

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

Dalam melakukan sebuah penelitian membutuhkan kajian pustaka yang berfungsi sebagai acuan agar penelitian tersebut dapat berjalan dengan baik. Bab ini akan memaparkan teori-teori yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu, unsur intrinsik, psikologi, dan teori psikologi positif dengan mengkaji aspek-aspek optimisme milik Martin Seligman dan nilai-nilai optimisme milik Snyder dan Lopez yang digunakan untuk menganalisa sikap optimis tokoh Hinata dalam *anime Haikyuu!! To The Top* karya Haruichi Furudate. Unsur-unsur yang membentuk sebuah karya sastra dibagi menjadi 2 bagian, yaitu unsur intrinsik dan unsur ekstrinsik.

2.1 Unsur Intrinsik

Unsur intrinsik adalah unsur-unsur yang membangun karya sastra itu sendiri. Unsur-unsur inilah yang menyebabkan karya sastra hadir sebagai karya sastra, unsur-unsur yang secara faktual akan dijumpai jika orang membaca karya sastra. Unsur intrinsik sebuah novel adalah unsur-unsur yang (secara langsung) turut serta membangun cerita. Kepaduan antar berbagai unsur intrinsik inilah yang membuat sebuah novel berwujud. Atau, sebaliknya, jika dilihat dari sudut kita pembaca, unsur-unsur (cerita) inilah yang akan dijumpai jika kita membaca sebuah novel. Unsur yang dimaksud, untuk menyebut sebagian saja, misalnya, peristiwa, cerita, plot, penokohan, tema, latar, sudut pandang penceritaan, bahasa atau gaya bahasa, dan lain-lain (Nurgiyantoro, 2015 : 30). Unsur-unsur intrinsik yang terdapat dalam karya sastra adalah sebagai berikut :

1) Tema

Tema merupakan gagasan dasar umum yang menopang sebuah karya sastra dan yang terkandung di dalam teks sebagai struktur semantis dan yang menyangkut persamaan-persamaan atau perbedaan-perbedaan (Hartoko & Rahmanto, 1984:142). Baldic (2001:258) di pihak lain, mengemukakan bahwa

tema adalah gagasan abstrak utama yang terdapat dalam sebuah karya sastra atau yang secara berulang-ulang dimunculkan baik secara eksplisit maupun (yang banyak ditemukan) implisit lewat pengulangan motif (dalam Nurgiyantoro, 2015:115). Menurut Nurgiyantoro (2015: 115) tema adalah gagasan (makna) dasar umum yang menopang sebuah karya sastra sebagai struktur semantis dan bersifat abstrak yang secara berulang-ulang dimunculkan lewat motif-motif dan biasanya dilakukan secara implisit. Sedangkan menurut Marwoto, (2020:2) tema adalah makna cerita, gagasan sentral, atau dasar cerita.

Dari beberapa pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa tema adalah gagasan atau ide pokok dalam sebuah karya sastra, salah satunya adalah tulisan baik novel maupun naskah. Setiap tulisan harus memiliki tema yang digunakan sebagai landasan dasar untuk mengarang.

2) Tokoh dan Penokohan

Tokoh adalah pelaku dalam sebuah cerita, secara tidak langsung menuntun pembaca untuk memahami sebuah peristiwa. Sementara penokohan merupakan cara penulis atau pengarang untuk menggambarkan tokoh dalam sebuah cerita.

a) Tokoh

Istilah tokoh merujuk pada orang atau pelaku cerita. Tokoh cerita (*character*), sebagaimana dikemukakan oleh Abrams (1999:32-33, dalam Nurgiyantoro, 2015:247), adalah orang-orang yang ditampilkan dalam sesuatu karya naratif, atau drama, yang oleh pembaca ditafsirkan memiliki kualitas moral dan kecenderungan tertentu seperti yang diekspresikan dalam ucapan dan apa yang dilakukan dalam tindakan. Tidak berbeda halnya dengan Abrams, Baldic (2001:37) menjelaskan bahwa tokoh adalah orang yang menjadi pelaku dalam cerita fiksi atau drama.

Berdasarkan perbedaan sudut pandang dan tinjauan tertentu, seorang tokoh dapat dikategorikan ke dalam beberapa jenis, yaitu :

a. Tokoh Utama dan Tokoh Tambahan

Tokoh utama adalah tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam novel yang bersangkutan. Sedangkan tokoh tambahan adalah tokoh yang mendukung tokoh utama dalam sebuah cerita, tokoh tambahan biasanya diabaikan atau kurang mendapat perhatian.

b. Tokoh Protagonis dan Tokoh Antagonis

Tokoh protagonis adalah tokoh yang kita kagumi yang salah satu jenisnya secara populer disebut hero, tokoh yang merupakan pengejawantahan norma-norma nilai-nilai yang ideal bagi kita (Altenbernd & Lewis, 1996:59; Baldic, 2001:112). Sedangkan tokoh antagonis adalah tokoh yang berposisi dengan tokoh protagonis, secara langsung ataupun tidak langsung, bersifat fisik ataupun batin.

c. Tokoh Sederhana dan Tokoh Bulat

Tokoh sederhana adalah tokoh yang hanya memiliki satu kualitas pribadi tertentu, satu sifat watak tertentu saja. Sifat, sikap, dan tingkah laku seorang tokoh sederhana bersifat datar, monoton, dan hanya mencerminkan satu watak tertentu. Sedangkan tokoh bulat adalah tokoh yang memiliki dan diungkap berbagai kemungkinan sisi kehidupannya, sisi kepribadian, dan jati dirinya.

d. Tokoh Statis dan Tokoh Berkembang

Tokoh statis adalah tokoh cerita yang secara esensial tidak mengalami perubahan dan atau perkembangan perwatakan sebagai akibat adanya peristiwa-peristiwa yang terjadi (Altenbernd & Lewis, 1966:58). Sedangkan tokoh berkembang adalah tokoh cerita yang mengalami perubahan dan perkembangan perwatakan sejalan dengan perkembangan dan perubahan peristiwa dan plot dikisahkannya.

e. Tokoh Tipikal dan Tokoh Netral

Tokoh tipikal merupakan penggambaran, pencerminan, atau penunjukan terhadap orang, atau sekelompok orang yang terikat dalam sebuah lembaga, atau seorang individu sebagai bagian dari suatu lembaga, yang ada di dunia nyata. Sedangkan tokoh netral adalah tokoh cerita yang bereksistensi demi

cerita itu sendiri. Ia benar-benar merupakan tokoh imajinatif yang hanya hidup dan bereksistensi dalam dunia fiksi. (dalam Nurgiyantoro, 2015:258-275).

b) Penokohan

Menurut Jones, (1968:33, dalam Nurgiyantoro, 2015:247-248), penokohan adalah pelukisan gambaran yang jelas tentang seseorang yang ditampilkan dalam sebuah cerita. Di pihak lain, Baldic, (2001:31) menjelaskan bahwa penokohan (*characterization*) adalah kehadiran tokoh dalam cerita fiksi atau drama dengan cara langsung atau tidak langsung dan mengundang pembaca untuk menafsirkan kualitas dirinya lewat kata dan tindakannya. Penokohan sekaligus menunjuk pada teknik perwujudan dan pengembangan tokoh dalam sebuah cerita. Menurut Dewojati (2010:169) penokohan adalah unsur karakter yang dalam drama biasa disebut tokoh adalah bahan yang paling aktif untuk menggerakkan alur. Lewat penokohan ini, pengarang dapat mengungkapkan alasan logis terhadap tingkah laku tokoh.

Menurut pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa tokoh adalah orang atau pelaku cerita yang berperan penting dalam sebuah karya sastra, sedangkan penokohan adalah bentuk sifat dan sikap yang dimiliki oleh para tokoh, yang membuat pembaca menilai kualitas dirinya melalui perkataan dan tindakan.

3) Alur

Untuk menyebut plot secara tradisional, orang juga sering mempergunakan istilah alur atau jalan cerita, sedangkan dalam teori yang berkembang lebih kemudian dikenal adanya istilah struktur naratif, susunan, dan juga sujet. Plot merupakan unsur fiksi yang penting, bahkan tidak sedikit orang yang menganggapnya sebagai yang terpenting di antara berbagai unsur fiksi yang lain. Menurut Stanton (1965:14) mengemukakan bahwa plot adalah cerita yang berisi urutan kejadian, namun tiap kejadian itu hanya dihubungkan secara sebab akibat, peristiwa yang satu disebabkan atau menyebabkan terjadinya peristiwa yang lain. Sedangkan menurut Kenny (1966:14) mengemukakan plot sebagai peristiwa-peristiwa yang ditampilkan dalam cerita yang tidak bersifat

sederhana karena pengarang Menyusun peristiwa-peristiwa itu berdasarkan kaitan sebab akibat (dalam Nurgiyantoro, 2015:164-167).

Untuk memperoleh keutuhan sebuah plot cerita, Aristoteles mengemukakan bahwa sebuah plot haruslah berdiri dari beberapa tahap, yaitu :

a. Tahap awal (*beginning*)

Tahap awal sebuah cerita biasanya disebut sebagai tahap pengenalan. Tahap pengenalan pada umumnya berisi sejumlah informasi penting yang berkaitan dengan berbagai hal yang akan dikisahkan pada tahap-tahap berikutnya.

b. Tahap tengah (*middle*)

Tahap tengah cerita yang dapat juga disebut sebagai tahap pertikaian menampilkan pertentangan dan atau konflik yang sudah mulai diunculkan pada tahap sebelumnya, menjadi semakin meningkat dan semakin menegangkan.

c. Tahap akhir (*end*)

Tahap akhir sebuah cerita atau dapat juga disebut tahap pelarian, menampilkan adegan tertentu sebagai akibat klimaks. (Nurgiyantoro, 2015: 201-205)

4) Latar

Latar atau *setting* yang disebut juga sebagai landas tumpu, menunjuk pada pengertian tempat, hubungan waktu sejarah, dan lingkungan sosial tempat terjadinya peristiwa-peristiwa yang diceritakan (Abrams, 1999:284 dalam Nurgiyantoro, 2015:302). Latar atau setting adalah tempat, waktu, dan suasana terjadinya suatu peristiwa. Mido (dalam Sehandi, 2016:56) mengemukakan bahwa latar adalah gambaran tentang tempat waktu, dan situasi terjadinya peristiwa. Semakin jelas dan menarik latar yang digambarkan pengarang, maka kualitas karyanya akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin kabur latar yang digambarkan, maka kualitas karya sastra akan semakin rendah. Sedangkan, Aminuddin (2013:67) mengemukakan *setting* adalah latar peristiwa dalam karya fiktif, baik berupa tempat, waktu, maupun peristiwa. Sebagaimana tema, tokoh dan penokohan, setting pun bersifat fiktif. *Setting* memiliki dua fungsi. Fungsi pertama adalah fungsi fisik. Fungsi kedua adalah fungsi psikologis.

Fungsi fisik adalah fungsi yang menggambarkan *setting* secara konkret atau dapat dilihat secara kasat mata, sedangkan fungsi psikologis adalah fungsi yang menggambarkan *setting* secara abstrak atau tidak dapat dilihat secara kasat mata (hanya bisa dirasakan).

Unsur latar dapat dibedakan ke dalam tiga unsur pokok, yaitu sebagai berikut :

a. Latar Tempat

Latar tempat menunjuk pada lokasi terjadinya peristiwa yang diceritakan dalam sebuah karya fiksi. Unsur tempat yang dipergunakan mungkin berupa tempat-tempat dengan nama tertentu, inisial tertentu, mungkin lokasi tertentu tanpa nama jelas.

b. Latar Waktu

Latar waktu berhubungan dengan masalah “kapan” terjadinya peristiwa-peristiwa yang diceritakan dalam sebuah karya fiksi. Masalah “kapan” tersebut biasanya dihubungkan dengan waktu faktual, waktu yang ada kaitannya atau dapat dikaitkan dengan peristiwa sejarah.

c. Latar Sosial Budaya

Latar sosial budaya menunjuk pada hal-hal yang berhubungan dengan perilaku kehidupan sosial masyarakat di suatu tempat yang diceritakan dalam karya fiksi. Tata cara kehidupan sosial masyarakat mencakup berbagai masalah dalam lingkup yang cukup kompleks. Ia dapat berupa kebiasaan hidup, adat istiadat, tradisi, keyakinan, pandangan hidup, cara berpikir dan sikap, dan lain-lain yang tergolong latar spiritual. Disamping itu latar social budaya juga berhubungan dengan status sosial tokoh yang bersangkutan, misalnya rendah, menengah, atau atas (Nurgiyantoro, 2015: 314-322).

2.2 Unsur Ekstrinsik

Unsur ekstrinsik (*extrinsic*) adalah unsur-unsur yang berada di luar teks sastra itu, tetapi secara tidak langsung memengaruhi bangun dan sistem organisme teks sastra atau secara lebih khusus dapat dikatakan sebagai unsur-

unsur yang memengaruhi bangun cerita sebuah karya sastra, namun tidak ikut menjadi bagian didalamnya (Nurgiyantoro, 2015: 30).

1) Teori Psikologi

Teori dalam psikologi memberikan penjelasan tentang perilaku manusia yang didukung oleh bukti dan penelitian.

a) Psikologi

Psikologi (dalam bahasa Indonesia) merupakan serapan dari bahasa Inggris, yaitu *psychology*. Kata *psychology* ini pun berasal dari bahasa Yunani, tepatnya berasal dari dua kata, yaitu “*psyche*” yang berarti jiwa dan “*logos*” yang berarti perbincangan yang mendalam atau ilmu. Atas dasar ini psikologi diartikan sebagai ilmu yang mempelajari tentang kejiwaan manusia (Saifuddin, 2022:1). Bidang studi psikologi mengandalkan pengamatan dan analisis terkait tingkah laku organisme berdasarkan pengalaman yang didapatkan melalui panca indera. Fungsi psikologi antara lain yaitu untuk menjelaskan tingkah laku manusia, memprediksi atau meramalkan tingkah laku serta mengendalikan perilaku yang diharapkan. Psikologi penting dalam beberapa aspek kehidupan, seperti proses rekrutmen, bimbingan konseling atau identifikasi masalah terkait penyebab suatu kejadian.

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) psikologi adalah ilmu yang berkaitan dengan proses mental, baik normal maupun abnormal dan pengaruhnya pada perilaku. Bisa juga diartikan sebagai ilmu pengetahuan tentang gejala dan kegiatan jiwa. Sedangkan pengertian psikologi menurut Plato dan Aristoteles adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Menurut Saleh (2018:8), bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari semua tingkah laku individu yang tidak dapat dilepaskan dari proses lingkungan dan yang terjadi dalam diri individu tersebut.

Wilhelm Wundt menggambarkan psikologi sebagai proses-proses elementer dari kesadaran dalam diri manusia. Dari batasan tersebut dapat

dikemukakan bahwa keadaan jiwa direfleksikan dalam kesadaran manusia. Sedangkan Woodworth dan Marquis menggambarkan bahwa psikologi sebagai proses aktivitas manusia dalam arti yang luas, baik aktivitas motorik, kognitif, maupun emosional. Istilah yang digunakan oleh Wundt adalah kesadaran sedangkan pada Woodworth dan Marquis digunakan aktivitas-aktivitas yang merupakan refleksi dari kehidupan kejiwaan manusia (dalam Saleh, 2018:6).

Menurut pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan tentang tingkah laku, kejiwaan, dan kehidupan individu.

b) Psikologi Positif

Psikologi positif adalah sebuah gerakan baru dalam psikologi, yang tampaknya sangat kuat dan memiliki pengaruh besar dan luas. Pengaruhnya bukan cuma di bidang ilmu psikologi sendiri, tetapi juga ke berbagai bidang ilmu dan bidang kehidupan yang lain, seperti psikiater, pendidikan, kepemimpinan, manajemen, ekonomi, dan bisnis, bahkan politik dan dunia militer. Psikologi positif (*Positive Psychology*) merupakan cabang ilmu baru psikologi yang makin berkembang di mana menurut pandangannya hidup itu harus memiliki suatu kebermaknaan (*meaningfulness*). Psikologi positif adalah studi tentang emosi-emosi positif untuk meningkatkan kualitas hidup manusia. Psikologi positif memfokuskan pada pemahaman dan penjelasan tentang kebahagiaan dan *subjective well-being*. Meskipun demikian, psikologi positif tidak dimaksudkan untuk mengganti atau menghilangkan penderitaan, kelemahan atau gangguan (jiwa), tetapi lebih kepada menambah khasanah atau memperkaya, serta untuk memahami secara ilmiah tentang pengalaman-pengalaman manusia.

Psikologi positif berakar dari psikologi humanisme yang pembahasannya fokus pada kebermaknaan dan kebahagiaan. Sejak munculnya psikologi positif, kajian-kajian tentang kebermaknaan dan kebahagiaan tumbuh subur dan mengemuka dikalangan tokoh-tokoh psikologi positif. Psikologi positif merupakan cabang baru dari ilmu psikologi yang dideklarasikan pertama kali pada tahun 1998 oleh Martin Seligman dan Mihaly Csikszentmihalyi. Mereka

mengatakan: “Kami percaya bahwa pandangan mengenai sisi psikologi positif manusia akan muncul, sehingga manusia akan mencapai pemahaman ilmiah dan efektif untuk meningkatkan kualitas individu, keluarga, dan masyarakat. Psikologi positif bertujuan untuk menjadikan kehidupan normal lebih bermakna, bukan hanya sekedar mengobati penyakit mental semata”. (Sarmadi, 2018 : 5)

Menurut Martin Seligman, psikologi bukan hanya studi tentang kelemahan dan kerusakan, tetapi juga studi tentang kekuatan dan kebajikan. Pengobatan bukan hanya memperbaiki yang rusak; pengobatan juga berarti mengembangkan apa yang terbaik yang ada dalam diri kita. Di sinilah, misi utama Martin Seligman ialah mengubah paradigma psikologi, dari psikologi patogenis yang hanya berfokus pada kekurangan manusia ke psikologi positif, yang berfokus pada kelebihan manusia. Psikologi positif berhubungan dengan penggalian emosi positif, seperti bahagia, kebaikan, humor, cinta, optimis, baik hati, dan sejenisnya (Sarmadi, 2018 : 6).

Menurut Compton (2005), psikologi positif merupakan ilmu yang menggunakan teori-teori psikologis, penelitian, dan teknik intervensi untuk memahami sisi positif, adaptif, kreatif, dan elemen-elemen yang bermakna secara emosional pada perilaku manusia. Sedangkan Peterson & Park (2003) psikologi positif adalah upaya teoritik dan riset mengenai proses membuat hidup menjadi lebih bermakna. Gable & Haidt (2005) berpendapat bahwa psikologi positif merupakan ilmu yang mempelajari kondisi dan proses-proses yang berpengaruh pada pengembangan atau fungsi optimal dari individu, kelompok, dan institusi.

Menurut pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa psikologi positif adalah suatu cabang psikologi yang memahami tentang sisi positif yang berkaitan dengan perilaku individu mengenai proses hidup yang lebih bermakna.

2) Optimisme

Optimisme merupakan salah satu kepribadian yang penting pada seseorang. Optimisme membuat individu mengetahui apa yang diinginkan dan cepat mengubah diri agar mudah menyelesaikan masalah yang tengah dihadapi. Optimisme memiliki tempat penting bagi sebagian orang, tetapi tidak semuanya. Optimisme bukanlah sebuah obat, tetapi dapat melindungi diri dari depresi, dapat meningkatkan pencapaian, dan dapat meningkatkan kesehatan fisik, itu adalah keadaan yang jauh lebih menyenangkan.

Lopez dan Snyder (2003) berpendapat bahwa optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju kearah kebaikan. Perasaan optimis membawa individu pada tujuan yang diinginkan, yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki. Sikap optimis menjadikan seseorang keluar dengan cepat dari permasalahan yang dihadapi karena adanya pemikiran dan perasaan memiliki kemampuan juga didukung anggapan bahwa setiap orang memiliki keberuntungan sendiri-sendiri (dalam Ghufon, 2017:95). Amirta (2008) optimisme adalah wujud prasangka baik kepada Tuhan atas pertolongan-Nya. Orang yang memiliki sikap optimis akan tetap berdiri tegak dan kokoh ketika penderitaan menimpanya. Mereka mengambil cara pandang yang positif karena mereka yakin bahwa Tuhan senantiasa memberikan kebaikan dan bukan menyengsarakan.

Shapiro (dalam Ghufon 2017:99) mendefinisikan Optimisme lebih dari sekedar berpikir positif, bahwa optimisme diartikan sebagai kecendrungan untuk memandang segala sesuatu dan sisi kondisi baiknya, mengharapkan hasil yang paling memuaskan. Individu yang optimis percaya bahwa peristiwa positif yang membahagiakan bersifat *permanence* (akan terus terjadi sepanjang waktu) dan *pervasiveness* (akan terus terjadi dalam situasi berbeda-beda). Menurut Seligman (1991) mendefinisikan optimisme adalah suatu padangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Individu yang optimis mampu menghasilkan

sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal (dalam Ghufron, 2017:96).

Menurut pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa optimisme adalah pandangan positif yang mengharapkan sesuatu berjalan baik pada suatu individu. Orang yang optimis mampu mengatasi kesulitan mereka sendiri karena mereka dapat memotivasi diri sendiri dan percaya bahwa setiap orang memiliki keberuntungan masing-masing.

a) Aspek-Aspek Optimisme

Aspek adalah penjabaran kontrak ukur yang lebih operasional sebelum dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator perilaku yang lebih operasional. Kebanyakan peneliti menamakan penjabaran ini sebagai aspek. Misalnya Betancourt dan Lopez (1993) ketika mengembangkan pengukuran tentang akulturasi mengawali dengan menjabarkan teori menjadi *behavioral aspect of acculturation* (Kim et al., 1999). Aspeknya adalah *food preference, friendship patterns, and language usage*. Aspek-aspek inilah yang kemudian dijabarkan menjadi indikator atau item dalam skala. Beberapa ahli lainnya mengatakan bahwa penyusun skala cukup dari definisi teoritis yang didapatkan dari kajian literatur secara komprehensif. Definisi tersebut kemudian digunakan sebagai pedoman untuk pengembangan aitem (Schwab, 1980 dalam Hidayatullah, 2020:19).

Menurut Seligman (2005) terdapat beberapa cara individu memandang suatu peristiwa berhubungan erat dengan gaya penjelasan (*explanatory style*), yaitu:

a. *Permanence* (Permanen)

Gaya ini menggambarkan bagaimana individu memandang peristiwa sebagai sementara atau permanen. Orang pesimis percaya bahwa peristiwa buruk yang mereka alami bersifat permanen dan menghantui dalam hidup mereka. Sedangkan orang optimis percaya bahwa hal buruk hanya bersifat sementara.

Tabel 1 : Permanence (Permanen)

<i>PERMANENCE</i> (Permanen)	OPTIMISME	PESIMISME
PERISTIWA MENYENANGKAN	Saya selalu beruntung.	Ini adalah hari keberuntunganku. Lawanku kelelahan.
	Lawanku tidak bagus.	Lawanku kelelahan.
PERISTIWA TIDAK MENYENANGKAN	Saya sangat lelah.	Saya tidak berguna.
	Diet tak akan berguna jika anda tetap makan terlalu banyak.	Diet tidak akan pernah berhasil.

(Seligman, 2008:60-62)

Orang optimis akan menganggap peristiwa yang tidak menyenangkan sebagai sesuatu yang terjadi sementara dengan kata-kata “kadang-kadang”, dan melihat peristiwa yang menyenangkan sebagai hal yang bersifat yang permanen. Sedangkan orang yang pesimis menganggap peristiwa yang tidak menyenangkan sebagai suatu yang permanen dengan kata-kata “selalu” dan “tidak pernah”, dan melihat peristiwa yang menyenangkan sebagai hal yang bersifat sementara.

b. *Pervasiveness* (Menyebar)

Gaya penjelasan ini berkaitan dengan ruang lingkup dari peristiwa tersebut, yang meliputi universal (menyeluruh) dan spesifik (khusus). Orang yang optimis bila dihadapkan pada kejadian yang buruk akan membuat penjelasan yang spesifik dari kejadian itu, bahwa hal buruk terjadi diakibatkan oleh alasan khusus dan tidak akan meluas ke hal yang lain.

Tabel 2 : Pervasiveness (Menyebar)

<i>PERVASIVENESS</i> (Menyebar)	OPTIMISME	PESIMISME
PERISTIWA MENYENANGKAN	Saya pintar.	Saya pintar dalam matematika.
	Pialang sahamku mengetahui Wall Street.	Pialang sahamku mengetahui persediaan minyak.
	Saya menarik.	Saya menarik baginya.
PERISTIWA TIDAK MENYENANGKAN	Profesor Seligman itu tidak adil.	Semua guru itu tidak adil.
	Saya jijik padanya.	Saya Menjijikkan.

(Seligman, 2008:64-65)

Ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan, orang pesimis akan memandang secara universal dan ketika mengalami peristiwa yang menyenangkan, akan menganggap bahwa peristiwa tersebut disebabkan oleh faktor-faktor tertentu atau spesifik. Sedangkan orang optimis akan memandang peristiwa yang tidak menyenangkan dengan cara yang spesifik dan peristiwa yang menyenangkan dengan cara universal.

c. *Personalization* (Personalisasi)

Merupakan gaya penjelasan masalah yang berkaitan dengan sumber penyebab terjadinya hal buruk dari internal (dari dalam diri) atau eksternal (luar diri).

Tabel 3 : Personalization (Personalisasi)

<i>PERSONALIZATION</i> (Personalisasi)	OPTIMISME	PESIMISME
PERISTIWA MENYENANGKAN	Saya bisa mengambil keuntungan dari keberuntungan.	Keberuntungan yang tiba-tiba.
	Keahlianku.	Keahlian teman satu timku.
PERISTIWA TIDAK MENYENANGKAN	Saya tidak beruntung dalam bermain poker.	Saya tidak punya bakat bermain poker.
	Saya tumbuh dalam kemiskinan.	Saya tidak aman.

(Seligman, 2008:68-69)

Ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan, orang yang pesimis akan menganggap bahwa hal itu terjadi karena faktor dari dalam dirinya dan ketika mengalami peristiwa menyenangkan akan menganggap bahwa hal itu disebabkan oleh faktor luar dirinya. Sedangkan orang optimis akan menganggap hal yang tidak menyenangkan disebabkan oleh faktor eksternal dan hal menyenangkan disebabkan oleh faktor dalam dirinya.

b) Nilai-Nilai Optimisme

Nilai (*value*) adalah harga atau penghargaan yang melekat pada suatu objek. Fraenkel mengatakan tentang nilai sebagai sebuah gagasan tentang apa yang dianggap penting oleh seseorang dalam hidup. Ketika seseorang memberi nilai pada suatu hal maka dia akan menganggap hal itu berguna, untuk dimiliki, dilakukan, atau mencoba mendapatkannya. Nilai merupakan sebuah hal yang dianut seseorang karena dia menganggap hal itu dapat memberi manfaat bagi dirinya sehingga dia akan berusaha memiliki, mengerjakan, atau mencoba mendapatkannya (dalam Syaefudin, 2020: 105).

Nilai-nilai optimisme dalam penelitian ini menggunakan ciri-ciri optimisme menurut Snyder dalam buku *Emosional Intelligence*, (Goleman, 2007:122). yaitu:

a. Memiliki Harapan yang Tinggi

Individu yang memiliki harapan yang tinggi cenderung lebih termotivasi dan lebih percaya diri dalam mengambil tugas, memiliki energi dan keinginan yang kuat serta determinasi yang tinggi untuk memenuhi harapannya, dan cenderung memiliki cara alternatif ketika hambatan muncul, sehingga menghasilkan kinerja yang lebih tinggi (Wicaksana, 2021:140). Pengharapan adalah harapan yang ingin dicapai oleh hati sedangkan harapan adalah asa atau cita-cita yang membuat seorang dapat bertahan dalam berbagai rintangan, harapan adalah sesuatu yang sangat penting yang membuat seorang terus maju ketika segala sesuatu itu sangat terasa sulit (Goleman, 2007:122). Seseorang dengan harapan yang tinggi cenderung memiliki keinginan yang kuat untuk mencapai sesuatu yang ingin dicapainya.

b. Tidak Mudah Putus Asa

Putus asa adalah sikap seseorang yang telah merasa gagal dalam menjalani hidupnya, entah itu gagal dalam mewujudkan cita-cita, mimpi, atau harapan. Putus asa adalah suatu keadaan di mana seseorang sudah merasa jengah untuk menjalani kehidupan. Jalan dan tujuannya seperti tak terarah, untuk beraktivitas pun seperti sudah tak bergairah (Berkah, 2019:4). Seseorang yang putus asa yang membuat dirinya tidak berdaya dalam segala hal, tetapi seseorang yang tidak mudah putus asa akan bangkit dan selalu mencoba, walaupun gagal dalam segala hal, mereka akan terus berusaha sampai benar-benar berhasil.

c. Mampu Memotivasi Diri

Secara umum definisi atau pengertian motivasi dapat diartikan sebagai suatu tujuan atau dorongan, dengan tujuan sebenarnya tersebut yang menjadi daya penggerak utama yang berasal dari diri seseorang atau dari orang lain dalam berupaya dalam mendapatkan atau mencapai apa yang diinginkannya baik itu secara positif atau negatif. Secara ringkas, motivasi merupakan suatu

perubahan yang terjadi pada diri seseorang yang muncul adanya gejala perasaan, kejiwaan dan emosi sehingga mendorong individu untuk melakukan atau bertindak sesuatu yang disebabkan karena kebutuhan, keinginan, dan tujuan (Dayana dan Marbun, 2018:9). Seseorang yang mampu memotivasi dirinya merupakan seseorang yang tidak mudah menyerah dan tidak mudah putus asa, karena mereka mendapatkan dorongan dari diri sendiri maupun orang lain untuk melakukan apa yang mereka inginkan dan butuhkan untuk mencapai tujuan mereka.

d. Kepercayaan Diri yang Tinggi

Percaya diri adalah penilaian positif terhadap diri sendiri mengenai kemampuan yang ada dalam dirinya untuk menghadapi berbagai situasi dan tantangan serta kemampuan mental untuk mengurangi pengaruh negatif dari keragu-raguan yang mendorong individu untuk meraih keberhasilan atau kesuksesan tanpa tergantung kepada pihak lain dan bertanggung jawab atas keputusan yang telah ditetapkannya (Mirhan, 2016:88). Dengan memiliki kepercayaan diri yang tinggi, seseorang dapat melakukan apapun yang mereka ingin lakukan tanpa ragu dan merasa malu pada orang lain. Mereka yang percaya diri lebih mudah untuk mencapai keberhasilan karena mereka tidak akan ragu-ragu dalam mengambil tindakan.

e. Tidak Bersikap Pasrah

Pasrah adalah kata yang sangat umum kita dengar. Namun, sangat sedikit orang yang sungguh-sungguh menyadari makna pasrah sesungguhnya. Masih banyak yang mencampuradukkannya dengan “putus asa”, bahkan tidak sedikit yang berkata, “Ya sudah pasrah sajalah mau diapain lagi.” Para ahli bahasa pun banyak yang mencoba mendefinisikan “pasrah” dengan: berserah, surrender, dan sebagainya. Pasrah adalah terjadi kehendak-Mu saja Tuhan, penyerahan seluruh diri kami untuk-Mu saja dengan sepenuh hati (Pangayoman, 2019: 23). Tidak bersikap pasrah berarti tidak ada kecemasan atau putus asa dalam mencapai suatu tujuan. Seseorang dengan tidak bersikap pasrah akan menerima sesuatu apapun yang terjadi tanpa mengeluh sedikitpun.

Berdasarkan beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini dibutuhkan dua unsur, yaitu unsur intrinsik dan ekstrinsik. Unsur intrinsik terdiri dari tema, tokoh dan penokohan, alur, dan latar. Unsur ekstrinsik terdiri dari teori psikologi yang mencakup aspek-aspek optimisme milik Martin Seligman yang terdiri dari permanen, menyebar, dan pesonalisasi, dan nilai-nilai optimisme milik Snyder yang terdiri dari memiliki harapan yang tinggi, tidak mudah putus asa, mampu memotivasi diri, kepercayaan diri yang tinggi, dan tidak bersikap pasrah. Untuk menganalisa kedua unsur tersebut akan dibahas pada bab selanjutnya.

