

BAB II

STORYTELLING, MEDIA SCRAPEBOOK, DAN ADVERSITY QUOTIENT

A. Kajian Konseptual Teoritis

1. Storytelling

a. Pengertian *Storytelling*

Komunikasi yang baik dapat membantu anak untuk mengembangkan kepercayaan dirinya, harga dirinya dan hubungan-hubungan baik dengan orang lain. Anak-anak memulai semua harapan dan impian yang ia punya melalui imajinasi, lalu diekspresikan dengan imajinasinya tersebut. Salah satu bentuk menumbuhkan imajinasinya yaitu dengan menggunakan media bercerita.¹

Berbicara mengenai komunikasi terarah pada pesan-pesan atau berita yang diberikan kepada komunikan dari komunikator untuk menciptakan makna isi dari apa yang disampaikan, sehingga dapat juga dipahami oleh komunikan.²

Komunikasi pun bisa didefinisikan dari bagaimana cara kita berkomunikasi dan apa yang dikomunikasikan. Bisa dengan memperlihatkan wajah dengan berbagai ekspresi seperti, marah, sedih, dan

¹Mimi Doe dan Marsha Walch, *10 Prinsip Spiritual Parenting* (Bandung: Kaifa, 2001), hlm. 158

²Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*, Edisi IV, hlm. 721.

atau seperti apa yang diinginkan. Sebagai makhluk psikologis, manusia memilih kehendaknya sendiri sesuai apa yang ia sukai, yang ia cintai, yang ia gemari ataupun yang merasa dirinya lebih senang dan nyaman.⁵

Storytelling sebagai salah satu media komunikasi berdakwah kepada Anak-anak, dikemas dan dirancang lebih menarik agar mudah dicerna dan ditangkap serta dipahami oleh mereka. Sehingga tidak hanya teori dakwah yang ia dapatkan secara formal namun terdapat unsur yang berkesan dan menghibur.

Dalam Alquran surat Yusuf (12):3 Allah berfirman:

نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ بِمَا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا
الْقُرْآنَ وَإِنْ كُنْتَ مِنْ قَبْلِهِ لَمِنَ الْغَافِلِينَ ۝۳

“Kami menceritakan kepadamu kisah yang paling baik dengan mewahyukan Alquran ini kepadamu, dan sesungguhnya kamu sebelum (kami mewahyukan) nya adalah termasuk orang-orang yang belum mengetahui”. QS. Yusuf (12):3⁶

Dari penjelasan ayat tersebut, secara implisit bahwasannya terdapat kisah-kisah atau cerita-cerita yang baik. Hal tersebut dapat dijadikan suatu metode dakwah dengan meningkatkan keimanan ataupun kebaikan melalui cerita-cerita dalam *Al-quran*.⁷

⁵Faizah dan Lalu Muchsin Effendi, *Psikologi Dakwah* (Jakarta:Prenada Media, 2006), hlm, 18

⁶Kementrian Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya: Al-Mufid* (Solo:PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2013), hlm. 235

⁷Musfir bin Said Az-Zahrani, *konseling Terapi* (Jakarta:Gema Insani Press, 2005), hlm. 27.

Seorang anak apabila sering disajikan dengan mendengarkan cerita-cerita atau kisah-kisah dari orang tuanya, akan tumbuh menjadi anak yang lebih peka. Kepekaan tersebut akan mendukung segala aspek apa yang ada pada anak tersebut baik percaya diri, bersikap kritis, dan kemauan bereksplorasi. Dengan kata lain, kecerdasan emosional, spiritual, dan ketahanan mentalnya akan lebih terarah.⁸

Adapun manfaat *storytelling* diantaranya:

- 1) Meningkatkan keterampilan bicara.
- 2) Mengembangkan kemampuan berbahasa, dengan menggunakan struktur kalimat.
- 3) Meningkatkan minat baca.
- 4) Mengembangkan keterampilan berpikir.
- 5) Meningkatkan keterampilan *problem solving*.
- 6) Merangsang imajinasi dan kreativitas.
- 7) Mengembangkan emosi.
- 8) Memperkenalkan nilai-nilai moral.
- 9) Memperkenalkan ide-ide baru.
- 10) Mengalami budaya lain.
- 11) Mempererat ikatan emosi dengan orang tua.⁹

Storytelling juga mempunyai fungsi berikut ini:

⁸Andi Yudha Asfandiyar, *creative Parenting Today* (Bandung:Kaifa, 2012), hlm. 123.

⁹Tim Pena Cendekia, *Panduan Mendongeng* (Sirakarta: GAzzamedia, 2013), hlm. 17.

- 1) Sarana kontak batin antara pendidik dan anak didik
- 2) Pendidikan imajinasi atau fantasi yang akan mendorong rasa ingin tahu anak tentang kisah atau cerita teladan
- 3) Pendidikan emosi (perasaan) anak didik. teladan
- 4) Sarana pendidikan bahasa anak.
- 5) Membantu proses identifikasi diri atau perbuatan
- 6) Media penyampaian pesan atau nilai-nilai
- 7) Sebagai sarana hiburan dan pencegah kejenuhan.¹⁰

c. Tahap-Tahap Storytelling

Berikut berbagai kesiapan untuk menyajikan dan menyiapkan diri dalam melakukan *storytelling* yang diuraikan dalam berbagai langkah persiapan.

Abdul Aziz Abdul Majid menyampaikan beberapa langkah dasar bercerita bagi *Storyteller*, yaitu:

1) Pemilihan Cerita

Dalam hal ini, *storyteller* sebaiknya memilih cerita atau kisah-kisah inspiratif (Al-Mutholaah), yaitu kisah yang berkaitan

¹⁰Wuntat WS., DKK., *Mendidik Anak dengan Memanfaatkan Metode Bermain Cerita dan Menyanyi* (Yogyakarta: Pustaka Syahida, 2008), hlm. 22-26.

dengan *Adversity Quotient* (daya juang). Isi cerita diupayakan berkaitan dengan dunia kehidupan anak yang penuh suka cita, yang menuntut isi cerita memiliki unsur yang dapat memberikan perasaan gembira, lucu, menarik, dan menyenangkan bagi anak. Isi cerita disesuaikan dengan minat anak yang biasanya berkenaan dengan binatang, tanaman, kendaraan, boneka, robot, planet dan lain sebagainya. Dalam masing-masing anak mempunyai tingkat usia yang berbeda oleh karenanya dalam kebutuhan dan kemampuan anak dalam menangkap cerita berbeda-beda. Maka dari itu cerita yang diharapkan bersifat ringkas atau pendek dalam rentang perhatian anak.¹¹

2) Persiapan Sebelum Masuk *Session* (sesi)

Setiap menit waktu yang digunakan untuk berpikir dan mengola cerita serta mempersiapkannya sebelum memulai bercerita dengan cara merancang gambaran alur cerita dan menyiapkan kalimat-kalimat yang sesuai, akan membantu *storyteller* dalam menyiapkan cerita dengan jelas dan mudah.¹²

3) Perhatikan Posisi Duduk Santri

Posisi duduk santri hendaknya berdekatan dengan *storyteller*, karena akan membantu pendengaran mereka dalam

¹¹Mukhtar Latif, Zukhairina, Rita Zubaidah dan Muhammad Afandi, *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta:KENCANA, 2014), Hlm. 111

¹²Agus DS, *Tips Jitu Mendongeng*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2009), hlm. 18

menyimak suara pencerita dan gerak-gerakannya pun akan terlihat jelas. Posisi duduk yang baik dalam mendengarkan cerita adalah berkumpul mengelilingi *storyteller* dengan posisi setengah lingkaran atau mendekati setengah lingkaran.

4) Sesi Bertanya

Storyteller membuka kesempatan anak-anak untuk bertanya dan menanggapi setelah *storyteller* bercerita.¹³

Selain Abdul Aziz, Shepard menjelaskan tentang beberapa persiapan yang diperlukan dalam *storytelling*. Berikut berbagai persiapan dalam *storytelling*:

1) Mempelajari cerita yang akan disampaikan

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk mempersiapkan salah satunya mempelajari sebuah cerita misalnya dengan membaca atau mendengarkan cerita berulang-ulang, menulis atau mengetik ulang cerita, membuat bagan atau skema cerita atau langsung bercerita. Setiap orang memiliki perbedaan masing-masing sesuai dengan kebutuhannya. Inti dari semua perbedaan persiapan tersebut untuk memahami isi cerita dan dapat menguasai cerita yang akan disampaikan.¹⁴

¹³B.E.F. Montolalu, *Bermain dan Permainan Anak*, (Jakarta:Penerbit Universitas Terbuka, 2010), hlm. 10

¹⁴ Agus DS, *Pintar Mendongeng dalam 5 Menit*, (Yogyakarta: Kanisius, 2010), hlm. 6

2) Menggambar Adegan Cerita dalam Ingatan

Hal ini akan membantu dalam membangun dan mengingat cerita. Beberapa bagian cerita mungkin dapat diingat kata per kata, misalnya bagian awal atau akhir, percakapan penting, atau ungkapan yang diulang-ulang. Akan tetapi, sangat tidak mudah untuk mengingat kata per kata dari keseluruhan cerita. Oleh karenanya, menggambarkan adegan cerita dengan dalam ingatan merupakan cara untuk membangun dan mengingat cerita agar tidak terjebak dengan kata-kata.

3) Berlatih di Depan Kaca

Sangat disarankan untuk melakukan latihan di depan cermin atau direkam dengan alat rekaman audio atau video. Dengan demikian, kita bisa melihat dan menilai diri sendiri. Hal yang pertama yang penting dalam latihan adalah memahami alur cerita setelah itu baru fokuskan pada cara penyampaian.

Hal-hal yang dilakukan di depan kaca sebagai berikut:

- a) Perhatikan wajah di depan cermin, tarik napas dalam-dalam, lalu embuskan perlahan. Ulangi latihan ini secara teratur.

- b) Mulailah dengan raut wajah tegang, tahan napas sebentar, lihat secara seksama, kemudian ubahlah dengan wajah menyeringai.
 - c) Mulut mulai digerakan kek kiri dan ke kanan, naik turun, kemudian dikembungkan. Latihan ini sangat berguna untuk kelenturan ekspresi wajah.
 - d) Sorot mata menatap tajam ke depan, tahan napas, kemudian embuskan perlahan-lahan sambil bersuara.
 - e) Bahu kiri kanan mulai digerakan berbarengan secara perlahan-lahan kemudian gerakan ke depan dan ke belakang. Ulangi latihan ini secara teratur sampai terlihat lentur.
 - f) Gerakan kedua belah tangan seolah-olah sedang mencakar (bisa dilakukan sambil mengeluarkan suara mengaum mirip harimau), kemudian telapak tangan dikipas-kipaskan sampai terasa dingin
- Denagn berlatih secara rutin maka kita akan memperoleh hasil yang bagus dan siap menjadi seorang pendongeng.¹⁵

4) Gunakan pengulangan atau Repetisi

¹⁵Kusumo Priyono, *Terampil Mendongeng*, (Jakarta: Grasindo, 2009), hlm. 21-23

Pengulangan atau repitisi menunjukkan bahwa sesuatu perlu mendapat perhatian. Cara ini sangat bermanfaat dalam *storytelling*, sehingga *audience* tertuju pada cerita tersebut.

5) Gunakan Variasi

Penggunaan variasi dapat menarik dan menjaga perhatian *audience* agar tidak berpindah kepada hal lain. Dalam penyampaian cerita, penggunaan variasi sangat dibutuhkan agar cerita tidak monoton. Berbagai variasi yang bisa dilakukan adalah dalam bentuk nada, tekanan, volume, suara, kecepatan suara, ritme, dan artikulasi (halus dan tajam).

6) Gunakan Gerakan Tubuh (*gesture*)

Gerakan tubuh dapat dilakukan jika diperlukan dalam cerita, yaitu untuk mengekspresikan tindakan atau untuk memberi penekanan. Gerakan tubuh juga merupakan salah satu cara untuk mengundang perhatian *audience*.

7) Berikan Perhatian Khusus pada Bagian Awal dan Akhir Cerita

Ketika menyampaikan bagian awal cerita, bisa dikaitkan dengan cerita tersebut atau dengan hal-hal yang ada di sekitar, namun harus mengacu pada plot atau alur cerita. Demikian pula, menyampaikan bagian akhir cerita juga harus jelas, sehingga *audience* mengerti bahwa cerita telah selesai.

tanpa harus menceritakannya. Hal ini dapat dilakukan dengan memperlambat atau memberikan penekanan.

8) Memotret Karakter atau Tokoh

Beri perhatian khusus pada bagaimana karakter atau tokoh itu digambarkan. Karakter harus ditampilkan dengan hidup, misalnya dengan wajah, suara, atau gerakan tubuh. Diupayakan agar karakter ditampilkan secara berbeda, sehingga mudah untuk diceritakannya.

9) Menyiapkan Diri

Menyampaikan cerita dapat berhasil dengan baik jika persiapan yang dilakukan tidak hanya berkaitan dengan cerita itu sendiri, melainkan juga dengan kondisi *storyteller* sebagai orang yang akan bercerita, dimana suara dan tubuh *Storyteller* akan menjadi alat yang dapat digunakan dengan sebaik-baiknya dalam menyampaikan cerita.¹⁶

2. *Scrapbook*

a. Pengertian *Scrapbook*

Media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata medium, yang berarti perantara, antara, atau pengantar. Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim pesan ke penerima pesan. Schramm (1997) dalam (eliyawati, 2005:108)

¹⁶<http://www.aaronshep.com/storytelling/tips2.html>, diakses pada tanggal 24 Mei 2016

mendefinisikan mengenai media yaitu teknologi pembawa pesan yang dapat dimanfaatkan untuk keperluan pendidikan. Adapun penggunaan media dalam kegiatan pendidikan pada umumnya untuk penyampaian bagaian tertentu dari kegiatan pembelajaran memberikan penguatan berupa motivasi.

Adapun beberapa peranan penting media dalam kegiatan pembelajaran adalah:

- 1) Memperjelas penyajian pesan dan mengurangi verbalitas
- 2) Memperdalam pemahaman anak didik (santri) terhadap isi cerita
- 3) Memperagakan pengertian yang abstrak kepada pengertian yang konkret dan jelas
- 4) Mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera manusia
- 5) Penggunaan media yang tepat dalam pembelajaran akan mengatasi sikap pasif pada santri
- 6) Mengatasi sifat unik pada setiap anak didik yang diakibatkan oleh lingkungan yang berbeda
- 7) Media mampu memberikan variasi dalam proses bercerita
- 8) Memberikan kesempatan pada anak didik untuk mengulang isi cerita
- 9) Memperlancar pelaksanaan kegiatan *storytelling*¹⁷

Scrapbook merupakan media atau alat peraga yang berbentuk gambar-gambar temple yang dikumpulkan menjadi satu seperti buku. *Scrapbook* dari kata asal *scrap* yang berarti sisa. Definisi *scrapbook* adalah seni menempel foto atau gambar di media kertas, dan menghiasnya hingga menjadi karya kreatif yang mengandung seni yang tinggi.

Adapun pengertian seni selalu berkembang dari masa ke masa sejalan dengan perkembangan pandangan manusia terhadap seni. Konsep, proses, dan bentuk seni sangat beragam dan terus berkembang seiring dengan kebutuhan manusia. Berikut beberapa pengertian seni yang dikemukakan oleh filsuf, pakar seni, pakar pendidikan, dan pakar kebudayaan.

- 1) Plato, seorang filsuf Yunani yang hidup pada tahun 428-348 SM, menyatakan bahwa seni adalah hasil tiruan alam. Pandangan mengenai seni sebagai imitasi ini berlangsung dominan sampai abad ke-19.
- 2) Benedetto Croce, seorang filsuf Italia yang hidup pada 1866-1952, menyatakan bahwa seni adalah ungkapan kesan-kesan.
- 3) Leo Tolstoy, seorang sastrawan Rusia terkemuka yang hidup pada 1828-1910, menyatakan bahwa seni merupakan aktivitas manusia yang menghasilkan sesuatu yang indah.

- 4) Susanne K. Langer, seorang filsuf seni dari Amerika, menyatakan bahwa seni dapat diartikan sebagai kegiatan menciptakan bentuk-bentuk yang dapat dimengerti atau dipersepsi yang mengungkapkan perasaan manusia.
- 5) S. Sudjojono, salah seorang pelukis terkemuka Indonesia, bahwa seni adalah jiwa yang tampak.
- 6) Ki Hajar Dewantara, seorang tokoh pendidikan nasional, berpendapat bahwa seni adalah segala perbuatan manusia yang timbul dari perasaannya yang hidup dan bersifat indah, hingga dapat menggerakkan jiwa perasaan manusia.

Maka dapat disimpulkan bahwasannya seni merupakan sarana komunikasi perasaan dan pengalaman batin seseorang kepada kelompok masyarakatnya dalam rangka memenuhi kebutuhan pribadinya.

Aspek media komunikasi ini dapat menyalurkan seni untuk diperkenalkan kepada anak-anak baik dalam cara kerja praktek (experience) ataupun diperkenalkan melalui media bercerita.¹⁸

b. Manfaat *Scrapbook*

Scrapbook merupakan seni dan teknik menghias album foto keluarga atau pribadi agar penampilannya menjadi lebih indah .

scrapbook tidak sekedar menempel kertas bergambar tetapi juga menuangkan ekspresi dengan harmonisasi warna, motif, serta bentuk.¹⁹

Seni *scrapbook* ditemukan di Inggris pada abad ke 15, awalnya untuk mengkompilasi resep masakan, puisi atau kata-kata indah. Dalam perkembangannya media dan material *scrapbook* menjadi lebih bervariasi. Tidak hanya pada album foto tetapi pada bingkai atau frame atau media lain yang memiliki permukaan rata. Materialnya pun tidak terbatas pada kertas, aneka benda bekas pakai pun bisa dimanfaatkan, seperti pernik kecil dari plastik.²⁰

Scrapbook juga disebut media pengabadian moment penting melalui seni mengatur, kertas, hiasan, dan foto dalam satu bingkai yang indah.²¹

3. *Adversity Quotient* (Daya Juang)

a. Definisi Kecerdasan *Adversity Quotient*

Secara umum, kecerdasan dapat dipahami dalam dua tingkat. Pertama, kecerdasan sebagai suatu kemampuan untuk memahami informasi yang membentuk pengetahuan dan kesadaran. Kedua, kecerdasan sebagai sebuah kemampuan untuk memproses informasi

¹⁹ Adi Kusrianto dan Nurcahyo, *Photoshop Photomontage*, (Jakarta: PT ELEX MEDIA KOMPUTINDO, 2010), hlm. 19

²⁰ Iva Hardiana, *terampil membuat 50 kreasi scrapbook cantik pada frame*, (Jakarta:PT GRAMEDIA PUSTAKA UTAMA, 2006), hlm. 4

²¹ Astir Novia dan Natar Adri, *Bisnis Sampingan Modal <5 Juta*, (Jakarta: Penebar Swadaya Grup, 2011), hlm. 206

sehingga masalah-masalah yang dihadapi oleh seseorang dapat segera dipecahkan (*problem solved*), dan dengan demikian pengetahuan pun menjadi bertambah.

Berdasarkan dua pengertian tersebut dapat dipahami dengan mudah bahwa kecerdasan merupakan pemandu (*guider*) bagi individu untuk mencapai berbagai sasaran dalam hidup yang dijalannya secara efektif dan efisien. Dengan kata lain, orang yang lebih cerdas akan mampu memilih strategi-strategi pencapaian sasaran yang jauh lebih baik daripada orang yang kurang cerdas.²²

Konsep tentang kecerdasan *adversity* atau *adversity intelligence* (AI) dibangun berdasarkan hasil studi empirik yang dilakukan banyak ilmuan serta lebih dari lima ratus kajian di seluruh dunia, dengan memanfaatkan tiga disiplin ilmu pengetahuan, yaitu psikologi kognitif, psikoneuroimunologi, dan neurofisiologi. Kecerdasan *adversity* memasukan dua komponen penting dari setiap konsep praktis, yaitu teori ilmiah dan aplikasinya dalam dunia nyata. Konsep kecerdasan *adversity* pertama kali digagas oleh Paul G. Stolz (Jaffar, 2003).²³

Menurut Stoltz (2005), pengertian kecerdasan *adversity* tertuang ke dalam tiga bentuk, yaitu: Pertama, kecerdasan *adversity*

²² Sumardi, *Password Menuju Sukses*, (Jakarta:Erlangga, 2007), hal. 74

²³ Susanto dan Masri Sareb Putra, *Management Gems*,(Jakarta: Gramedia Pustaka, 2010),hal

sebagai suatu kerangka kerja konseptual baru yang digunakan untuk untuk memahami dan meningkatkan semua segi kesuksesan. Kedua, kecerdasan *adversity* sebagai suatu ukuran untuk mengetahui reaksi seseorang terhadap kesulitan yang dihadapinya. Ketiga, kecerdasan *adversity* sebagai seperangkat peralatan yang memiliki landasan ilmiah untuk merekonstruksi reaksi terhadap kesulitan hidup. Agar kesuksesan menjadi nyata, maka Stoltz (Kusuma, 2004) berpendapat bahwa kombinasi dari ketiga unsur tersebut yaitu pengetahuan baru, tolak ukur, dan peralatan yang praktis merupakan sebuah kesatuan yang lengkap untuk memahami dan memperbaiki komponen dasar dalam meraih sukses²⁴.

Berbeda dengan Stoltz, Mortel (Kusuma, 2004) berpandangan bahwa makin besar harapan seseorang terhadap dirinya sendiri, maka makin kuat pula tekadnya untuk meraih kesuksesan dan keberhasilan hidup. Maxwell (Kusuma, 2004) mengatakan bahwa ketekunan yang dimiliki oleh seseorang akan memberinya daya tahan. Daya tahan tersebut akan membuka kesempatan baginya untuk meraih kesuksesan hidup.

Secara garis besar konsep kecerdasan *adversity* menawarkan beberapa manfaat yang dapat diperoleh, yaitu:

²⁴ Andrew Ho, *Life Is Wonderful*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009), hal 262

- 1) Kecerdasan *adversity* merupakan indikasi atau petunjuk tentang seberapa tabah seseorang dalam menghadapi sebuah kemalangan.
- 2) Kecerdasan *adversity* memperkirakan tentang seberapa besar kapabilitas seseorang dalam menghadapi setiap kesulitan.
- 3) Kecerdasan *adversity* memperkirakan siapa yang dapat melampaui harapan, kinerja, serta potensinya, dan siapa yang tidak.
- 4) Kecerdasan *adversity* dapat memperkirakan siapa yang putus asa dalam menghadapi kesulitan dan siapa yang akan bertahan. (Stoltz, 2005).

Stoltz menambahkan bahwa individu yang memiliki kemampuan untuk bertahan dan terus berjuang dengan gigih ketika dihadapkan pada suatu problematika hidup, penuh motivasi, antusiasme, dorongan, ambisi, semangat, serta kegigihan yang tinggi, dipandang sebagai figur yang memiliki kecerdasan *adversity* yang tinggi. Sedangkan individu yang mudah menyerah, pasrah begitu saja pada takdir, pesimistik dan memiliki kecenderungan untuk senantiasa bersikap negatif, dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki tingkat kecerdasan *adversity* yang rendah.

Werner (Stoltz, 2005), dengan didasarkan pada hasil penelitiannya mengemukakan bahwa anak yang ulet adalah seorang perencana, orang yang mampu menyelesaikan masalahnya dan orang

yang mampu memanfaatkan peluang. Orang yang mengubah kegagalannya menjadi batu loncatan mampu memandang kekeliruan atau pengalaman negatifnya sebagai bagian dari hidupnya, belajar darinya dan kemudian maju terus.²⁵

b. Pengertian *Adversity Quotient*

Maslah adalah suatu problem, sesuatu yang harus diselesaikan atau dipecahkan (*Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1995*). Menurut Taufik Pasiak (2002), seorang pakar otak dan pikiran mendefinisikan masalah sebagai suatu selisih antara apa yang dimiliki atau apa yang telah dicapai dengan apa yang diinginkan atau dihadapkan.

Adversity Quotient adalah kecerdasan yang berupa kemampuan menghadapi kesulitan, bertahan dari kesulitan dan keluar dari kesulitan dalam keadaan sukses. AQ *Adversity Quotient* memiliki motto: *how to make a challenge becomes opportunity*, yang berarti bahwa masalah bukanlah masalah tetapi bagaimana masalah tersebut diciptakan sebagai peluang yang bagus.²⁶

Adversity Quotient adalah kecerdasan untuk mengatasi kesulitan. *Adversity Quotient* merupakan faktor yang dapat menentukan bagaimana, jadi atau tidaknya serta sejauh mana sikap ataupun kemampuan dan kinerja seseorang akan terwujud di dunia.

²⁵ Agung Webe, *Recollection*, (Jakarta: PT ELEX MEDIA KOMPUTRINDO, 2007), Hal. 62

²⁶ Komaruddin Hidayat, *Politik Panjat Pinang*, (Jakarta: PT KOMPAS, 2006), Hlm. 4

Dalam *Adversity Quotient* hal pokok yang menjadi sorotan adalah seberapa jauh kemampuan seseorang untuk dapat bertahan ketika menghadapi kesulitan dan dapat mengatasi kesulitan-kesulitannya.²⁷

Banyak orang yang menyerah sebelum bertanding ketika berhadapan dengan tantangan-tantangan hidup. Orang seperti ini tidak akan pernah tahu seberapa besar usaha dan batas kemampuan yang benar-benar teruji.²⁸

Paul G Stolz, penemu teori AQ berdasarkan penelitiannya membagi 3 tingkatan AQ dalam masyarakat, yakni:

1) Tipe Quitters (orang-orang yang berhenti)

Mereka ini adalah orang yang AQ-nya paling lemah ketika menghadapi berbagai kesulitan hidup. Mereka berhenti dan menyerah ketika berhadapan dengan suatu kesulitan. Mereka juga tidak memanfaatkan peluang, potensi diri dan kesempatan dalam hidup. Ia kan menderita dan pilu ketika menoleh ke belakang dan melihat bahwa kehidupannya tidak optimal, kurang bermakna, banyak disia-siakan dengan boros dalam waktu dan hidup. Akibatnya ia menjadi murung, sinis, pemarah, frustrasi,

²⁷Sri Habsari, *Bimbingan dan Konseling SMA*, (Jakarta: Grasindo, 2005), Hlm. 3

²⁸ Tim Penulis LKS PAK BPK, *Lembar Kerja Siswa*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2008), Hlm.

menyalahkan semua orang disekelilingnya dan iri hati pada orang-orang yang terus mendaki kehidupan ini.

Orang yang berkarakter *Quitter* ini adalah para pekerja yang sekedar untuk bertahan hidup. Mereka ini gampang putus asa dan menyerah di tengah jalan.

Berikut ciri-ciri orang yang berkarakter *Quitter*:

- a) Menolak untuk mendaki lebih tinggi lagi
- b) Gaya hidupnya tidak menyenangkan atau datar dan tidak “lengkap”
- c) Bekerja sekedar cukup untuk hidup
- d) Cenderung menghindari tantangan berat yang muncul dari komitmen yang sesungguhnya
- e) Jarang sekali memiliki persahabatan yang sejati
- f) Mereka cenderung melawan atau lari dan cenderung menolak dalam perubahan
- g) Terampil dalam menggunakan kata-kata yang sifatnya membatasi seperti “tidak mau”, “mustahil”, “ini konyol” dan sebgainya.
- h) Kemampuannya kecil atau bahkan tidak ada sama sekali; mereka tidak memiliki visi dan keyakinan akan masa depan, kontribusinya sangat kecil.

2) Tipe Campers (Orang-orang yang Berkemah)

Mereka adalah orang-orang yang AQ-nya dalam tingkat sedang. Mereka giat mendaki tetapi di tengah perjalanan merasa bosan dan merasa cukup dan mengakhiri pendakiannya dengan mencari tempat datar dan nyaman untuk membangun tenda perkemahan hidup ini. Mereka menganggap sudah sukses dan memilih kehidupannya disitu dengan sia-sia. Gaya hidup Campers pada mulanya kehidupannya penuh proses pendakian dan perjuangan. Tetapi, makin jauh ia mendaki ia memilih berbelok membangun kemah di lereng gunung kehidupan. Alasan mereka karena mereka lelah mendaki, menganggap prestasi ini sudah cukup, senang dengan ilusinya sendiri dan tentang apa yang sudah ada. Mereka tidak mau menengok apa yang mungkin terjadi.²⁹

3) Tipe Climbers (Para pendaki sejati)

Mereka adalah orang-orang yang tingkat AQ-nya tinggi. Mereka paham benar bahwa kehidupan sekarang ini adalah tempat ujian dan tempat pendakian untuk menuju kehidupan sesungguhnya di hari akhir. Gaya hidup Climbers ialah menjalani hidup ini secara lengkap. Mereka yakin bahwa langkah-langkah kecil saat ini akan

²⁹ Arvan Pradiansyah, *You Are A Leader*, (Jakarta: PT ELEX MEDIA Komputindo, 2006), hal. 146

membawa kemajuan dan manfaat yang berarti. Pendaki sejati tidak akan lari dari tantangan dan kesulitan kehidupan.³⁰

c. Dimensi *Adversity Quotient*

Dimensi *adversity quotient* dapat diringkas kata CO2RE yaitu:

- 1) C adalah *control*, seberapa besar *control* yang anda rasakan saat anda dihadapkan pada persoalan yang sulit, bermusuhan dan berlawanan?
- 2) O2 adalah *Origin dan Ownership*, siapa atau apa yang menjadi asal-muasal suatu kesulitan? Dan sejauh mana anda berperan memunculkan kesulitan?
- 3) R adalah *reach*. Seberapa jauh suatu kesulitan akan merembes ke wilayah kehidupan anda yang lain?
- 4) E adalah *endurance*. Seberapa lama kesulitan akan berlangsung? Berapa lama penyebab kesulitan akan berlangsung?³¹

d. Mengembangkan *Adversity Quotient*

Cara mengembangkan dan menerapkan *adversity quotient* dapat diringkas dalam kata LEAD yaitu:

- 1) L adalah *listened* (dengar) respon anda dan temukan sesuatu yang salah

³⁰Nunuk Murdiati Sulastomo, *Scrambled Egg is Delicious*, (Jakarta:PT Gramedia, 2010), hlm. 157

³¹ Fahrizal Muhammad, *Sekali Hidup Sepenuh Hati*, (Jakarta: ZAMAN, 2014), Hal. 274

- 2) E adalah *explored* (gali) asal dan peran anda dalam persoalan ini
- 3) A adalah *Analyzed* (analisa) fakta-fakta dan temukan beberapa faktor yang mendukung anda
- 4) D= *Do* (lakukan) sesuatu tindakan nyata

e. Ilmu pengetahuan pembentuk *Adversity Quotient (AQ)*

1) Psikoneuroimunologi

Penelitian akhir-akhir ini di bidang psikoneuroimunologi membuktikan bahwa ada kaitan langsung dan dapat diukur antara apa yang seseorang pikirkan dan rasakan dengan apa yang terjadi di dalam tubuh orang tersebut.

2) Neurofisiologi

Menurut Dr. Mark Nuwer, kepala neurofisiologi di UCLA *Medical Centers* dalam Stoltz mengatakan bahwa proses belajar berlangsung di wilayah sadar bagian luar yaitu cerebral cortex. Lama kelamaan jika pola pikiran atau perilaku tersebut diulang maka kegiatannya akan berpindah ke wilayah otak bawah sadar yang bersifat otomatis, yaitu *basal ganglia*.

Jadi semakin sering seseorang mengulangi pikiran atau tindakan yang destruktif maka pikiran atau tindakan itu juga akan semakin dalam, semakin cepat, dan otomatis. Untuk merubah kebiasaan yang buruk atau destruktif, misalnya AQ rendah, maka seseorang harus mulai di wilayah sadar otak dan memulai jalur saraf baru.

Perubahan dapat bersifat segera, dan pola-pola lama yang destruktif akan lenyap dan tidak digunakan.³²

3) Psikologi Kognitif

Bagian yang membahas tentang teori ketidakberdayaan yang dipelajari, atribusi, kemampuan menghadapi kesulitan, keuletan, dan efektifitas diri/ pengendalian.

f. Hubungan *Adversity Quotient* dengan Sukses

Dalam kehidupan nyata hanya para *climbers*-lah yang akan mendapatkan kesuksesan dan kebahagiaan sejati. Sebuah penelitian yang dilakukan *Charles Handy* terhadap ratusan orang sukses di Inggris memperlihatkan bahwa mereka memiliki tiga karakter yang sama.

Pertama, mereka memiliki dedikasi tinggi terhadap apa yang tengah dijalankannya. Dedikasi itu bisa berupa komitmen, *passion*, kecintaan atau ambisi untuk melaksanakan pekerjaan dengan baik.

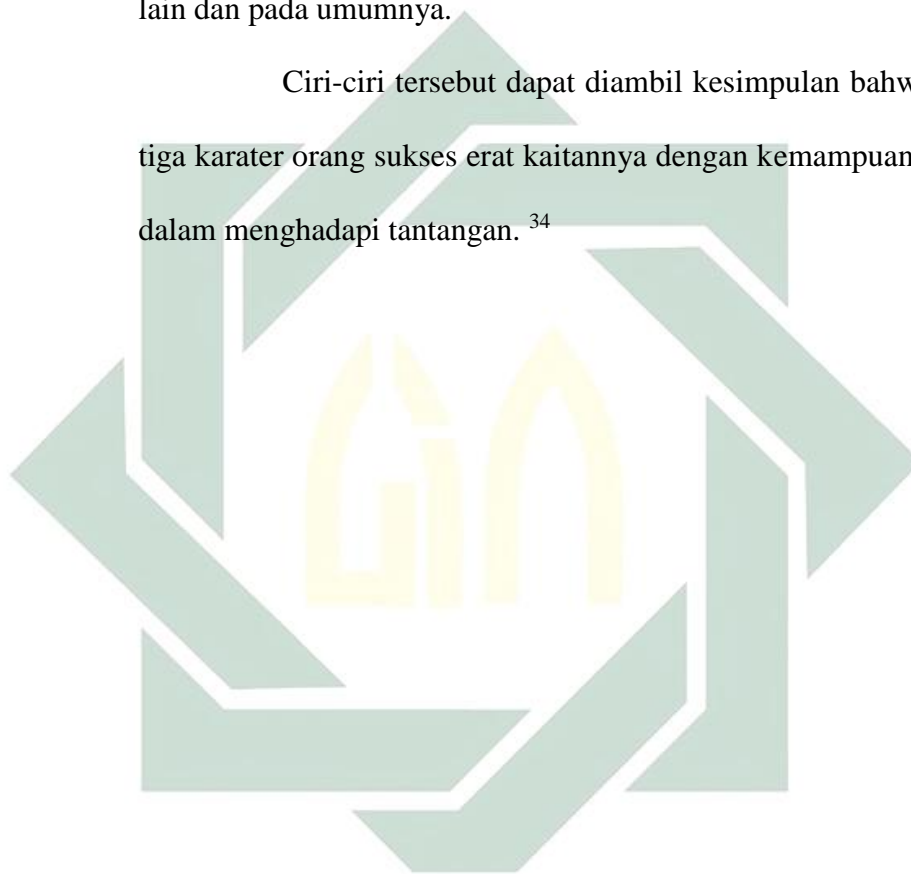
Kedua, mereka memiliki determinasi, yang artinya memiliki kemauan untuk mencapai tujuan, bekerja keras,

³² Billy Taufan Tenardhi, *Continuums of Sales Management Procces*, (Jakarta: Penebar Swadaya Grup, 2012), hal. 172

berkeyakinan, pantang menyerah dan mempunyai kemauan untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.³³

Ketiga, selalu berada dengan orang lain. Orang sukses memakai jalan, cara atau sistem bekerja yang berbeda dengan orang lain dan pada umumnya.

Ciri-ciri tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa dua dari tiga karakter orang sukses erat kaitannya dengan kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan.³⁴



³³ Muhammad Julijanto, *Membangun Keberagaman*, (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2015), hal. 219

³⁴ Syahmuharnis dan Harry Sidharta, *TQ Transcendental Quotient*, (Jakarta: Republika, 2006), hal. 14-15