

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan pilar utama dalam menciptakan sumber daya manusia, untuk itu dibutuhkan pendidikan yang bermutu agar terbentuk generasi bangsa yang cemerlang. Guru sebagai tenaga pendidik menjadi garda terdepan dalam proses belajar mengajar. Dengan demikian, kualitas guru yang mengajar mempengaruhi kualitas pelaksanaan pendidikan dan juga bagi peserta didiknya (Hasanah, dkk, 2024: 25). Berdasarkan hal tersebut guru memiliki tugas yang tidak mudah. Setiap guru seharusnya mendapat fasilitas yang layak dalam mengemban tugas agar memiliki kesejahteraan hidup yang baik (Veirissa, 2021: 267). Kiprah guru merupakan hal yang harus diperhatikan. Namun pada kenyataannya, sering kali diberitakan kisah pilu mengenai perjuangan para guru, terutama guru honorer yang memiliki permasalahan lebih kompleks dari pada guru yang resmi menjadi pegawai negeri (Mubin & Masruri, 2020: 1).

Guru honorer adalah tenaga pengajar yang dipekerjakan berdasarkan kontrak dan tidak menyangkut status resmi sebagai Aparatur Sipil Negara (ASN). Guru honorer memainkan peran yang krusial dalam sistem pendidikan Indonesia, terutama bagi daerah-daerah yang kekurangan guru tetap. Namun, meskipun memiliki kontribusi yang besar, guru honorer sering kali menghadapi tantangan berat. Rata-rata gaji yang diterima guru honorer berkisar antara Rp. 300.000 hingga Rp. 1.000.000 per bulan, dengan kondisi ini para guru honorer berada dalam situasi yang sulit dan rentan terhadap kemiskinan (Nabhani, dkk, 2024: 269).

Guru honorer juga tidak memiliki jaminan pekerjaan jangka panjang bahkan diberhentikan tanpa pesangon karena bergantung pada kebijakan sekolah atau pemerintah setempat. Selain itu fasilitas yang didapatkan antara guru honorer dan ASN pun berbeda, misalnya asuransi. Hal demikian pun berdampak pada psikologis akibat beban emosional (Hutasuhu, dkk, 2025: 229). Beban kerja yang tinggi tanpa kompensasi yang memadai juga menjadi masalah bagi guru honorer. Para guru honorer mengajar di kelas yang sama dan menghadapi tantangan yang serupa

tetapi dengan penghargaan yang jauh berbeda. Hal ini menciptakan ketimpangan yang semakin memperburuk nasib guru honorer di Indonesia (Mubin & Masruri, 2020: 3).

Hidup adalah perjalanan yang penuh dengan tantangan dan rintangan yang menuntut kesiapan mental dan emosional untuk menghadapinya. Sebagai guru honorer, mungkin sekali timbul rasa ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah hidup (Nabhani, dkk, 2024: 270). Salah satu penyebab utama permasalahan ini adalah sikap tidak percaya diri yang membuat individu mudah menyerah dan menganggap bahwa situasi buruk tidak dapat diubah (Sari, dkk, 2019: 91). Sikap pesimisme atau tidak percaya diri membuat seseorang merasa mudah untuk putus asa, mudah bangkitnya kecemasan, lemahnya mental, serta sulit mengendalikan diri saat ada ketegangan dalam suatu kondisi yang harus dihadapi sehingga sikap pesimis ini perlu untuk diatasi dan dihindari karena banyaknya sisi negatif yang dapat memicu ketidakberdayaan seseorang dalam menghadapi masalah di hidupnya (Inayah, dkk, 2021: 147).

Optimisme bermanfaat untuk membantu individu selalu memandang positif terhadap segala hal, serta membantu individu untuk bertindak menjauhi hal yang negatif (Scheier, dkk, 1994: 1063). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wini, dkk (2020: 17) ditemukan bahwa optimisme memiliki hubungan yang dinilai positif dengan sikap penerimaan diri. Optimisme merupakan sikap mental yang memungkinkan individu untuk melihat sisi positif dari suatu keadaan, sekalipun di tengah tantangan atau kesulitan sehingga membuat mereka lebih menerima keadaan. Dalam kehidupan sehari-hari, masalah dan rintangan merupakan hal yang tidak terelakkan. Tanpa optimisme, seseorang dapat mudah terjebak dalam putus asa, kehilangan motivasi, serta merasa tidak berdaya dalam menghadapi tekanan. Optimisme memberikan keyakinan bahwa setiap masalah memiliki jalan keluar, sehingga individu terdorong untuk berusaha mencapai solusi terbaik.

Optimisme juga memainkan peran penting dalam kesehatan mental. Dalam penelitian Nasution, dkk (2024: 144-147) dihasilkan kesimpulan bahwa ditemukan pengaruh yang positif dan dinilai signifikan antara optimisme dengan kesejahteraan psikologis. Individu yang optimis cenderung lebih jarang mengalami

gangguan emosional seperti kecemasan dan depresi karena mereka memandang situasi sulit sebagai tantangan yang dapat diatasi, bukan merupakan ancaman yang harus dihindari. Kesimpulan tersebut didapatkan berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa, diperoleh nilai F sebesar 152,525 dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ di mana ($P < 0,05$), yang mana artinya adalah adanya pengaruh signifikan optimisme dan kemampuan penyelesaian masalah terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R Square) hasilnya sebesar 0,835 atau 83,5% yang mengindikasikan bahwa kontribusi optimisme dan kemampuan penyelesaian masalah terhadap kesejahteraan psikologis mencapai 83,5%.

Dalam penelitian Alifatuzzahroh & Tasman (2023: 246) optimisme terbukti dapat menghidupkan kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan atau kehilangan. Hal ini disimpulkan dari wawancara kepada 5 narasumber penelitian. Optimisme mendorong individu untuk terus berusaha meskipun mengalami kegagalan dan tidak larut dalam keputusan. Sikap optimisme membantu seseorang untuk lebih fokus pada proses, bukan semata-mata pada hasil akhir yang belum pasti. Optimisme mendorong individu untuk memandang kesulitan sebagai peluang untuk tumbuh dan belajar. Hal ini menunjukkan bahwa sikap optimis tidak hanya memengaruhi cara seseorang menghadapi tantangan, tetapi juga memperpanjang kualitas dan harapan hidup mereka untuk berkembang. Dengan demikian, optimisme mendorong individu untuk menjaga gaya hidup yang lebih sehat karena mereka memiliki pandangan positif terhadap masa depan.

Hasil dari penelitian oleh Umroh & Al-Musafiri (2022: 80) menunjukkan bahwa hasil hitung dari uji korelasi adalah sebesar 0,616 yang mendekati angka 1, sehingga hal tersebut menandakan adanya hubungan yang kuat antara optimisme dan resiliensi. Hubungan tersebut signifikan dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ di mana ($P < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa individu yang optimis memiliki resiliensi atau tingkat kemampuan dalam melewati rintangan dalam kehidupan yang dinilai lebih baik daripada individu yang tidak optimis. Dengan demikian, seseorang dengan optimisme yang baik akan melihat masa depan dengan harapan dan keyakinan bahwa hal-hal baik akan terjadi.

Menurut Diener & Oishi (dalam Irianti, 2020: 112), pentingnya optimisme juga harus menjadi perhatian dalam lingkungan sosial. Dalam hubungan sosial, sikap optimis sangat diperlukan karena akan membawa energi positif. Masyarakat yang mendukung sikap optimis akan menciptakan atmosfer yang rukun dan tenteram sehingga membuat individu di dalamnya menjadi lebih nyaman untuk percaya diri. Dengan memberikan dorongan dan kepercayaan, individu yang berada dalam situasi sulit akan merasa didukung dan termotivasi untuk menghadapi tantangan dengan semangat yang baru.

Tawakal atau berserah diri kepada Allah setelah berusaha maksimal, adalah sebuah konsep ajaran dalam agama Islam yang mengajarkan manusia untuk meyakini bahwa segala sesuatu berada di bawah kendali Allah, sehingga apa pun hasil yang terjadi merupakan bagian dari rencana-Nya yang terbaik. Orang yang bertawakal percaya bahwa hasil akhir dari segala usaha sepenuhnya berada dalam kehendak dan kekuasaan Allah. Sikap tawakal memberikan ketenangan batin karena individu tidak lagi merasa terbebani oleh kekhawatiran berlebihan atas hasil yang tidak dapat mereka kendalikan. Tawakal mengajarkan pentingnya tidak menggantungkan segala harapan pada kemampuan serta usaha diri sendiri, melainkan meyakini bahwa ada pertolongan Allah untuk apa pun yang sedang kita usahakan (Al-Jauziyah, 1998: 191-194).

Penelitian oleh Husnar, dkk (2017: 100-103) mengungkapkan bahwa tawakal merupakan salah satu *coping mechanism* yang dapat digunakan untuk mengatasi stres atau tekanan hidup. Tawakal membantu seseorang melepaskan rasa cemas terhadap hal-hal yang berada di luar kendali mereka, sehingga beban emosional dapat berkurang. Dengan bertawakal seseorang diajarkan untuk menerima kenyataan tanpa berusaha melawannya, namun tetap menjaga keseimbangan usaha dan penerimaan. Sehingga, orang yang bertawakal akan lebih siap menerima perubahan dan ketidakpastian dalam hidup. Tawakal juga membuat seseorang merasa lebih tenang dalam menghadapi ujian hidup karena yakin bahwa Allah akan memberikan yang terbaik.

Berdasarkan hasil penelitian Kholisoh (2023: 57) tawakal dan harapan adalah dua sikap yang saling melengkapi dalam membantu individu menghadapi

tantangan hidup. Hal ini berdasarkan hasil uji regresi berganda yang menunjukkan diperoleh nilai F sebesar 5,688 dengan $p = 0,005$ ($P < 0,01$) yang mana dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari tawakal dan harapan terhadap stres, khususnya stres akademik. Tawakal memberikan landasan spiritual yang membuat seseorang merasa aman dalam memberikan keyakinan sepenuhnya kepada Allah. Sementara harapan yang menumbuhkan optimisme akan memberikan dorongan mental untuk tetap berusaha dan percaya pada hasil yang terbaik. Kedua sikap ini jika digabungkan dapat menciptakan keseimbangan emosional yang mendukung agar seseorang dapat bangkit dari masalah yang ia alami.

Tawakal melengkapi optimisme dengan memberikan keseimbangan dari sisi spiritual, sehingga optimisme tidak menjadi harapan kosong tetapi penuh makna dan tujuan. Ketika individu menghadapi kegagalan, tawakal membantu mereka menerima kenyataan tanpa kehilangan semangat. Dalam pengambilan keputusan, tawakal memberi ketenangan karena hati telah bersandar pada takdir Allah. Optimisme kemudian mendorong mereka untuk bangkit dan mencoba lagi dengan cara yang lain. Optimisme akan membuat seseorang cenderung lebih gigih dan pantang menyerah karena yakin akan adanya hasil yang positif setelah semua masalah berlalu (Alifatuzarroh & Tasman, 2023: 243-246).

Jawa Barat merupakan wilayah dengan jumlah tenaga didik honorer terbanyak di Indonesia. Pada tahun 2024, tercatat bahwa Provinsi Jawa Barat memiliki sekitar 93.041 guru honorer yang tersebar di berbagai jenjang pendidikan. Jumlah guru honorer provinsi Jawa Barat pada jenjang SD/MI/Sederajat berjumlah 53.988 guru honorer, SMP/MTs/Sederajat berjumlah 18.899 guru honorer, SMA/MA/Sederajat berjumlah 8.584 guru honorer, dan SMK/MAK/Sederajat berjumlah 11.570 guru honorer. Data tersebut adalah jumlah guru honorer yang terhitung pada statistik pemerintah, sehingga kemungkinan ada banyak guru honorer lainnya yang masih belum tercatat. Jumlah ini menunjukkan betapa besar ketergantungan sistem pendidikan di Indonesia terutama di Jawa Barat terhadap guru honorer (Portal Data Pendidikan, 2024: 1).

Kabupaten Garut merupakan salah satu wilayah di Provinsi Jawa Barat dengan banyak guru honorer yang berperan penting dalam dunia pendidikan. Pada tahun 2022, Garut memiliki sebanyak 9.954 guru honorer (Portal Data Pendidikan, 2022). Kemudian pada tahun 2023, jumlah guru honorer Garut mengalami kenaikan hingga totalnya mencapai 11.524 guru honorer (Portal Data Pendidikan, 2023: 1). Lalu data statistik terbaru tahun 2024 menunjukkan bahwa Garut memiliki 3.986 guru honorer yang tersebar di berbagai jenjang pendidikan. Dari data tersebut kabupaten Garut mengalami penurunan jumlah guru honorer dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Meskipun demikian Garut menempati urutan ke-10 dari daftar kabupaten yang memiliki jumlah guru honorer terbanyak di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2024. Hal ini menunjukkan bahwa dalam tiga tahun terakhir jumlah guru honorer di kabupaten Garut masih pada kategori tinggi (Portal Data Pendidikan, 2024: 1).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Alimiyah & Suhana (2023: 347) ditemukan bahwa tingkat motivasi kerja guru honorer di kabupaten Garut termasuk pada kategori yang rendah. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sebanyak 57% guru honorer yang diteliti memiliki tingkat *Autonomus Motivation* yang rendah, sementara 43% lainnya memiliki tingkat *Autonomus Motivation* yang tinggi. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa sebagian besar guru honorer yang diteliti bekerja bukan didasari oleh ketertarikan dan juga minat pribadi. Selain itu guru honorer sering kali merasa tertekan akibat beban kerja yang berat sementara gaji yang didapatkan tidak memadai. Kurangnya dukungan dari pihak sekolah dan pemerintah daerah juga membuat mereka merasa tidak dihargai. Dengan demikian, adanya faktor tersebut membuat motivasi kerja guru honorer pun menjadi rendah.

Penelitian lainnya mengenai guru honorer menyebutkan bahwa guru honorer Garut memiliki tingkat stres yang tinggi namun tingkat kesejahteraan hidupnya berada pada tingkat yang rendah. Faktor penyebabnya lagi-lagi adalah gaji yang diterima tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka. Meskipun mereka memiliki dedikasi tinggi terhadap profesinya, kondisi keuangan yang sulit membuat mereka memerlukan pekerjaan sampingan untuk bertahan hidup. Sementara, daerah Garut merupakan daerah dengan lapangan kerja yang

terbatas, hal ini tentu saja mengganggu fokus dan kualitas pengajaran mereka. Beban pun bertambah dengan tanggung jawab administratif yang berat, tuntutan tinggi terhadap hasil pembelajaran, perubahan kebijakan terus menerus, serta kurangnya dukungan institusional yang layak. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan terhadap guru honorer di Garut masih belum optimal (Dawous, dkk, 2024: 603).

Wawancara pra-penelitian dilakukan pada bulan Maret 2025 secara daring kepada salah satu guru honorer di Kabupaten Garut. Dari wawancara tersebut didapatkan hasil bahwa sebagai guru honorer banyak sekali hal yang terkadang membuat ingin menyerah, seperti permasalahan gaji, administrasi yang sulit padahal status pekerjaan pun masih berada pada ketidakpastian, bahkan beban tugas yang terkadang dirasa lebih banyak daripada tugas guru honorer yang seharusnya. Berdasarkan pengamatan sementara terhadap kondisi guru honorer yang terdapat di kabupaten Garut, dapat disimpulkan bahwa guru honorer kemungkinan memiliki tingkat optimisme yang rendah dikarenakan memiliki tingkat stres yang tinggi serta tingkat motivasi kerja dan kesejahteraan hidup yang rendah. Tawakal sebagai salah satu sikap yang dapat membangun ketenangan batin diharapkan mampu untuk membantu membangun peningkatan sikap optimis pada guru honorer. Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan di atas, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul **“Hubungan Tawakal dengan Optimisme pada Guru Honorer di Kabupaten Garut”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dipaparkan di atas, peneliti merumuskan beberapa masalah yang akan dibahas pada penelitian ini, yakni:

1. Bagaimana gambaran tawakal pada Guru Honorer di Kabupaten Garut?
2. Bagaimana gambaran optimisme pada Guru Honorer di Kabupaten Garut?
3. Bagaimana hubungan antara tawakal dengan optimisme pada Guru Honorer di Kabupaten Garut?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan beberapa masalah yang telah sebutkan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran tawakal Guru Honorer di Kabupaten Garut.
2. Untuk mengetahui gambaran optimisme Guru Honorer di Kabupaten Garut.
3. Untuk menganalisis hubungan antara tawakal dan optimisme pada Guru Honorer di Kabupaten Garut.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini ialah sebagai berikut:

1) Manfaat Teoritis

Peneliti berharap adanya penelitian ini dapat menambah wawasan keilmuan dan literatur akademik mengenai korelasi antara aspek akhlak dengan aspek psikologis terutama mengenai tawakal dan optimisme, sehingga dari penelitian ini ingin disampaikan bahwa antara akhlak dengan psikologis merupakan hal yang saling melengkapi dan saling menyeimbangkan dalam membentuk kondisi jiwa raga manusia yang optimal. Dengan demikian, besar harapan peneliti agar penelitian ini memiliki kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmu Tasawuf dan Psikoterapi. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat menjadi salah satu sandaran bagi peneliti di luar sana yang akan melakukan pengembangan penelitian serupa yang berhubungan dengan optimisme dan tawakal, baik yang dilakukan pada Guru Honorer maupun lainnya.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan, wawasan, dan juga pengalaman yang memberikan manfaat sekaligus mendukung studi yang dijalani oleh peneliti.

b. Bagi Guru Honorer di Kabupaten Garut

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan pemahaman mengenai adanya hubungan antara sikap tawakal dan optimisme, sehingga

dapat memberikan inspirasi dan memotivasi Guru Honorer di Kabupaten Garut untuk senantiasa mengintegrasikan nilai-nilai tawakal dalam kehidupan sehari-hari guna memperkuat keyakinan dan juga bersikap optimis dalam menjalani dan menghadapi tantangan kehidupan.

c. Bagi Lembaga Pemerintah Setempat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi inspirasi atau bahan pertimbangan dalam merancang kegiatan pelatihan dan pembinaan bagi guru honorer untuk meningkatkan sikap positif, motivasi, dan kesejahteraan guru honorer sehingga berdampak positif pada peningkatan kualitas pendidikan.

E. Kerangka Berpikir

Langkah awal dalam membentuk mentalitas yang tangguh adalah kesadaran bahwa sebagai manusia, kita memiliki kelemahan dan keterbatasan. Kesadaran ini penting karena menjadi dasar untuk berserah diri kepada Allah dan tidak menggantungkan harapan semata-mata pada kemampuan diri. Kesadaran ini menumbuhkan kerendahan hati untuk membuka jalan dalam menyerahkan segala urusan kepada Allah. Selain itu, tidak bisa dipungkiri bahwa individu dalam hidupnya tidak terlepas dari hubungan diri sendiri dengan Allah atau yang disebut *Hablumminallah* (Rosita, 2019: 23). Untuk menghidupkan hubungan antara individu dengan Allah dapat dilakukan dengan membiasakan sikap tawakal.

Ibnu Qayyim Al-Jauziyah atau Al-Jauziyah (1998) dalam bukunya yang berjudul *Madarijus Salikin* (Pendakian Menuju Allah) yang diterjemahkan oleh Suhardi (1998), menyebutkan bahwa tawakal merupakan separuh dari bagian agama dan *inabah*. Hal tersebut berarti bahwa tawakal memiliki dua pengertian, yakni, tawakal sebagai agama berarti bahwa bertawakal sama dengan memohon pertolongan kepada Allah, sementara tawakal sebagai *inabah* berarti bahwa tawakal merupakan bagian dari ibadah. Beliau menuturkan bahwa tawakal merupakan keadaan yang terangkai dari berbagai perkara, yang pada hakikatnya tidak bisa sempurna kecuali dengan seluruh rangkaian yang ada (Al-Jauziyah, 1998: 189). Selanjutnya, Al-Jauziyah (1998) memandang bahwa tawakal memiliki kaitan yang erat dengan rencana dan usaha yang matang, jika keduanya telah dimaksimalkan

atau telah diproses dengan matang, maka buah yang akan didapat dari hasil rencana dan usaha itu diserahkan kepada Allah (dalam Akhdiat, dkk, 2021: 121).

Dalam Al-Jauziyah, (1998: 190-191) Sahl mengungkapkan bahwa tawakal adalah bentuk kepasrahan pada Allah atas apa pun yang Allah kehendaki. Bisyr Al-Hafy pun menjelaskan bahwa seseorang yang benar-benar bertawakal kepada Allah adalah orang yang *ridha* atas apa pun yang Allah lakukan pada dirinya. Selain itu, Dzun Nun menjelaskan bahwa tawakal berarti seseorang tidak bersandar pada dirinya sendiri dan melepaskan daya upaya yang ia miliki karena meyakini bahwa Allah berhak menetapkan apa pun dan Allah Maha Mengawasi lagi Maha Melihat. Dengan tawakal, individu akan lebih percaya diri karena merasa didampingi dan akan mendapat pertolongan dari Yang Maha Kuasa.

McDonald & Gorsuch (dalam Sartika & Kurniawan, 2015: 130) mengemukakan bahwa tawakal juga memberikan cara untuk memandang kesulitan dalam hidup. Dengan tawakal, individu diajak untuk melihat bahwa setiap pengalaman, baik itu keberhasilan maupun kegagalan, adalah pelajaran berharga yang membawa mereka lebih dekat kepada Allah. Sikap ini dapat meningkatkan rasa syukur, mengurangi perasaan kecewa, dan memotivasi seseorang untuk terus berusaha meskipun menghadapi kegagalan. Orang yang bertawakal akan berusaha untuk memahami bahwa masalah hidupnya merupakan ketetapan dari Allah. Orang yang bertawakal juga mampu menjalani hidup dengan lebih ikhlas, sabar, dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi kegagalan. Dengan demikian, tawakal membentuk pribadi yang kuat dalam menghadapi hidup, baik itu dalam hal mengambil keputusan maupun dalam hal menerima risiko.

Tawakal merupakan suatu sikap yang mencerminkan penyerahan segala usaha yang telah diperjuangkan serta sepenuhnya berserah kepada Allah untuk mendapatkan *maslahat* dan menghindari *mudharat*. Individu yang bertawakal akan menghindari berkeluh kesah maupun gelisah dikarenakan akan selalu ada dalam rasa tenang dan tenteram. Melalui tawakal, seseorang tidak hanya mendekatkan diri kepada Allah, tetapi juga mengembangkan mentalitas tangguh dan hati yang penuh keteguhan iman (Akbar & Velayati, 2018: 1091). Tawakal merupakan ekspresi yang secara kuat berasal dari hati untuk memiliki kecenderungan agar bergantung

kepada Allah. Tawakal bukan berarti pasrah tanpa usaha, melainkan keseimbangan antara tindakan nyata yang disertai dengan penyerahan hati kepada Allah (Mulyana, 2015: 22).

Menurut Hamka dalam Azzam & Nurlaela (2024: 25), tawakal merupakan salah satu indikator yang dapat menumbuhkan kebahagiaan hidup yang mana merupakan sebuah proses penyerahan diri secara sepenuhnya kepada Allah. Tawakal disertai dengan sepenuh hati dan meyakini bahwa segala ketentuan telah ditetapkan Allah. Tawakal adalah saat di mana individu menyerahkan segalanya dengan penuh keyakinan kepada Allah. Hal ini merupakan tumpuan akhir dari usaha maksimal manusia yang kemudian bagian dalam kebahagiaan serta kenikmatan hidup manusia yang tercipta karena perasaan dekat dengan Allah (Naldi, dkk, 2023: 322).

Tawakal membuat manusia terdorong untuk menyerahkan harapan dan hasil akhir kepada kehendak Allah, sambil tetap berikhtiar dengan sungguh-sungguh. Dari sikap ini akan lahir keyakinan bahwa setiap kesulitan memiliki jalan keluar dan setiap ujian akan membawa hikmah. Pada akhirnya, individu dengan sikap tawakal akan memiliki pola pikir yang positif terhadap masa depan. Kesadaran ini juga menjadikan individu untuk mampu melihat sisi baik dalam setiap pengalaman yang terjadi di kehidupan.

Sebagai guru honorer dengan berbagai masalah dan keghundahan dalam pekerjaan, memungkinkan guru honorer memiliki pikiran yang negatif dan rasa tidak percaya diri atau pesimis. Menurut Lisa (dalam Sari, dkk, 2019: 91) dikatakan bahwa individu dengan sikap pesimis dapat terbiasa untuk bersikap buruk dan melakukan hal-hal yang merusak diri sendiri. Sikap pesimis juga cenderung menyebabkan seseorang menjadi stres yang kemudian akan menimbulkan depresi. Agar dapat menghindari timbulnya emosi negatif yang disebabkan karena menghadapi masalah hidup maka setiap individu harus memiliki optimisme. Lingkungan sosial yang suportif menjadi akan membantu seseorang merasa lebih diterima, didukung, dan termotivasi. Selain itu, kondisi fisik dan mental yang sehat menjadi fondasi penting untuk membentuk individu dengan optimisme yang baik.

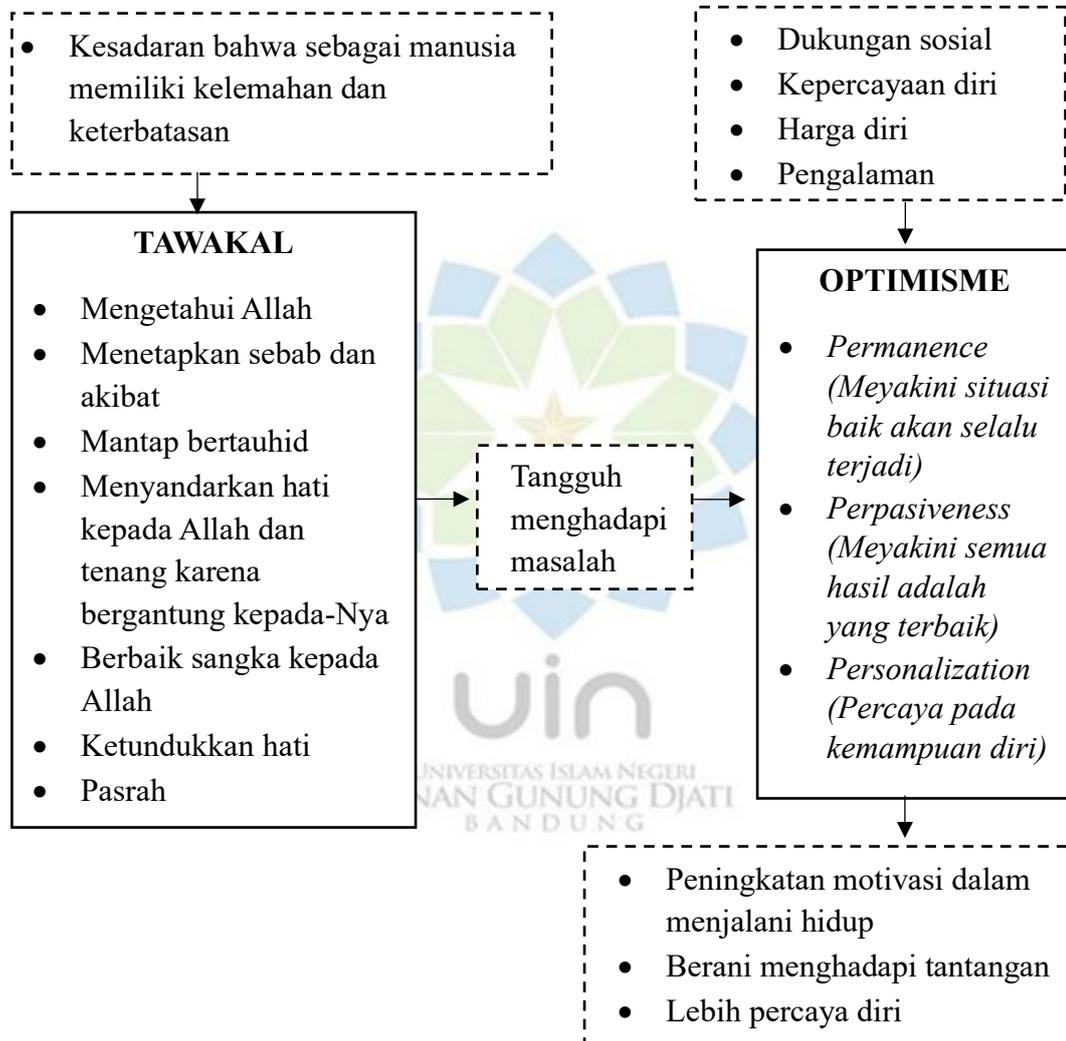
Seligman (2006: 34) mengemukakan bahwa optimisme merupakan bentuk keyakinan, rasa percaya diri, harapan, serta respons emosional yang mencerminkan pandangan positif terhadap masa depan. Sikap ini memiliki peran dalam mendukung kesehatan mental dan emosional individu. Litt, dkk (1992) mengemukakan bahwa individu yang memiliki optimisme akan memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan lebih baik terhadap segala perubahan dalam kehidupannya daripada orang yang bersikap pesimis. Orang yang optimis cenderung lebih mampu mengatasi stres dan tekanan hidup karena mereka percaya pada kemungkinan adanya solusi untuk setiap permasalahan (dalam Scheier, dkk, 1994: 1063).

Menurut Chang (dalam Irianti, 2020: 108), optimisme dapat membentuk kehidupan yang didominasi oleh pikiran yang positif, penuh keyakinan dalam mengambil keputusan, serta memiliki keberanian dan kepercayaan diri yang baik. Orang yang optimis biasanya memiliki tujuan hidup yang jelas dan motivasi yang tinggi untuk mencapainya. Diener dan Avot (dalam Irianti, 2020: 108) mengemukakan bahwa seseorang yang optimis akan masa depannya maka cenderung merasa lebih bahagia serta memiliki kepuasan yang optimal dibandingkan dengan orang yang bersikap pesimis yang akan mudah terjebak dalam rasa putus asa ketika sesuatu terjadi tidak sesuai dengan harapannya. Optimisme membuat seseorang lebih fleksibel dalam berpikir.

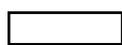
Barrafrem, dkk (2020) menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa seseorang dengan optimisme akan lebih terhindar dari rasa cemas serta merasa berada pada kondisi yang aman (dalam Awaningsih, 2022: 18). Kemudian hasil penelitian dari Devitasari & Utami (2022: 379) mengemukakan bahwa optimisme yang dimiliki oleh seseorang dapat membantu mereka dalam berpikir positif terhadap segala sesuatu dan meningkatkan kemampuan untuk bangkit dari masalah sehingga tingkat *subjective well-being* mereka optimal.

Penggabungan antara tawakal dan optimisme diharapkan menjadi elemen yang dapat membentuk individu dengan karakter yang kuat, tangguh, dan mampu beradaptasi dengan berbagai realitas kehidupan. Dalam konteks ini, tawakal memberikan landasan spiritual yang menumbuhkan ketenangan dan keikhlasan,

sementara optimisme menjadi dorongan psikologis untuk terus berpikir positif. Guru honorer dengan sikap tawakal dan optimisme yang baik diharapkan akan memiliki motivasi hidup yang meningkat, berani menghadapi setiap tantangan dalam hidup, serta menjadi lebih percaya diri.



Keterangan:



Variabel yang diteliti



Variabel yang tidak diteliti

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari masalah yang sedang diteliti sehingga bersifat dugaan awal, hal ini karena jawaban yang ada hanya baru dilandaskan kepada teori-teori dianggap relevan dan bukan diambil dari fakta yang dihasilkan lewat pengumpulan dan pengolahan data (Hikmawati, 2020: 50). Hipotesis dibutuhkan oleh penelitian dengan pendekatan kuantitatif yang mana nantinya peneliti akan melakukan pengujian pada hipotesis yang ada, berbeda dengan pendekatan kualitatif yang justru hasil akhirnya diharapkan akan menghasilkan hipotesis (Sugiyono, 2013: 64). Oleh karena itu, dalam penelitian ini, hipotesis menjadi suatu hal yang penting dikarenakan merupakan pedoman kerja atau penentu arah dalam penelitian (Hardani, dkk, 2020: 331).

Dalam penelitian ada dua jenis hipotesis yang digunakan, yakni hipotesis kerja (H_a) dan hipotesis nol (H_0). Hipotesis kerja sering disebut juga dengan hipotesis alternatif dan merupakan hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan atau perbedaan antar variabel yang diteliti. Sementara hipotesis nol yang disebut juga hipotesis statistik atau hipotesis nihil merupakan hipotesis penelitian yang menunjukkan tidak ada hubungan atau perbedaan antar variabel yang diteliti (Abubakar, 2021: 41-42).

Berdasarkan penjelasan di atas, hipotesis pada penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Hipotesis alternatif (H_a): Terdapat hubungan antara Tawakal dan Optimisme.
- 2) Hipotesis nol (H_0): Tidak terdapat hubungan antara Tawakal dan Optimisme.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Jurnal karya Wafa AlifatuZZaroh dan Alfadhi Tasman tahun 2023 yang berjudul "*Tawakal and Life Optimism for Divorced Married Couple: A Case Study in Medan, Satria Village, Bekasi City, Wesr Jawa Province*" merupakan jurnal berbahasa Inggris dengan judul bahasa Indonesia yaitu "Tawakal dan Optimisme Hidup bagi Pasangan Suami Istri yang Bercerai: Studi Kasus di Kelurahan Medan Satria, Kota Bekasi, Provinsi Jawa Tengah". Jurnal tersebut terbit pada bulan Desember tahun 2023 yang dimuat pada *El-Usrah: Jurnal Hukum Keluarga*

volume 6. Dalam jurnal ini, penulis mengumpulkan data dengan melakukan wawancara kepada 5 orang yang mengalami perceraian, 3 orang di antaranya merupakan wanita yang dicerai oleh suaminya, kemudian 2 orang lainnya merupakan pria yang bercerai dengan istrinya. Penelitian pada jurnal ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tawakal dapat menumbuhkan kembali sikap optimis setelah berkurangnya kepercayaan diri yang diakibatkan dari dampak mengalami perceraian. Hasil penelitian pada jurnal ini menemukan bahwa tawakal menjadi instrumen yang apabila diterapkan pada kehidupan sehari-hari akan meningkatkan keimanan dan mengembalikan kekuatan mental, menguatkan hati, dan memicu untuk senantiasa berpikir positif. Sehingga, pada kasus perceraian ini, optimisme kembali dihidupkan oleh tawakal. Pada kesimpulan jurnal ini, penulis menyampaikan bahwa mayoritas dari responden penelitian mengungkapkan bahwa sikap tawakal menjadi hal yang sangat penting, sehingga mereka menerapkan sikap tawakal dalam kehidupannya meskipun penelitian telah berakhir (Alifatuzzaroh & Tasman, 2023: 227-248).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada jenis variabel yang dibahas, yakni sama-sama membahas tawakal dan optimisme. Adapun perbedaannya terletak pada jenis penelitian, di mana penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Perbedaan lainnya adalah subjek penelitian, penelitian sebelumnya dilakukan kepada orang yang mengalami perceraian.

Jurnal karya M. Yudi Ali Akbar dan Ilham Akbar Velayati tahun 2018 yang berjudul “Pengaruh Tawakkal terhadap Kecerdasan Emosi” merupakan penelitian kuantitatif yang memiliki tujuan untuk melakukan analisis mengenai pengaruh tawakal terhadap kecerdasan emosional (*EQ*) pada mahasiswa di suatu jurusan dan kampus yang tidak disebutkan namanya. Hasil uji pada penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki reabilitas sebesar 0,804 ($p > 0,3$) sementara tawakal menunjukkan hasil reabilitas sebesar 0,968 ($p > 0,3$). Hasil regresi menunjukkan adanya pengaruh yang dinilai signifikan antara variabel tawakal dan kecerdasan emosional dengan F sebesar 0,006 ($p < 0,05$). Adapun nilai koefisien korelasi sebesar 0,487 yang menunjukkan eratnya hubungan antara tawakal dan kecerdasan emosional berada pada kategori sedang. Hasil akhir menunjukkan

bahwa tawakal memiliki kontribusi sebesar 23,7% terhadap kecerdasan emosional. Maka dari itu, penulis pada jurnal ini menyimpulkan bahwa tawakal berpengaruh terhadap kecerdasan emosional, di mana semakin tinggi tingkat tawakal yang dimiliki maka semakin tinggi pula tingkat kecerdasan emosional, begitu pun sebaliknya (Akbar & Velayati, 2018: 1089-1093).

Terdapat dua persamaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, yakni sama-sama membahas variabel tawakal serta menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Meskipun begitu terdapat perbedaan yang terletak pada variabel optimisme serta subjek dalam penelitian ini yang akan dilakukan kepada guru honorer di Kabupaten Garut.

