pertama makan adalah pemerkuat positif sedangkan bagi orang kedua menghilangkan kelaparan adalah pemerkuat negative. Dalam kedua contoh ini, tingkah laku makan diperkuat karena akibatnya adalah menghadiahi.[46] Selain itu contoh yang dapat disimpul berupa pahala, sebagaian orang bersabar serta menahan diri dari segala hal

[46] Yustinus Semium.*Teori- Teori Kepribadian Behavioristik*…. Hal. 97-98

agai ia mendapatkan pahala sedangkan sebagian lagi bangkit dari ketrpurukan agar mendapatkan ketenangan jiwa dan dia mendapatkan pahala.

3) Hukuman positif

Tipe hukuman yang sudah biasa dikenal adalah hukuman positif, hukuman positif lebih mudah diidentifikasi oleh orang-orang karena sudah biasa dalam masyarakat. Hukuman positif terjadi bila stimulus disajikan sesudah tingkah laku yang tidak diinginkan dan peristiwa-peristiwa berikutnya dari tingkah laku yang tidak diinginkan itu berkurang atau dihilangkan.

Hukuman positif efektif dalam menghilangkan tingkah laku yang tidak diinginkan, akan tetapi memiliki keterbatasan-keterbatasan, seperti dapat menimbulkan reaksi yang tidak baik layaknya sikap pasif, ketakutan, kecemasanatau kebencian. Hukuman dianggap lebih efektif bila stimulus segera ditambah, sesudah tingkah laku yang tidak diinginkan sebagai yang berlawanan, dengan stimulus yang tertunda. Hukuman lebih dapat diterima dari pada perkuatan karena "orang-orang berpendapat bahwa mereka bebas memilih untuk tingkah laku dalam cara-cara yang bertanggung jawab untuk menghindari hukuman".[47] Contoh lain seperti bertanggung jawab atas dirinya sehingga apa yang

[47] Yustinus Semium.*Teori- Teori Kepribadian Behavioristik*…. Hal. 102

menyebabkan ketidakbaikan pada dirinya maka akan di ubah supaya tidak terjerumus dalam dosa.

4) Hukuman negative

Hukuman negative adalah menghilangkan stimulus yang menyenagkan dengan tujuan untuk mengurangi frekuensi tingkah laku. Biasanya tingkah laku segera berkurang, salah satu contoh hukuman negative kepada seorang karyawan kantor yang menggangu kawan-kawan kerjanya dengan terus menerus mengobrol tentang hal-hal yang tidak terkait dengan pekerjaannya. Teman-teman kerjanya selalu memberikan respon yang menyenangkan sehingga dia tetap mempertahankan tingkah lakunya yang menggangu. Pengawas menginformasikan kepadanya bahwa kalau dia tetap menggangu, dia tidak akan menerima kenaikan gaji tahunan. Bentuk lain dari hukuman negative berupa pencopotan jabatan dan memindahkan nya ke daerah terpencil. Adapun contoh yang berhubungan dengan keterpurukan seperti orang-orang yang terus-terusan menangis bila ia ditimpakan musibah hingga membuat dirinya terluka, bahwa hal itu merupakan ujian yang harus dilalui oleh seorang manusia.

Sebagaimana yang telah diuraikan, operant conditioning (pengkondisian operan) tingkah laku yang diharapkan muncul setalah memperoleh perkuatan artinya tingkah laku yang diberikan perkuatan

(*reinsforsment*) akan cendrung di ulang, sedangkan tingkah laku yang tidak diberi perkuatan atau dihukum cenderung dihentikan oleh organisme.

Dari sudut pandang Samsu Yusuf mengatakan reinforcement "peneguhan" dimana peneguhan ini dibagi menjadi dua macam, yakni: peneguhan positif, yaitu suatu rangsangan (stimulus) yang memperkuat atau mendorong suatu respon (tingkah laku tertentu). Peneguhan positif ini berbentuk reward (ganjaran atau hadiah, atau imbalan), baik secara verbal (kata-kata atau ucapan pujian) maupun non verbal (isyarat, senyum hadiah berupa benda-benda dan makanan). Kemudian peneguhan negative, merupakan suatu rangsangan (stimulus) yang mendorong seseorang untuk menghindari respon tertentu yang konsekuensinya atau dampaknya tidak memuaskan (menyakitkan atau tidak menyenangkan).[48]

Dalam Al-quran juga telah menjelaskan hal serupa terkait proses tingkah laku manusia dalam proses hadiah dan hukuman:

فَمَنْ يَفْعَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ﴿٧﴾ وَمَنْ يَفْعَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ ﴿٨﴾

Artinya: barangsiapa yang mengajarkan kebaikan seberat dzarrahpun, niscaya dia akan melihat (balasan) nya. Dan barang siapa yang mengerjakan kejahatan sebesar dzarahpun, niscaya dia akan melihat (balasan) nya pula (QS, Az-Zalzalah: 7-8)[49]

---

[48] Syamsul Yusuf, *Psikologi Agama (perspektif pendidikan agama islam),*(Bandung: Pustaka Bani Quraisy 2005) Hal.115-116

[49] Q.S, Az-Zalzalah. 7-8

Dari Ayat ini dalam tafsir Al-Azhar, Syaikh Muhammad Abdul dalam tafsirnya menegaskan ayat ini telah menyatakan bahwa segala amalan dan usaha, baiknya dan buruknya besar dan kecilnya akan dinilai oleh tuhan. Baik yang berbuatnya orang beriman maupun orang kafir, lebih ditegasnya lagi, bahwa amal kebaikan orang kafir dihargai tuhan, meskipun dengan demikian tidak terlepas dari pada hukuman kekafirannya.[50]

Dari ayat di atas menggambarkan bahwa reinsforsment atau ganjaran merupakan alat pendidikan bagi anak supaya dapat merasa senang, karena perbuatan atau pekerjaannya mendapatkan penghargaan. Ganjaran merupakan alat pendidikan yang bersifat refresif positif, tetapi disamping fungsinya sebagai alat pendidikan refresif yang positif ganjaran merupakan alat motivasi yaitu alat yang bisa menimbulkan prilaku itu terulang kembali. Ganjaran dibentuk menjadi dua yaitu bersifat badani dan rohani, diantaranya seperti isyarat, perkataan, perbuataan dan yang berbentuk badani, sedangkan di sisi lain meliputi pujian, penghormatan, hadiah, dan penghargaan.[51]

Merujuk dalam kemampuan resilien pada individu, bahwa seseorang yang resilien memiliki cara untuk segera memulihkan kondisi psikologisnya, lalu kemudian bergerak bangkit kembali dari

---

[50] Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, (Singapura: Pustaka Nasional, 2003) Hal.8085

[51] Mahfud Junaedi, *Pradigma Baru Filsafat Pendidikan Islam*, cet ke-1, (Depok: Kencana 2017) Hal.288-292

keterpurukan yang menimpanya. Dengan mengkaitkan diri pada reinforcement atau ganjaran yang artinya konsekuensi-konsekuensi yang menyenangkan atau diinginkan yang menyusul respon hingga meningkatkan kemungkinan bahwa respon tersebut akan diulangi lagi. Ini, sebagaimana yang diberikan kepada seseorang yang mendapatkan pola didikan yang baik seperti pemberian hadiah ketika ia melakukan hal yang benar, dan juga pola didikan yang hangat dalam proses perkembanganya. Maka besar kemungkinan dia dapat mempertahankan resiliensi dalam dirinya (individu).

Keluarga memiliki peran yang sedemikian besar terhadap kondisi manusia dan masyarakat pada umumnya, segala seuatu yang terjadi dalam keluarga akan mempengaruhi sehat tidaknya perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikologis. Jika dalam keluarga tidak terdapat suasana yang kondusif dan relasi yang harmonis akan berdampak pada perkembangan yang kurang baik di dalamnya. Sebaliknya jika keluarga berada pada kondisi yang baik, dimana setiap orang dapat berkomunikasi secara terbuka dan berinteraksi dalam suasana yang hangat serta penuh dukungan akan mendorong perkembangan kearah yang lebih positif.[52]

Perkembangan merupakan rangkain perubahan yang bersifat adaptif, yang mecakup proses belajar yang dilakukan oleh individu dalam kurun waktu tertentu, dan melibatkan pengaruh faktor pengalaman serta

[52] Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*, (Jakarta timur: Prenadamedia Group, 2018) hal.12

stimulus dalam lingkungan. Masten mengemukakan bahwa resiliensi memiliki keterkaitan dengan pencapaian tugas perkembangan individu.[53] Individu yang resiliensi akan menunjukkan pemenuhan yang lebih baik terhadap tugas-tugas perkembangannya.

Dengan demikian, berdasarkan hasil temuan mengenai hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristik yaitu tingkah laku manusia dapat diulang kembali dengan *reinforcement* atau ganjaran yang dijadikan sebagai alat pendidikan yang bersifat refresif positif serta berfungsi memotivasi individu dalam keadaan terpuruk dengan proses belajar melalui hukuman, oleh karena itu hubungan yang terjalin memiliki keterikatan satu sama lain antara resiliensi dengan pendekatan behavioristic saling membutuhkan, resiliensi dijadikan sebagai acuan untuk bangkit kembali sedangkan pendekatan behavioristic ini membantu individu merubah prilaku yang buruk menjadi baik agar dapat bangkit kembali melalui didikan yang mengarahkan kedalam positif. Adapun jika diukur dari segi pahala dan dosa setiap perbuatan yang dilakukan oleh menusia akan mendapatakan balasan walau hanya sebiji dzarrah baik dosa maupun pahala.

[53] Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*…..hal.12

2. Pengembangan Resiliensi Dengan Pendekatan Behavioristik Menurut Hadist Rasulullah.

Pembahahasan tentang konsep hadist berkaitan dengan kehidupan Rasulullah Saw. Yang di ambil dari seluruh ucapan, perbuatan, dan tindakan beliau yang di tafsirkan oleh sahabat sebagai sikap menyetujui atau tidak menyetujui suatu yang disebut taqrir. Oleh karena itu, membahas hadist perlu kehati-hatian dan melebihi norma-norma ilmiah karena pembenaran terhadap prilaku Rasulullah Saw oleh peneliti hadist akan menjadi pedoman hidup umat islam.

Menurut Fazlur Rahman devinisi Hadist secara Harfiyah adalah cerita, penuturan, laporan, atau sebuah narasi singkat yang mempunyai tujuan untuk memberikan informasi tentang apa yang dikatakan, dilakukan, disetujui atau tidak setujui oleh Nabi Saw, dan juga informasi yang sama mengenai para sahabat, terutama sahabat khulafa al-rasyidin. Dari makna hadist yang disampaikan Fazlul Rahman ini dapat dari Nabi dan para sahabat adalah mempunyai kata sinonim yaitu hadist atau berita.

Dari uraian di atas dapat kita kutip bahwa hadist merupakan informasi terlengkap kedua setelah Al-Qura'an, bahkan seluruh entitas dalam kehidupan ini termasuk dalam pendidikan dan berbagai demensi sosial yang lain, demikian juga tentang daya bangkit dari keterpurukan atau disebut resiliensi. Resiliensi dipandang sebagai kekuatan dasar yang menjadi pondasi berbagai karakter positif dalam diri seseorang. Secara umum resiliensi di tandai dengan sejumlah karakteristik, antara lain

kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stres ataupun bangkit dari trauma yang dialami.[54]

Tidak semua manusia memiliki kekuatan tersebut, ada juga individu yang tak mampu menanganinya hingga terjerumus kedalam hal yang tidak diinginkan. Stres dalam resiliensi merupakan suatu tekanan yang dialami oleh individu akibat persoalan atau kondisi tertentu yang terjadi diluar harapan (stressor) karena adanya tuntunan-tuntunan yang tidak dapat dipenuhi, atau hal-hal lain yang menyebabkan ketidakseimbangan dalam hidup individu.[55]

Ketika individu menjumpai kondisi lingkungan yang penuh tekanan, menilainya sebagai ancaman besar hingga melampaui batas kemampuan kopingnya, sebagaiman yang dilakukan oleh orang-orang yang mencabik-cabik dirinya ketika ia menerima berita kematian seseorang yang disayanginya. Dalam sabda rasulullah:

حدثنا أبو نعيم حدثنا سفيان حدثنا زبيد اليامي عن إبراهيم عن مسروق عن عبد الله رضي الله عنه قال قال النبي صلى الله عليه وسلم : ليس منا من لطم الخدود وشق الجيوب أو دعا بدعوى الجاهلية

"Telah menceritakan kepada kami Abu Nu'aim telah menceritakan kepada kami Sufyan telah menceritakan kepada kami Zubaid Al Yamiy dari

---

[54] Luthar, *Resilience and Vulnerability, Adaptation In the Context of Chilhood Adversities*, (Cambridge: cambridge university press, 2003)

[55] Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologi*, (Jakarta timur: Prenadamedia Group 2018) hal.31

Ibrahim dari Masruq dari 'Abdullah radliallahu 'anhu berkata; Nabi Shallallahu'alaihiwasallam telah bersabda: "Bukan dari golongan kami siapa yang menampar-nampar pipi, merobek-robek baju dan menyeru dengan seruan jahiliyyah (meratap) ".” (HR. Bukhari No.1212)

Dalam hadistnya yang lain rasulullah bersabda:

أنا بريء من الصالقة والحالقة والشاقة

“aku berlepas diri dari wanita yang berteriak-teriak, mencukur rambut dan robek-robek pakaian.” (HR. Bukhari Muslim)

Hadist di atas menerangkan tentang prilaku negative yang dibuat oleh manusia (jahilliyah) perilaku yang tidak memiliki keseimbangan diri hingga ia meratapi hasil dari perbuatan tersebut. Perbuatan tersebut tidak boleh dibesarkan dalam diri manusia karena akan menimbulkan beberapa faktor kedepan yang akan membuat manusia terjeremus dalam keburukan, dalam Nabi SAW sebagai berikut:

حدثنا أبو عامر حدثنا علي يعني ابن المبارك عن يحيى بن أبي كثير عن زيد بن سلام عن أبي سلام قال قال أبو مالك إن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : إن في أمتي أربعا من الجاهلية ليسوا بتاركيهن : الفخر بالأحساب والاستسقاء بالنجوم والناحية على الميت فإن النائحة إن لم تتب قبل أن تموت فإنها تقوم يوم القيامة عليها سرابيل من قطران ثم يعلى عليها درع من لهب النار

"Telah menceritakan kepada kami abu amir telah menceritakan kepada kami ali bin al mubarak dari yahya abu katsir dari zaid bin sallam dari abu sallam, ia berkata, abu malik berkata, bahwa rasulullah bersabda, ada empat perkara pada umatku yang termasuk jahiliyyah yang belum ditinggalkan : berbangga pada keturunan, mencela nasab, meminta hujan dengan bintang-bintang dan meratap mayit, jika seorang yang meratapi mayit tidak bertaubat sebelum meninggalnya maka pada hari kiamat akan dibangkitkan dengan memakai baju dari ter kemudian bagian atasnya dikenakan kobaran api neraka." (HR.Ahmad Bin Hambal, 21.830)

Diantara perbuatan tersebut merupaka perbuatan yang tercela atau kufur, yang akan membawa kepada kehancuran. Jika ia seorang mukmin yang hakiki maka ia akan mengetaui ganjaran yang diberikan atau dijanjikan Allah swt kepadanya hingga ia mampu bersabar. Kesabaran mendatangkan pertolongan dari Allah dan ganjaran pahala bagi orang yang bersabar sangat besar, orang yang bersabar mendapatkan pahala dari Allah dua kali lipat.

Kesabaran Allah beserta orang-orang yang sabar merupakan pahala yang tidak dapat dihitung, kesabaran akan membawa kemenangan. Allah memberikan kepada orang-orang yang sabar berdeda dari yang lain, orang yang sabar diberikan rahmat, keberkahan serta petunjuk.[56] Sabar adalah separuh dari iman, rahasia dalam kebahagian manusia, menjadi sumber kekuatan dikala tertimpa musibah, sebagai bekal seorang mukmin saat terjadi beragam bencana dan fitnah yang berkelanjutan. Ini yang akan membawanya untuk konsisten dalam

[56] Sa'id Hawa, *Tazkitun Nafs*, (Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2006) hal. 386-387

menjalankan syariat Allah dan membawanya dari keterjerumusan kedalam jurang kebinasaan dan juga kesesatan.

Sabar merupakan perilaku yang mengharapkan hadiah berupa pahala, dilakukan oleh orang-orang yang mampu mempertaruhkan dirinya demi kehidupan berikut. Sabar dapat dikatagorikan sebagai bagian untuk memperkuat resiliensi.Individu yang resilien juga merasakan emosi negative atas kejadian traumatic yang dialaminya. Mereka juga merasakan cemas, khawatir, takut, sedih serta kecewa akan tetapi individu yang resilien memiliki cara tersendiri untuk segera memulihkan kondisi psikologisnya, lalu bergerak bangkit dari keterpurukan. Sama halnya dengan orang yang sabar yang memulihkan kondisi psikisnya dengan cara menahan diri dari segala hal yang tertimpanya.

Sabar dalam islam merupakan hal yang harus di latih dan mesti ada dalam setiap muslim, dengan bersabar seorangan muslim akan ingat bahwa akan ada pahala baginya yang bersabar dan akan datang dosa bagi yang tidak sanggup menahan diri (sabar). Sabar merupakan akhlak yang terpuji yang bisa didapatkan dengan latihan dan usaha yang maksimal sebagaimna firman Allah SWT:

وَاصْبِرْ عَلَى مَآ أَصَابَكَ ۖ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُوْرِ ﴿١٧﴾

"Dan bersabarlah apa yang menimpa kamu, sesungguhnya yang demikian itu termasuk hal-hal yang diwajibkan (oleh Allah), (Qs. Luqman: 17)[57]

Sikap sabar telah dicontohkan oleh para nabi dan rasul, salah satunya yang telah dicontohkan oleh Nabi Ayyub AS. Nabi Ayyub merupakan putra Nabi yusuf yang menerima coba dari Allah dengan kesakitan yang begitu parah.

Diriwayatkan, bahwa nabi ayyub orang yang sangat kaya ia memiliki perternakan, kebun, dan sawah. Secara fisik nabi ayyub di anggap sempurna. Gagah dan tinggi, istrinya pun di kenal sangat cantik luar biasa. Tak hanya itu Allah mengaruniai beliau 12 anak laki yang juga sama gagahnya dan sama pintarnya.[58]

Diriwayatkan pula, nabi ayyub merasakan kesangan hidup, kebahagian berlimpah harta, selama 20 tahun lamanya. Dua puluh tahun tanpa cobaan hidup. Hingga pada suatu hari datanglah hari dimana Allah memberikan cobaan hidup kepada nabi Ayyub dengan tiga hari yang diketahui begitu pedih.

Hari pertama, datanglah penyakit nabi Ayyub yang tidak ada obatnya bahkan lebih memprihatinkan, badan nabi Ayyub membusuk sehingga banyak belatung menempel ditubuhnya, tidak ada sejengkal pun dari tubuhnya membusuk kecuali hati dan lisan. Akhirnya nabi Ayyub ditinggalkan oleh orang-orang sekitar. Hingga nabi Ayyub

[57] Q.S, Luqman. 17

[58] Wirda Mansur, *Be The New You*, (Jakarta: Huda Media 2018) hal. 196

harus pindah ketempat yang jauh sekali hanya ditemani oleh satu istrinya saja.

Hari kedua, Allah mencabut 12 orang nyawa anak nabi Ayyub. Diceritakan pada saat berkumpul bersama, tiba-tiba bangunan roboh, dan membuat mereka meninggal seketika. Kemudian hari ketiga, Allah mengambil habis harta nabi Ayyub. Tidak ada yang tersisa satu pun, anak nya meninggal, hartanya habis dan beliau dalam keadaan sakit yang sanggat parah.[59]

Namun disinilah dapat diketahui bahwa nabi ayyub berjiwa penenang, tidak pernah mengeluh dalam Al-Qur'an dinyatakan bahwa nabi Ayyub merupakan sosok orang yang sangat penyabar. Dalam firman-Nya Q.S Sad : 44

إِنَّا وَجَدۡنَٰهُ صَابِرٗاۚ نِّعۡمَ ٱلۡعَبۡدُۖ إِنَّهُۥٓ أَوَّابٞ ﴿٤٤﴾

Artinya : "sesungguhnya kami dapati dia (ayyub) seseorang yang sangat sabar, dialah sebaik-baik hamba. Sunggu, dia sangat taa'at (kepada Allah)" (Q.S Sad: 44)[60]

Setelah sekian lama menderita penyakit, Allah menyembuhkan penyakit nabi Ayyub. Dalam surah al-anbiya:83 nabi ayyub berdoa kepada Allah yang artinya: "ya tuhan ku, sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit dan engkau adalah tuhan maha penyayang diantara semua penyayang (Qs, Al-Anbiya: 83) dengan begitu Allah

[59] *Ibid*, hal. 197

[60] Q.S, Sad. 44

mewahyukan kepadanya (nabi Ayyub) agar menghentakkan kakinya ke tanah, lalu nabi Ayyub melakukannya tiba-tiba memancarkan air yang sejuk, kemudian ia mandi dari padanya, lalu nabi Ayyub sembuh dengan izin Allah Azza wa jalla, tidak ada satupun luka dan penyakit yang dirasakannya melainkan sembuh seluruhnya, ia juga minum air tersebut sehingga tidak ada satupun melainkan keluar dari tubuhnya dan dirinya kembali sehat seperti sebelumnya sebagai orang yang rupawan. Dan Allah melipat gandakannya, dalam ayat lain Allah swt berfirman:

فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ فَكَشَفْنَا مَا بِهِۦ مِن ضُرٍّ ۖ وَءَاتَيْنَٰهُ أَهْلَهُۥ وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ رَحْمَةً مِّنْ عِندِنَا وَذِكْرَىٰ لِلْعَٰبِدِينَ ﴿٨٤﴾

"Maka kami kabulkan (doa) nya, lalu kami lenyapkan penyakit yang ada dan kami kembalikan keluarganya kepadanya, dan kami (lipatgandakan bilangan mereka) sebagai suatu rahmat dari sisi kami dan untuk menjadi peringatan bagi yang menyembah Allah" (Q.S Al-Anbiya: 84)

Selain penyakit beliau sembuh sempurna seperti sedia kala, kemudian Allah kembalikan anaknya melalui istrinya yang melahirkan anak kembar, hingga jumlahnya ada dua puluh empat anak dan harta nabi ayyub juga kembali kepada beliau. Itulah yang di maksud lipat gandakan bilangan mereka.[61]

[61] Wirda Mansur, *Be The New You*, (Jakarta: Huda Media, 2018) hal. 199

Dari kisah Nabi Ayyub kita dapat mengambil kesimpulan bahwa sabar merupakan perbuatan yang disukai Allah. Perihal sabar telah ditulis dalam Al-Qur'an dan hadist, berarti sikap sabar sifat yang harus dikembangkang oleh manusia. Kemudian sabar juga meliliki keutamaannya dan Allah telah menjanjikan berita gembira buat yang bersabar apalagi ketika ia dihadangkan oleh masalah-masalah atau bencana yang menimpanya. Qur'an, Al-Baqarah: 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya: "Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepada kamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Q.S Al-Baqarah: 155)[62]

Kemudian dikuatkan lagi dalam hadist Rasulullah SAW. Makna berita gembira yang dimaksud dalam ayat di atas. Dalam sabdanya sebagai berikut:

عن أبي هريرة أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال يقول الله تعالى ما لعبدي المؤمن عندي جزاء إذا قبضت صفيّه من أهل الدنيا ثم احتسبه إلا الجنة

[62] Q.S. Al-Baqarah. 155

Artinya: “Dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah shallallahu alaihi wasallam bersabda: Allah Ta’ala berfirman: Tidak ada balasan yang sesuai disisi-Ku bagi hamba-Ku yang beriman, jika aku mencabut nyawanya orang-orang yang dicintai didunia, kemudian ia rela dan bersabar kecuali surga.” (HR. Bukhari, No. 5944 Shahih Bukhari)

Dalam hadist yang lain, Nabi SAW. Juga menerangkan keutamaan orang yang bersabar ketika menghadapi musibah. Sebagaimana dalam sabda nabi yang artinya ketika terjadi musibah pada seorang hamba, baik pada badannya, hartanya atau anaknya kemudian dia menghadapinya dengan kesabaran yang baik, maka pada hari kiamat Allah malu untuk memasang timbangan baginya dan malu untuk membentangkan buku catatan amalannya.”

Hadist di atas menunjukkan keutamaan orang bersabar ketika dilanda musibah, maka sebaik-baik orang yaitu dengan bersabar, sebagaimna peran nabi ayyub ketika menerima musibah yang begitu besar dalam dirinya, dengan bersabar maka akan dilipat gandakan dengan yang lebih sempurna.

Indicator terbesar dalam resiliensi dengan pendekatan behavioristic yaitu menumbuhkan sikap sabar. Adapun tujuh faktor yang menjadi komponen utama dari resiliensi antara lain:

a. Regulasi emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk tetap tenang walaupun berada dibawah kondisi yang menekan hidupnya. Kemampuan tersebut dikendalikan individu dengan cara focus pada masalah yang di

hadapinya hingga dapat menemukan solusi yang harus diselesaikan. Selain itu mengontrol diri dengan merelaksasikan diri. Hal ini dapat dilakukan oleh orang yang mampu menahan diri atau bersabar dalam segala situasi.

حدثنا أحمد بن حنبل حدثنا أبو معاوية حدثنا داود بن أبي هند عن أبي حرب بن أبي الأسود عن أبي ذر قال إن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال لنا إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس فإن ذهب عنه الغضب وإلا فليضطجع

Telah menceritakan kepada kami Ahmad bin Hanbal berkata, telah menceritakan kepada kami Abu Mu'awiyah berkata, telah menceritakan kepada kami Daud bin Hind dari Abu Harb bin Abul Aswad dari Abu Dzar ia berkata, "Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam kepada kami, "jika salah seorang dari kalian marah dan ia dalam keadaan berdiri, hendaklah ia duduk. Jika rasa marahnya hilang (maka itu yang dikehendaki), jika tidak hendaklah ia berbaring. (H.R Abu Daud. No 4151. Shahih)

Hadits diatas dicerminkan kepada mereka, salah satu cara mengelola emosinya dengan cara menahan diri dari segala perbuatan yang di anggap menyakiti hatinya. Maka salah satu cara untuk mampu mengontrol emosinya sebagaimana yang telah diuraikan dalam hadits diatas, apabil kamu dalam keadaan berdiri kamu sedang marah maka duduklah dan jika belum berhasil dengan cara tersebut maka berbaringlah.

b. *Impulse control* (pengendalian impuls)

Pengendalian impluls adalah kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang mempunyai kemampuan pengendalian yang rendah akan cepat mengalami perubahan emosi ketika berhadapan dengan berbagai stimulasi dari lingkungan. Hal tersebut akan berdampak buruk bagi individu tersebut baik dari segi pengendalian pikiran, perasaan maupun prilaku mereka. Dampak yang di akibatkan oleh individu berupa, menunjukkan prilaku mudah marah dan lain sebagainya.

Sedangkan Individu yang mampu mengendalikan implusivitasnya dengan cara mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respons yang tepat pada permasalahan yang ada. Jika ditinjau dari segi agama islam kemampuan tersebut dapat dikendalikan oleh sifat sabar sebagaimana sabda Rasulullah SAW.

عن ابن عمر قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم ما تجرع عبد جرعة أفضل عند الله عز وجل من جرعة غيظ يكظمها ابتغاء وجه الله تعالى

Artinya:"Dari Ibnu Umar dia berkata; Nabi SAW. Bersabda: 'tidaklah seorang hamba menahan sesuatu yang lebih utama di sisi Allah selain menahan kemarahan karena mengharapkan ridha Allah Ta'ala." (HR. Ahmad Bin Hambal. No 5842)

Hadits diatas dijadikan sebagai contoh apabila kamu (individu) berada dalam kegelisahan atau dalam keadaan tidak terkontol emosi, pikiran dan lain sebagainya, maka sebaik-baik cara mengendalikannya dengan menumbuhkan rasa sabar dalam diri individu karena sikap menahan diri dari segala situasi merupakan sikap yang harus dijunjung tinggi, karena mereka mengharapkan ridhanya Allah.

c. *Optimism* (optimisme)

Individu yang resilien dapat menjadikan individu tersebut yang optimis, karena individu yang optimis memiliki harapan serta kepercayaan bahwa kehidupan meraka dapat berubah menjadi lebih baik. Individu yang optimis juga mempercai dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi keadaan yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi di masa depan.

Hal ini dapat merefleksikan efikasi diri yang dimiliki, yakni kepercayaan bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan dapat mengendalikan hidupnya. Optimis merupakan sikap yang harus dimiliki oleh seorang muslim, dengan optimis seorang muslim mampu menahan diri dalam mendapatkan keridhaan Allah ta'ala. Sabda rasulullah:

عن أنس بن مالك عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال عظم الجزاء مع عظم البلاء وإن الله إذا أحب قوما ابتلاهم فمن رضي فله الرضا ومن سخط فله السخط

Artinya: Dari Anas bin Malik dari rasulullah, bahwa beliau bersabda: "Besarnya pahala sesuai dengan besarnya cobaan. Dan sesungguhnya apabila Allah mencintai suatu kaum maka Dia akan menguji mereka. Oleh karena itu, barang siapa yang ridha (menerima cobaan tersebut) maka baginya keridhaan, dan barang siapa murka maka baginya kemurkaan. (HR. Ibnu Majah. No 4021)

Dalam hadist tersebut keutamaan orang yang mampu bersabar serta menumbuhkan sikap optimis dalam dirinya. Ketika ia mampu menahan semuanya dan percaya akan ada hikmah dibalik semuanya maka Allah akan menjadikan ia sebagai pilihan serta mendapatkan keridhaan Allah, tidaklah lebih baik bagi manusia melainkan mendapat ridha dari tuhan-Nya.

d. *Casual analysis* (analisis kausal)

Individu mempunyai kemampuan untuk menerapkan causal analysis, yaitu suatu kemampuan individu untuk mengidentifikasikan secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi.

Gaya berfikir explanatory memiliki kaitan yang kuat dengan casual analysis yang memegang peran penting dalam konsep resiliensi Dalam hal ini individu yang reiliensi individu yang

mempunyai gaya dengan fleksibelitas kognitif. Individu mampu mengidentifikasi segala yang menyebabkan kemalangan. Individu yang resiliensi tidak akan menyalahkan orang lain atas segala perbuatan yang diperbuat demi menjaga harga diri atau membebaskan diri dari rasa bersalah. Individu akan berfokus dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, sehingga perlahan ia akan memulai mengatasi permasalah yang ada, mengarahkan energy yang dimiliki untuk bangkit dan meraih kesuksesan.

Jika gaya tersebut dikaitkan dengan sabar ia mendapatkan kabar gembira berupa pahala yang sama halnya dengan orang yang mati syahit kedepannya.

حدثنا موسى بن إسماعيل حدثنا داود بن أبي الفرات حدثنا عبد الله بن بريدة عن يحيى بن يعمر عن عائشة رضي الله عنها زوج النبي صلى الله عليه وسلم قالت سألت رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الطاعون فأخبرني أنه عذاب يبعثه الله على من يشاء وأن الله جعله رحمة للمؤمنين ليس من أحد يقع الطاعون فيمكث في بلده صابرا محتسبا بعلم أنه لا يصيبه إلا ما كتب الله له إلا كان له مثل أجر شهيد

Artinya: Telah bercerita kepada kami Musa bin Ismail telah bercerita Daud bin Abu Al-Furat telah bercerita kepada kami ‘Abdullah bin Buraidah dari Yahya bin Ya’mar dari ‘Aisyah radhiallahu’anha, istri Nabi Shallahu ‘alaihi wasallam berkata. “Aku pernah bertanya kepada Rasulullah tentang masalah Tha’un lalu beliau mengabarkan aku bahwa tha’un (penyakit sampar, pes, lepra) adalah sejenis siksa yang Dia kehendaki dan sesungguhnya Allah menjadikan hal itu sebagai rahmat bagi kaum muslimin dan tidak seorangpun yang menderita tha’un lalu dia bertahan di tempat tinggalnya dengan sabar dan mengharapkan pahala dan mengetahui bahwa dia tidak terkena musibah melainkan karena Allah telah mentakdirkannya kepadanya, maka dia mendapatkan pahala seperti pahala orang yang mati syahid” (H.R Bukhari No 3215) Shahih.

Uraian hadits di atas merupaka kemampuan seseorang dalam mengidentifikasi segala kemalangan yang tertimpanya melainkan dikendalikan oleh sikap sabar.

e. *Empaty* (empati)

Empati merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengetahui tanda isyarat psikologis atau emosional yang diperlihatkan oleh orang lain. Individu yang memiliki kemampuan untuk menafsirkan bahsa-bahasa non-verbal yang diperlihatkan oleh orang lain melalui ekpresi wajah mereka, nada suara, bahasa tubuh, dan mampu menangkap apa yang orang lain pikirkan dan rasakan serta dapat mengakibatkan hubungan baik dengan sosial maupun orang lain.

Sedangkan yang tidak mampu membaca isyarat non-verbal sangat dapat merugikan dalam dunia kerja maupun dalam hubungan sosial atau orang lain, hal ini disebabkan oleh kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai. Individu dengan

empati yang rendah cendrung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resiliensi yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain.

Jika ditinjau dalam perpektif hadist dalam kontek sabar sabda Rasulullah:

عن أسيد بن حضير رضي الله عنه أن رجلا من الأنصار قال يا رسول الله ألا تستعملني كما استعملت فلانا قال ستلقون بعدي أثرة فاصبروا حتى تلقوني على الحوض

> Artinya: "Dari usaid bin Hudlair RA. Ada seseorang dari kalangan Anshar yang berkata: 'Wahai Rasulullah, tidak kah sepatutnya baginda mempekerjakanku sebagaimana baginda telah mempekerjakan sifulan? Beliau menjawab: Sepeninggalanku nanti, akan kalian jumpai sikap-sikap utsrah (individualis, egoism, orang yang mementingkan dirinya sendiri). Maka itu bersabarlah kalian hingga kalian berjumpa denganku ditelaga al-haudl (disurga)." (HR. Bukhari. No. 3508) shahih.

Dalam kontek hadist di atas, hendaknya kita menghargai orang dan menerima orang lain dengan sebagik-baik mungkin. Sebagai manusia yang baik, hendaknya kita mengetahui bahasa tubuh orang lain, dengan tidak menunjukkan sikap egoism kita kepada orang lain.

f. *Self efficacy* (efikasi diri)

Efikasi diri adalah sebuah keberhasilan dalam memecahkan sebuah masalah yang sedang dihadapinya untuk mencapai sebuah

kesuksesan. Efikasi diri juga merupakan hal yang begitu penting dalam mencapai resiliensi. Efikasi diri merupakan salah satu faktor kognitif yang menentukan sikap dan prilaku seseorang dalam sebuah permasalahan. Efikasi diri ini. Dengan keyakinan dan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan, individu akan mampu mecari penyelesaian yang tepat dari permasalahan yang ada, dan tidak mudah menyerah dalam berbagai kondisi maupun situasi yang sulit. Efikasi diri ini merupakan bagian dari optimis, ketika ia mendapatkan masalah ia mampu bangkit kembali dengan kemampuan yang dimilikinya.

g. *Reaching out* (mengapai keluar)

Reaching out merupakan salah satu sumber dari resiliensi, akan tetapi banyak individu yang tidak mampu melakukannya. Ketidakmampuan melakukanya dikarenakan sejak kecil individu-individu diajarkan menghindari kegagalan dan menghindari kejadian yang memalukan semasa hidupnya.

Dalam kontet ini, adapun hadits Rasulullah yang membahas mengenai kebangkitan atau daya bangkit dari keterpurukan jika menghadapi kegagalan, maka seorang individu tidak boleh lemah dan putus asa dari rahmat Allah tetap teguh dengan pencapai serta sabar dari setiap ujian. Sebagaimna sabda Rasulullah:

حدثنا أبو بكر بن أبي شيبة وابن نمير قالا حدثنا عبد الله بن إدريس عن ربيعة بن عثمان عن محمد بن يحيى بن حبان عن الأعرج عن أبي هريرة قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كذا وكذا ولكن قل قدر الله وما شاء فعل فإن لو تفتح عمل الشيطان

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Abu Bakr bin Abu Syaibah dan Ibnu Numair mereka berdua berkata: telah menceritakan kepada kami ‘Abdullah bin Idris dari Rabi’ah bin ‘Utsman dari Muhammad bin Yahya bin Habban dari Al-A’raj dari Abu Hurairah dia berkata, Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda, ‘Orang mukmin yang kuat lebih baik dan dicintai oleh Allah Subhanahu wa Ta’ala daripada orang mukmin yang lemah. Pada masing-masing terdapat kebaikan. Capailah dengan sungguh-sungguh apa yang berguna bagimu, mohonlah pertolongan kepada Allah ‘Azza wa Jalla dan janganlah kamu menjadi orang yang lemah. Apabila kamu tertimpa suatu kemalangan, maka janganlah kamu mengatakan “Seandainya tadi saya berbuat begini dan begitu, niscaya tidak akan menjadi begini dan begitu.” Tetapi katakanlah ‘ini sudah takdir Allah dan apa yang dikehendaki-Nya pasti akan dilaksanakan-Nya. Karena sesungguhnya ungkapan kata ‘law’ (seandainya) akan membukakan jalan bagi godaan setan. (H.R Muslim. No 4816 Shahih)

Demikian, berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini mengenai pengembangan resiliensi dengan pendekatan behavioristik menurut beberapa hadist Rasulullah SAW. Yaitu

ditulis dalam kontek sabar, karena dilihat hadist-hadist yang mengutarakan sabar dalam menghadapi masalah memiliki kekuatan kuat serta dapat mengubah prilaku yang buruk dengan menahan diri dari apa yang dianggap buruk dalam kehidupan. Maka karena itu, pengembangan resiliensi ditinjau dalam prilaku sabar dengan menggunakan pendekatan behavioristik yang mengubah prilaku yang tidak baik dengan cara menahan diri dari keburukan dan tetap bersabar.

3. Kerangka Berpikir

Untuk mendapatkan point inti dari hasil penelitian maka peneliti menarasikan maksud dari hasil penelitian ini. Diantara hubungan resiliensi dengan pendektakan behavioristik terdapat faktor resiko dan protektif dalam resiliensi, dimana faktor protektif merupakan faktor yang memperkuat untuk melindungi individu dari segala rintangan kehidupan. Demilikian, faktor protektif dapat diperkuat oleh tingkah laku individu, sebagaimana dalam teori Skinner tentang pengkondisian operan yang merupakan suatu metode belajar melalui hadiah dan hukuman.

Tingkah laku akan cendrung diulang apabila tingkah laku disusul perkuatan (hadiah), dan tingkah laku yang diberi hukuman akan cendrung dihentikan oleh organisme, dengan demikian perkuatan atau hadiah memiliki fungsi sebagai alat untuk memotivasi tingkah laku yang dapat terulang kembali hingga mampu membuat individu menjadi pribadi yang resilien. Hal ini dapat digambarkan dalam struktur sebagai berikut:

Hubungan	Teori yang terkandung:	Yang mempengaruhi:
Resiliensi	Faktor resiko Faktor protektif	Faktor protektif: karena memiliki perlindungan yang memperkuat individu dari segala rintangan kehidupan. Sehingga indvidu tumbuh menjadi pribadi yang kuat.
Behavioristik	Skinner (pengkondisian operant) hadiah & hukuman	Perkuatan, atau hadiah: memiliki fungsi sebagai alat untuk memotivasi tingkah laku yang dapat terulang kembali hingga mampu membuat individu menjadi pribadi yang resilien

Uraian di atas menyimpulkan bahwa individu memiliki perlindungan atau kekuatan serta dapat berdiri tegak apabila menjadikan perkuatan sebagai motivasi dalam tingkah laku. Hingga individu mampu menjadi pribadi yang kuat dan sanggup menghadapi segala rintangan kehidupan, kemudian Al-quran dan hadist dijadikan sebagai landasan kehidupan utama, agar individu mampu memilih mana yang hak dan mana pula yang batil serta menjadikan sabar sebagai tingkah laku utama dalam kehidupan supaya individu menyelesaikan masalah kehidupanya dengan penuh kesabaran.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristik dapat disimpulkan menjadi beberapa bagian antaralain:

1. Resiliensi (daya bangkit) merupakan istilah yang berasal dari bahasa Inggris dari kata resllience yang artinya daya pegas atau kegembiraan. Menurut R-G reed mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas atau kemampuan untuk beradaptasi secara positif dalam mengatasi permasalahan hidup yang signifikan.
2. Di antara hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristik memperoleh hubungan yang positif atau searah, resiliensi dijadikan sebagai acuan untuk bangkit kembali, sedangkan pendekatan behavioristik ini membantu individu merubah perilaku yang buruk menjadi baik agar dapat bangkit kembali melalui didikan yang mengarahkan ke dalam positif. Maka semakin banyak *reinforsment* (perkuat) yang diperoleh maka semakin mudah dalam menumbuhkan sikap resiliensi.
3. Adapun pengembangan resiliensi dengan pendekatan behavioristik menurut hadist ditulis dalam kontek sabar, karena dilihat hadist-hadist yang mengutarakan sabar dalam menghadapi masalah memiliki kekuatan serta dapat mengubah prilaku yang buruk dengan menahan

diri dari masalah yang tertimpanya dalam kehidupan. Hal ini ditinjau dari pendapat skinner bahwa setiap tingkah laku akibat dari pengkondisian operan, pahala dijadikan sebagai perkuatan maka barang siapa yang mampu bersabar maka ia mendapatkan pahala disisinya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penulis ingin mengemukakan beberapa rekomendasi terkait penulisan karya ilmiah ini, di antaranya:

1. Melihat penulis masih banyaknya kekurangan dalam melakukan penelitian ini, peneliti berhap agar peneliti selanjutnya dapat meningkatkan kualitas peneliti kea rah yang lebih baik.
2. Kepada pembaca diharapkan mengkaji lebih dalam mengenai hubungan resiliensi dengan pendekatan behavioristic menurut hadits.
3. Penulis juga berharap kepada perpustakaan kampus UIN Ar-raniry agar memperbanyak buku mengenai resiliensi serta mengenai teori pendekatan behavioristik, supaya peneliti selanjutnya lebih mudah mendapatkan referensi.

DAFTAR PUSTAKA.

Ahmad Susanto, Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah dasar, Kencana Prenad Media Group, Jakarta, 2013. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar.* Jakarta: Kencana Prenad Media Group, 2013.

Al-Asqalani, Ibnu Hajar. *Fath Al-Bari bisyarhi Shahih Al-Bukhari* . Kairo: Darul Hadist.

Anisa, Mila Nur. "Konseling behavioral dengan terapi tanggung jawab untuk mengembangkan resiliensi pada santri penghafal Al-qur'an di pondok pesantren mahasiswa al-jihad Surabaya." 2017.

Chaplin, J.P. *kamus lengkap psikologi.* Jakarta: Rineka Cipta, 2006.

Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.* Bandung: Rafika Aditamas, 2003.

Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia Sd, Smp, dan Sma.* Bandung: PT. Raja Rosdakarya, 2011.

Echols, John, and Hasan Shadily. *Kamus Inggris Indonesia.* Jakarta: PT. Gramedia, 2003.

Effendi, Satria. *Ushul Fiqh.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2005.

Grotberg, E. *Tapping Your Inner Strength How to Find the Resilience to Deal with Anyting.* Okland: CA New Harbinger Publications, 1999.

Hamka, Tafsir Al-Azhar, Pustaka Nasional,Singapura, 2003. *Tafsir Al-Azhar.* Singapura: Pustaka Nasional, 2003.

Hasdiana, Ulva. *Pendekatan Behavioristic dalam Mengatasi Kenakalan Remaja di SMP Negri 1 Simpang Kanan Aceh Singki.* Banda Aceh, 2018.

Hawa, Sa'id. *Tazkitun Nafs.* Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2006.

Henderson. *Resiliency In Schools: Making It Happen for Student and Educator.* USA: Corwin Press, 2003.

Hendriani, Wiwin. *Resiliensi Psikologi.* Jakarta timur: Prenadamedia Group, 2018.

Juhaya. *lmu Ushul Fiqh.* Bandung: Pustaka Media, 2010.

Junaedi, Mahfud. *Pradigma Baru Filsafat Pendidikan Islam.* Depok: Kencana, 2017.

Karahe, Barbara. *Perilaku Agresi.* Yogyakarta, 2005.

Klohnen, E.C. "Conseptual analysis and meansurement of the construct of ego resilience." *journal of personality and social psychology*, n.d.

Lumongga, Hasnida Namora. *Konseling Kelompok.* Jakarta: Kencana, 2016.

Luthar. *Resilience and Vulnerability, Adaptation In the Context of Chilhood Adversities.* Cambridge: cambridge university press, 2003.

Mansur, Wirda. *Be The New You.* Jakarta: Huda Media, 2018 .

Mulawarman. *Psikologi Konseling Sebuah Pengantar Bagi Konselor.* Jakarta: Kencana, 2019.

Nanang Martono, PT Rajagrafindo, Jakarta 2015. *Metode Penelitian Sosial Konsep-Konsep Kunci.* Jakarta: PT Rajagrafindo, 2015.

Napitupulu, Cahaya Afriani. *Resiliensi Remaja yatim piatu di panti Asuhan Mardi Yogyakarta.* Yogyakarta, 2009.

Reivich. *The Resilience Factor, Esential Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstracles.* New York: Bordway Book, 2002.

Semium, Yustinus. *Teori- Teori Kepribadian Behavioristik.* Yogyakarta: PT Kanisius, 2020.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D.* Bandung: Alfabeta, 2011.

Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Pendidikan.* Jakarta: Rajawali, 2014.

Yanti, Nurina. *makna kebersyukuran dan resiliensi: telaah pustaka tentang kebersyukura dan pengaruhnya terhadap daya resiliensi pada korban erupsi merapi.* Yogyakarta, 2010.

Yanti, Suhermi. *Konsep Penguatan dalam Teori Behavioral Menurut Perspektif Islam.* Banda Aceh, 2021.

Yusuf, Syamsu. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016.

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY
Nomor : B-121 /Un.08/FDK/KP.00.4/01/2022
TENTANG
PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2021/2022

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Menimbang :
a. Bahwa untuk menjaga kelancaran Bimbingan Skripsi Mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka perlu menunjuk Pembimbing Skripsi;
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi;

Mengingat :
1. Undang-Undang No.20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;
12. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 tahun 2015 tentang Status Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No.01 tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: SP DIPA.025.04.2.423925/2021, Tanggal 23 November 2020

M E M U T U S K A N

Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Pembimbing Skripsi Mahasiswa Semester Ganjil Tahun Akademik 2020/2021

Pertama : Menunjuk/Mengangkat Sdr :

1) **Dr. Mira Fauziah, M. Ag** — Sebagai *Pembimbing Utama*
2) **Rofiqa Duri, M.Pd** — Sebagai *Pembimbing Kedua*

Untuk Membimbing Skripsi Mahasiswa:
Nama : Uyun Masrura
Nim/Jurusan : 170402007 / Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
Judul : Hubungan Resiliensi dengan Pendekatan Behavioristik Menurut Hadist Rasulullah SAW

Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2021;
Keempat : Surat Keputusan ini berlaku selama satu tahun terhitung sejak tanggal ditetapkan;
Kelima : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Surat Keputusan ini;
Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 11 Januari 2022 M
07 Jumadil Awal 1443 H

An. Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Dekan,

Fakhri

Tembusan:
1. Rektor UIN Ar-Raniry
2. Ka. Bag. Keuangan UIN Ar-Raniry
3. Mahasiswa yang bersangkutan

Keterangan: SK berlaku sampai dengan tanggal 11 Januari 2023