

Correlation Between Optimism and Adversity Quotient for Students at SMP X

[Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient Pada Siswa di SMP X]

Masyitah Ilmi Budiarti¹⁾, Dwi Nastiti^{*2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Email Penulis Korespondensi : dwinastiti@umsida.ac.id^{*2)}

Abstract. *Adversity Quotient is conceptualized as an individual's capacity to confront and adapt to challenges or life difficulties. Within the context of students, this construct plays a crucial role in enabling them to cope with various everyday problems. This study employed a quantitative correlational design to examine the relationship between optimism and adversity quotient among junior high school students at SMP X. The research population comprised 201 students, from which a sample of 132 participants was drawn. Data were collected using an optimism scale (reliability coefficient = 0.778) and an adversity quotient scale (reliability coefficient = 0.853). The data were analyzed through Pearson's product-moment correlation test using JASP 19.0 software. The findings revealed a significant positive correlation ($r = 0.383$, $p < 0.05$), indicating that higher levels of optimism are associated with greater adversity quotient among students.*

Keywords – Adversity Quotient; Junior High School Students; Optimism

Abstrak. *Adversity Quotient merupakan variabel yang merepresentasikan kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan maupun kesulitan hidup. Bagi siswa, aspek ini juga sangat dibutuhkan untuk membantu mereka mengatasi berbagai permasalahan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan tujuan mengetahui korelasi antara optimisme dan adversity quotient pada siswa SMP X. Populasi penelitian berjumlah 201 siswa SMP X, dengan sampel penelitian sebanyak 132 siswa. Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini terdiri dari skala optimisme dengan reliabilitas 0,778 serta skala adversity quotient dengan reliabilitas 0,853. Data di analisis dengan menggunakan uji pearson product moment dengan software JASP 19.0. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif signifikan ($r = 0,383$, $p < 0,05$) yang menegaskan dimana semakin tinggi optimisme siswa, maka adversity quotient siswa juga akan ikut tinggi.*

Kata Kunci – Adversity Quotient; Optimism; Siswa SMP

I. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah hal yang dianggap penting pada saat ini dikarenakan melalui pendidikan dapat tercipta individu yang cerdas dan dapat bersaing dengan individu lainnya [1]. SMP merupakan salah satu jenjang pendidikan yang ada di Indonesia. Siswa SMP sendiri termasuk kedalam kategori remaja, dimana salah satu ciri utama dari masa perkembangan remaja adalah adanya kegelisahan dan juga pertentangan diakibatkan proses mencari identitas diri, namun juga diikuti dengan keinginan yang besar untuk dapat mencapai potensi diri [2]. Selain itu, remaja adalah masa yang dekat dengan kenalan remaja, dimana banyak perilaku maladaptif yang terjadi seperti membolos, merokok, dan kenakalan remaja lainnya yang tidak jarang dilakukan sebagai bentuk coping terhadap masalah yang dihadapi siswa [3]. Masa remaja ini juga berpotensi menimbulkan beberapa permasalahan khususnya permasalahan akademik dimana apabila tidak teratasi dengan baik akan membuat remaja kesulitan menghadapi permasalahan tersebut.

Individu dalam proses kehidupannya akan selalu menghadapi beberapa permasalahan. Bagaimana individu merasakan dan menyikapi permasalahan yang dihadapi menjadi landasan ketahanan individu terhadap kesulitan tersebut [4]. Meskipun beberapa tekanan yang mampu memberikan perasaan stress, beberapa individu dapat bertahan, menghadapi, menguatkan, dan berhasil melewati beberapa tekanan tersebut dan menjalani hidup sebagaimana mestinya [5]. Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan masa remaja awal yaitu sebuah

masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang dicirikan dengan adanya tuntutan” di bidang akademik, sosial, dan emosional yang

lebih kompleks jika dibandingkan dengan masa perkembangan sebelumnya [6]. Sehingga muncul urgensi untuk mengkaji lebih dalam mengenai tingkat ketahanan siswa SMP, dimana ketahanan tersebut berkorelasi dengan tantangan yang dihadapi remaja, dan juga bisa berperan dalam kesehatan mental dari siswa SMP sehingga remaja dapat berperilaku lebih positif dalam menghadapi tantangan dan selanjutnya berhasil dalam menghadapi tantangan tersebut. Kemampuan untuk dapat menghadapi permasalahan dan tetap menjalankan hidup ini sering disebut sebagai *adversity quotient*.

Lebih lanjut, *Adversity quotient* dapat didefinisikan sebagai kegigihan dan ketangguhan yang dimiliki oleh seorang individu terhadap masalah sampai individu dapat menemukan solusi dan akhirnya mengatasi rintangan dan kesulitan yang dihadapi [7]. *Adversity Quotient* adalah penjelasan mengapa beberapa individu dapat bertahan ketika berada dalam kesulitan dan beberapa individu lainnya menyerah atau melakukan beberapa perilaku maladaptif ketika dihadapkan dengan kesulitan [8]. *Adversity Quotient* juga tercerminkan dalam sikap dan respon seseorang ketika dihadapkan kepada permasalahan bergantung kepada kondisi, situasi, masalah, dan juga emosi yang akan mempengaruhi bentuk penyelesaian dan perilaku apa yang akan dimunculkan individu [9].

Akan ada beberapa dampak negatif yang muncul ketika seorang remaja memiliki *adversity quotient* yang rendah. Remaja memang telah memiliki tingkat berpikir yang lebih baik dari masa perkembangan sebelumnya yaitu anak-anak, namun tidak jarang remaja juga mudah terpengaruh lingkungan, sehingga remaja akan sangat rentan melakukan kenakalan remaja [10]. Hal ini didukung oleh data BNN yang menjelaskan 20% dari sekitar 90 ribu orang pengguna narkoba merupakan remaja dan siswa sekolah [11]. Hal ini menandakan bahwa apabila remaja/pelajar tidak memiliki *adversity quotient* yang cukup, maka akan ada kecenderungan dimana mereka akan melakukan kenakalan remaja sebagai bentuk *coping strategy* yang sebenarnya lebih tergolong kepada perilaku maladaptif. *Adversity quotient* juga dalam bidang pendidikan berkorelasi secara signifikan kepada *academic stress* atau stress yang muncul akibat adanya tekanan selama proses akademik, individu dengan *adversity quotient* yang lebih tinggi cenderung menunjukkan tingkat yang lebih rendah *academic stress* yang dirasakan oleh siswa, sehingga dia dapat lebih fokus pada proses belajarnya [12]. Pencapaian dan prestasi dari siswa juga sangat bergantung kepada bagaimana siswa menghadapi permasalahan dalam proses belajarnya dan strategi apa yang akan dia terapkan untuk menghadapi permasalahan tersebut [13]. *Adversity quotient* juga penting untuk dimiliki oleh siswa remaja dikarenakan dapat meningkatkan beberapa aspek psikologi positif seperti motivasi, kepercayaan diri, tujuan yang jelas, antusiasme, kreatifitas dan produktivitas [14]. Sebaliknya, siswa yang tidak dapat menghadapi dan menyusun strategi yang efektif untuk menghadapi permasalahan akan kesulitan dalam proses belajar yang dia jalani.

Stoltz adalah orang yang mencetuskan konstruk psikologis *adversity quotient*, dimana dia membagi konstruk tersebut menjadi 4 aspek yaitu aspek kendali (*control*), aspek daya tahan (*endurance*), jangkauan (*reach*), dan kepemilikan (*origin/ownership*). Aspek kendali dapat didefinisikan sebagai seberapa besar seseorang merasa dapat mengendalikan permasalahan yang dia hadapi. Semakin besar kendali yang dirasakan oleh individu, maka akan semakin besar pula kemungkinan individu tersebut dapat bertahan dan begitu juga sebaliknya. Selanjutnya aspek daya tahan dapat didefinisikan sebagai persepsi individu terkait seberapa lama sebuah masalah akan berlangsung. Individu dengan tingkat daya tahan yang tinggi cenderung lebih tangguh dalam menghadapi permasalahan. Aspek jangkauan dapat didefinisikan sebagai persepsi individu terkait seberapa jauh sebuah permasalahan akan berdampak kepada bidang-bidang lain dalam kehidupan individu tersebut. Semakin individu dapat mengendalikan permasalahan agar tidak merambah ke bidang kehidupannya lain, maka akan semakin tahan individu tersebut. Terakhir aspek kepemilikan yaitu bagaimana individu menilai siapa atau apa yang menjadi sumber masalah serta sejauh mana dirinya berperan dalam memengaruhi masalah tersebut. [15].

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan juga membahas mengenai *adversity quotient* pada siswa SMP. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hidayah et al [16] terhadap 27 siswa SMP, maka dapat ditemukan sebanyak 9 siswa termasuk kepada kategori *adversity quotient* yang rendah. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Utami et al [17] kepada 151 sampel penelitian menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 35 siswa berada pada kategori yang lebih rendah jika dibandingkan rekan sampelnya yang lain. Hal ini menandakan bahwa beberapa siswa SMP VII masih memiliki kendala *adversity quotient* yang rendah.

Fenomena rendahnya *adversity quotient* juga ditemukan pada siswa sekolah SMP X. Peneliti melakukan survei awal untuk mengukur tingkatan *adversity quotient* pada 5 siswa sekolah SMP X dengan memberikan kuesioner yang berdasar pada 4 aspek *adversity quotient* oleh Stoltz. Alternatif jawaban yang disediakan adalah ya dan tidak. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan maka dapat ditemukan bahwa tiap siswa cenderung menjawab tidak terkait pernyataan diri yang menyatakan *adversity quotient* yang baik. Peneliti juga melakukan wawancara singkat dengan beberapa narasumber, dimana sebagian menunjukkan tidak adanya perilaku *adversity quotient* seperti merasa kesulitan dan tidak memiliki kendali ketika menghadapi tantangan (*aspek control*), tidak berusaha untuk memahami tantangan akademik secara mendalam (*origin dan ownership*), dan ada kecenderungan siswa akan merasa masalah tersebut akan berketerusan dan berpengaruh kepada kehidupannya secara keseluruhan (*reach dan endurance*). Hal ini menandakan bahwa terdapat kecenderungan *adversity quotient* yang rendah pada

sampel penelitian sehingga hal ini dapat menjadi justifikasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait *adversity quotient* pada siswa SMP X. Berikut hasil survei awal yang telah dilakukan.

Grafik 1. Survei Awal Penelitian



Berdasarkan beberapa literatur, optimisme memiliki hubungan dengan variabel *adversity quotient* [18]–[20]. Optimisme dapat didefinisikan sebagai bentuk berpikir positif dimana individu percaya bahwasannya kebahagiaan akan muncul dari hal baik yang telah dilakukan, sehingga optimisme merupakan sebuah komponen yang penting dalam individu ketika dihadapkan dengan tekanan [21]. Adanya optimisme dapat membawa individu kepada tujuan yang diinginkan, mempercayai kemampuan yang dimiliki, dan sekaligus dapat membawa seseorang keluar dari permasalahannya dengan lebih cepat [22]. Sikap optimisme memegang peranan penting dalam proses pendidikan, sebab dengan adanya optimisme seseorang akan memiliki ketekunan yang lebih tinggi dalam menghadapi berbagai tantangan, baik di lingkungan kelas maupun di luar kelas [23].

Menurut Seligman, Optimisme dapat tergambarkan melalui 3 dimensi yaitu permanen, pervasif, dan personalisasi. Dimensi permanen merupakan gambaran bagaimana individu melihat permasalahan yang dihadapi apakah bersifat sementara atau tetap. Orang yang merasa pesimis akan memiliki kecenderungan untuk melakukan pengelihatian permasalahan sebagai sebuah hal yang tetap sedangkan individu yang optimis akan melihat permasalahan sebagai sebuah hal yang sementara dan akan tergantikan dengan hal baik. Selanjutnya dimensi pervasif yang menggambarkan pola pikir individu terhadap dampak suatu masalah terhadap kehidupannya. Individu yang pesimis melihat bahwa sebuah masalah akan berdampak kepada kehidupannya secara keseluruhan, sedangkan individu yang optimis akan melihat masalah bukan hanya dari sisi negatif tetapi juga pada sisi positif yang dapat berdampak kepada kehidupannya. Terakhir, dimensi personalisasi merupakan dimensi yang menggambarkan yaitu bagaimana individu mempersepsikan sumber masalah yang terjadi apakah terjadi karena faktor internal individu atau eksternal individu. Orang optimis akan memiliki kecenderungan melihat kejadian baik bersifat internal sedangkan kejadian buruk bersifat eksternal [24].

Septiana dan Arifiana dalam penelitiannya pada mahasiswa yang bekerja menemukan adanya korelasi positif yang signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* ($r=0,760$, $p<0,001$) [25]. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Ismei dengan populasi siswa SMA menemukan bahwa optimisme dan *adversity quotient* berkorelasi secara positif dan signifikan ($r=0,755$, $p<0,001$) [26]. Penelitian yang dilakukan Rahayu et al pada populasi siswa SMA juga menemukan bahwa optimisme dan *adversity quotient* dapat berkorelasi secara positif dan signifikan ($r=0,787$, $p<0,001$) [27]. Beberapa penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa optimisme dan *adversity quotient* memiliki keterkaitan yang signifikan, namun demikian tetap diperlukan beberapa penelitian empiris terbaru untuk menguatkan posit tersebut. Adapun beberapa nilai kebaruan dari penelitian ini adalah karakteristik, budaya, dan era yang terus berkembang pada sampel penelitian sehingga memungkinkan adanya hasil yang mungkin dapat memberikan pandangan baru kepada kajian *adversity quotient* pada siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur korelasi antar variabel x optimisme dan y *adversity quotient* pada siswa di SMP X. Peneliti mengajukan hipotesis bahwa ada hubungan positif antara optimisme dan *adversity quotient* pada subjek penelitian ini.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk mengukur hubungan antara variabel X (optimisme) dan variabel Y (*adversity quotient*). Populasi penelitian berjumlah 201 siswa SMP X, yang terdiri atas 72 siswa kelas VII, 52 siswa kelas VIII, dan 77 siswa kelas IX. Jumlah sampel ditentukan berdasarkan tabel *Krejcie-Morgan* dengan taraf signifikansi 0,05, sehingga diperoleh ukuran sampel sebanyak 132 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah stratified random sampling, dengan distribusi sampel sebanyak 47 siswa dari kelas VII, 34 siswa dari kelas VIII, dan 51 siswa dari kelas IX.

Alat ukur yang digunakan menggunakan 2 skala psikologi yaitu skala optimisme dan adversity quotient yang mengadopsi dari penelitian sebelumnya. Skala optimisme mengadopsi dari penelitian oleh Bangun [24] dan mengacu pada teori optimisme *seligman* dengan aspek permanen, pervasif, dan personalisasi. Hasil *tryout* dan uji validitas dan reliabilitas yang dilakukan oleh peneleiti menunjukkan alat ukur reliabel dengan nilai reliabilitas $\alpha = 0,890$ dan total aitem valid 25 aitem. Selanjutnya skala *adversity quotient* mengadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Rahayu [15] dan mengacu pada teori *adversity quotient* Stoltz yaitu kendali, daya tahan, jangkauan, dan kepemilikan. Setelah dilakukan *tryout* dan uji validitas dan reliabilitas, alat ukur dianggap valid dan reliabel dengan nilai reliabilitas $\alpha = 0,828$ dengan total aitem yang valid sebanyak 16 aitem . Alat ukur penelitian terdiri dari 4 alternatif yang bergerak dari Sangat Tidak Setuju (STS) hingga Sangat Setuju (SS). Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *pearson product moment correlation*. *Software* yang digunakan untuk melakukan analisa data dalam penelitian ini adalah program JASP versi 18.2.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Demografi

Berdasarkan pengambilan data yang sudah dilakukan, berikut data demografi dari sample yang telah dikumpulkan.

Tabel 1. Data Demografi

Data	Frekuensi
Jenis Kelamin	
Laki Laki	63
Perempuan	69
<u>Total</u>	<u>132</u>
Kelas	
Kelas VII	47
Kelas VIII	34
Kelas IX	51
<u>Total</u>	<u>132</u>

Berdasarkan tabel tersebut, maka dapat ditemukan bahwa jumlah antara siswa laki-laki dan perempuan tidak terlalu jauh dengan selisih sebanyak 6 orang. Selanjutnya juga ditemukan bahwa anggota terbanyak dari sampel ada siswa kelas IX dengan total 51 orang.

Uji Asumsi

Berikut uji asumsi normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan metode shapiro wilk

Tabel 2. Uji Normalitas

Shapiro-Wilk	p-value
0.993	0.902

Uji normalitas dengan metode *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa data penelitian terdistribusi normal, ditunjukkan dengan nilai p-value sebesar 0,902. Nilai tersebut memenuhi kriteria normalitas karena lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Dengan demikian, data layak digunakan untuk tahap pengujian hipotesis dengan sebaran membentuk kurve normal.

Selanjutnya dilakukan uji Linearitas untuk mengukur apakah terdapat hubungan linear antara variabel x dan y. Berikut hasil uji linearitas yang telah dilakukan:

Tabel 3. Uji Linearitas

Linearity	p-value
Optimisme - Adversity Quotient	0,001

Berdasarkan pengujian yang dilakukan, ditemukan bahwa optimisme dan *adversity quotient* memiliki hubungan linear yang signifikan ($p\text{-value} < 0,05$). Dengan demikian, dapat dipastikan kedua variabel berhubungan secara linear.

Uji Hipotesis

Berikut hasil uji korelasi dengan menggunakan metode pearson correlation

Tabel 3. Uji Korelasi Pearson

Variabel	Pearson's r	p
Optimisme - Adversity Quotient	0.385	< .001

Uji korelasi dengan uji *pearson correlation* menghasilkan hubungan positif signifikan antara kedua variabel ($r = 0,385$; $p < 0,05$). Sehingga semakin tinggi salah satu, maka akan tinggi pula variabel lainnya.

Kategorisasi Data

Kategorisasi data penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus kategorisasi berikut :

- Rendah : $X < M - 1SD$
- Sedang : $M - 1SD < X < M + 1SD$
- Tinggi : $X > M + 1SD$

Keterangan

M : Nilai Mean

Sd : Standar Deviasi

Maka selanjutnya dapat ditentukan kategorisasi data penelitian yang didapatkan adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Kategorisasi data Optimisme

Kategori	Rentang	Frekuensi
Rendah	<58	20
Menengah	58-68	92
Tinggi	>68	20
Total		132

Berdasarkan data penelitian, maka dapat ditemukan bahwa populasi memiliki tingkatan kategorisasi pada variabel optimisme sebagai berikut : Rendah sebanyak 20 orang, menengah sebanyak 92 orang, dan tinggi sebanyak 20 orang. Hal ini menunjukkan bahwa beberapa siswa masih menunjukkan tingkat optimisme yang rendah, sehingga dapat dilakukan analisis lebih lanjut pada penelitian selanjutnya mengenai data ini.

Tabel 5. Kategorisasi Adversity Quotient

Kategori	Rentang	Frekuensi
Rendah	<35	22
Menengah	35-44	92
Tinggi	>44	18
Total		132

Selanjutnya pada data *adversity Quotient*, dapat ditemukan bahwa populasi penelitian memiliki tingkatan kategorisasi sebagai berikut : Rendah sebanyak 22 Orang, menengah sebanyak 92 orang, dan tinggi sebanyak 18 orang. Data ini menunjukkan bahwa beberapa siswa memiliki tingkatan *adversity quotient* yang lebih rendah jika dibandingkan dengan rekan populasinya. Sehingga hasil ini bisa menjadi referensi penelitian selanjutnya untuk meneliti *adversity quotient* pada populasi ini.

Pembahasan

Analisis data menunjukkan hubungan positif signifikan untuk optimisme terhadap *adversity quotient* ($r = ,385$; $p < 0,05$). Sehingga ada hubungan linear dan searah mengenai meningkatnya variabel x dan y dan sebaliknya. Sehingga hipotesis penelitian ini terbukti benar.

Berdasarkan hasil studi sebelumnya juga menunjukkan hasil relevan, Sudata [28] melaporkan hubungan positif antara kedua variabel pada siswa. Selanjutnya penelitian oleh Afrianti [29] juga menghasilkan hubungan signifikan positif antar variabel x dan y . Adapun Muslimah dan Satwika [30] dengan subjek penelitian yang sama dengan penelitian ini juga menemukan hasil yang sama.

Individu dengan tingkat optimisme yang tinggi akan memiliki harapan yang baik dan berpandangan semua yang terjadi didalam kehidupan dapat diatasi meskipun terlihat berat [31]. Siswa dengan optimisme yang tinggi ketika menemukan masalah dalam kehidupan akademiknya, seperti nilai ujian yang buruk, mendapatkan feedback yang negatif, atau mengalami masalah dalam hal lainnya akan lebih mudah untuk memproses dan menghadapi masalah tersebut. Kecerdasan seseorang dalam menghadapi masalah sebagian besar dipengaruhi oleh keyakinan positif individu tersebut kepada masalah tersebut dan pandangannya juga kepada masa depan [32]. Sehingga keyakinan positif atau optimisme siswa akan mempengaruhi kecerdasannya dalam menghadapi masalah.

Adversity quotient sebagai bagian dari respon individu terhadap kesulitan tidak terlepas pula dari bagaimana cara pandang individu tersebut kepada kehidupannya [33] sehingga siswa yang memiliki cara pandang yang baik terhadap kehidupannya, baik secara akademik ataupun secara keseluruhan akan cenderung memiliki *adversity quotient* yang baik. Optimisme juga berkaitan dengan cara pandang yang realistis kepada permasalahan, sehingga memungkinkan seseorang untuk melihat permasalahan secara objektif [34]. Adanya optimisme pada siswa tentunya dapat membuat siswa melihat permasalahan sebagai sebuah hal yang objektif dan realistis, sehingga selanjutnya dapat mengambil tindakan sesuai dengan hal yang dia hadapi, dan menunjukkan *adversity quotient* dalam prosesnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel terbanyak adalah siswa perempuan dengan total 69 siswa. Hal ini mungkin dapat mempengaruhi hasil dari penelitian ini sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Somaratne et al [35], yang menemukan bahwa faktor demografi seperti jenis kelamin dapat memberikan kontribusi peningkatan prediksi *adversity quotient* pada individu. Meskipun, secara individual, jenis kelamin tidak memberikan dampak yang signifikan secara individual.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya metode penelitian yang sederhana, sehingga disarankan penelitian selanjutnya menggunakan metode regresi linear atau penelitian terkait. Selanjutnya penelitian ini juga hanya menggunakan 2 variabel sehingga disarankan penelitian selanjutnya menggunakan 3 atau lebih variabel untuk menganalisis lebih dalam mengenai variabel *adversity quotient*.

VII. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada siswa SMP X. Temuan tersebut sejalan dengan hipotesis yang diajukan, yaitu terdapat keterkaitan yang signifikan antara kedua variabel, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Berdasarkan temuan ini, peneliti merekomendasikan perlunya upaya untuk meningkatkan optimisme siswa, misalnya melalui program pelatihan dan psikoedukasi. Sekolah bersama guru dapat berkolaborasi dengan lembaga konseling serta orang tua siswa dalam menyelenggarakan psikoedukasi maupun seminar untuk mendukung peningkatan optimisme. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi riset-riset berikutnya yang membahas mengenai *adversity quotient*, sehingga pemahaman mengenai konsep ini dapat dikembangkan secara lebih mendalam dan menyeluruh.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi siswa dalam meningkatkan *adversity quotient* melalui pengembangan sikap optimis, misalnya dengan berpartisipasi dalam kegiatan positif seperti ekstrakurikuler sekolah maupun aktivitas remaja lainnya. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan mendorong pihak sekolah untuk menyediakan layanan pendidikan yang lebih berkualitas sebagai upaya mendukung peningkatan *adversity quotient* siswa. Untuk penelitian berikutnya, disarankan agar melibatkan variabel lain yang memiliki keterkaitan dengan *adversity quotient* sehingga kajian mengenai topik ini dapat lebih mendalam dan komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan apresiasi kepada Kepala Sekolah SMP X yang telah memberikan izin pelaksanaan penelitian di lingkungan sekolah tersebut. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada para wali siswa serta siswa yang telah berpartisipasi dan berkontribusi dalam penelitian ini.

REFERENSI

- [1] D. Atrizka, K. Sanjaya, D. Vanthera, W. Wulandari, K. S. Limbong, and R. Yusfasari, "Perbedaan Adversity Quotient ditinjau dari Coping Stress dan Self Efficacy," *Psyche 165 J.*, vol. 13, no. 2 SE-Articles, pp. 263–268, Jan. 2020, doi: 10.35134/jpsy165.v13i2.89.
- [2] S. L. Nishfi and A. Handayani, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang," *J. Psychol. Perspect. Vol 3, No 1 June 2021*, 2021, doi: 10.47679/jopp.311132021.
- [3] N. K. C. Cahyadewi and L. K. A. Susilawati, "Analisis Faktor Sosial, Keluarga, dan Psikologis di Balik Kenakalan Remaja: Literature Review," *RIGGS J. Artif. Intell. Digit. Bus.*, vol. 4, no. 2 SE-Articles, pp. 7493–7500, Jul. 2025, doi: 10.31004/riggs.v4i2.1882.
- [4] A. A. Padli, S. Marwiyah, and H. Kulle, "Adversity Quotient (Ketahananmalangan) Siswa Madrasah Tsanawiyah Ditinjau dari Tinggal Asrama dan Non Asrama," *J. Stud. Guru dan Pembelajaran*, vol. 7, no. 1 SE-Regular Articles, pp. 104–113, Mar. 2024, doi: 10.30605/jsgp.7.1.2024.3044.
- [5] E. D. Aprilia, "Adversity Quotient of Late Adolescence: a Lesson To Build Survival Skill From Early Life," *Proc. Int. Conf. Roles Parents Shap. Child. Characters*, no. 1997, pp. 332–343, 2018, [Online]. Available: <http://jurnal.unsyiah.ac.id/ICECED/article/view/13716>
- [6] N. A. A. Sulhan, "Periodisasi Perkembangan Anak Pada Masa Remaja: Tinjauan Psikologi," *Behavior*, vol. 1, no. 1, pp. 9–36, 2024, [Online]. Available: <https://www.jurnal.stainmajene.ac.id/index.php/bkpi/article/view/1332>
- [7] M. N. Refizal and D. Nastiti, "Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Islam," *Indones. J. Innov. Stud.*, vol. 13, no. 2, pp. 1–12, 2020, doi: 10.21070/ijis.v5i0.1590.
- [8] Y. Wardani and A. Mahmudi, "A profile of vocational high school students' adversity quotient towards mathematics," *J. Phys. Conf. Ser.*, vol. 1320, no. 1, p. 12062, 2019, doi: 10.1088/1742-6596/1320/1/012062.
- [9] H. R. Juwita, Roemintoyo, and B. Usodo, "The Role of Adversity Quotient in the Field of Education: A Review of the Literature on Educational Development," *Int. J. Educ. Methodol.*, vol. 6, no. 3, pp. 507–515, 2020, doi: 10.12973/ijem.6.3.507.
- [10] A. Mahesha, D. Anggraeni, and M. I. Adriansyah, "Mengungkap Kenakalan Remaja: Penyebab, Dampak, dan Solusi," *Prim. J. Ilm. Multidisiplin*, vol. 2, no. 1 SE-Articles, pp. 16–26, Feb. 2024, doi: 10.55681/primer.v2i1.278.
- [11] A. Singh, K. Sharmila, and S. Agarwal, "Assessing Various Strategies used by Adolescents to Overcome Adversity," *Asian Pacific J. Heal. Sci.*, vol. 9, no. 2, pp. 221–225, 2022, doi: 10.21276/apjhs.2021.9.2.44.
- [12] P. E. E. Aung and A. A. San, "Adversity Quotient and Academic Stress of Students From Universities of Education," *J. Myanmar Acad. Arts Sci.*, vol. 18, no. 9B, pp. 647–658, 2020, [Online]. Available: [http://www.maas.edu.mm/Research/Admin/pdf/48_Daw_Poe_Ei_Ei_Aung_\(647-658\).pdf](http://www.maas.edu.mm/Research/Admin/pdf/48_Daw_Poe_Ei_Ei_Aung_(647-658).pdf)
- [13] D. V. Sigit, A. Suryanda, E. Suprianti, and I. Z. Ichsan, "The effect of adversity quotient and gender to learning outcome of high school students," *Int. J. Innov. Technol. Explor. Eng.*, vol. 8, no. 6 C2, pp. 34–37, 2019, [Online]. Available: https://www.researchgate.net/profile/Ilmi-Ichsan/publication/333703760_The_Effect_of_Adversity_Quotient_and_Gender_to_Learning_Outcome_of_High_School_Students/links/5cfff8f4299bf13a384e7382/The-Effect-of-Adversity-Quotient-and-Gender-toLearning-Outcome-o
- [14] H. Jumareng and E. Setiawan, "Self-esteem, adversity quotient and self-handicapping: Which aspects are correlated with achievement goals?," *Cakrawala Pendidik.*, vol. 40, no. 1, pp. 147–157, 2021, doi: 10.21831/cp.v40i1.37685.
- [15] I. F. Rahayu, "Hubungan antara Adversity Quotient dengan Motivasi Berprestasi Dimoderasi Jenis Kelamin pada Siswa SMP Negeri 1 Tekung LUMAJANG," Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018. [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/12519/1/14410147.pdf>

- [16] M. L. A. Hidayah, A. Mashuri, and A. D. Rahmawati, "Analisis kemampuan berpikir aljabar siswa ditinjau dari Adversity Quotien (AQ) di Kelas VIII SMPN 2 Jogorogo Tahun 2023," *J. Jendela Mat.*, vol. 2, no. 01 SE-Articles, pp. 67–74, Jan. 2024, doi: 10.57008/jjm.v2i01.681.
- [17] O. W. Utami, Y. Fitriani, and Y. W. Pertiwi, "Hubungan Adversity Quotient dengan School Wellbeing pada Siswa SMP," *Adiba J. Educ.*, vol. 4, no. 4, pp. 51–61, 2025, [Online]. Available: <https://wikip.net/index.php/ADIBA/article/view/197>
- [18] D. P. Rahmadina, R. R. Jamain, and N. Novitawati, "A contribution of optimism and social support to adversity quotient," *Konselor*, vol. 12, no. 3 SE-Original Articles, pp. 119–125, Dec. 2023, doi: 10.24036/020231235-0-86.
- [19] D. R. Hariyati and D. K. Dewi, "Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya," *Character J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 8 SE-Articles, pp. 153–164, Jul. 2021, doi: 10.26740/cjpp.v8i8.41697.
- [20] M. R. Khair, "Hubungan antara Motivasi Kerja dan Optimisme dengan Adversity Quotient pada Guru Honorer di Kota Tanjungbalai," Universitas Medan Area, 2024. [Online]. Available: <https://repository.uma.ac.id/jspui/handle/123456789/26449>
- [21] M. Biagi, M. Uyun, U. Islam, N. Raden, and F. Palembang, "Konsep Diri , Optimisme , dan kepercayaan Diri pada Siswa SMA Negeri 3 Palembang," *Motiv. J. Psikol.*, vol. 6, no. 1, pp. 35–43, 2023, doi: doi.org/10.31293/mv.v6i1.6731.
- [22] R. N. Sidabalok, W. Marpaung, and Y. S. Manurung, "Optimisme dan Self Esteem pada Pelajar Sekolah Menengah Atas," *Philanthr. J. Psychol.*, vol. 3, no. 1, p. 48, 2019, doi: 10.26623/philanthropy.v3i1.1319.
- [23] A. Nurmallasari and R. Isfahani, "Hubungan Motivasi Belajar dan Optimisme Masa Depan dengan Prestasi Belajar Mata Pelajaran Bahasa Inggris di Kesehatan SMKN 9 Kota Tangerang," *J. Educ. Rev. Res.*, vol. 4, no. 1, pp. 6–13, 2021, doi: 10.26737/jerr.v4i1.2466.
- [24] A. S. Bangun, "Hubungan Optimisme dengan Prestasi Belajar IPA Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Tualang Tahun Ajaran 2015/2016," Universitas Lancang Kuning Pekanbaru, 2016. [Online]. Available: https://repository.unilak.ac.id/699/1/Skripsi_ame.pdf
- [25] D. Septiana, Suroso, and I. Y. Arifiana, "Adversity quotient pada mahasiswa pekerja: Adakah peranan optimisme?," *Inn. J. Psychol. Res.*, vol. 2, no. 4 SE-Articles, pp. 734–742, Feb. 2023, [Online]. Available: <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/793>
- [26] M. Ismei, "Hubungan Antara Optimisme Dengan Adversity Quotient Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Pare," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 6, no. 1, pp. 1–7, 2019.
- [27] P. E. Rahayu, F. S. Ade, and H. Gunawan, "Optimisme Dengan Adversity Quotient Pada Siswa Kelas XII SMA Kartika Padang," *J. Educ.*, vol. 5, no. 2, pp. 4849–4860, 2023, doi: 10.31004/joe.v5i2.1142.
- [28] G. Sudata, "Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Siswa SMAN 9 Padang," Universitas Putra Indonesia "YPTK" Padang, 2024. [Online]. Available: <http://repository.upiypk.ac.id/13083/>
- [29] D. Afrianti, "Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Tebo," Universitas Putra Indonesia "YPTK" Padang, 2024. [Online]. Available: <http://repository.upiypk.ac.id/13025/>
- [30] I. Muslimah and Y. W. Satwika, "Hubungan Antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare," *Character J. Penelit. Psikol.*, vol. 6, no. 1 SE-Articles, Feb. 2019, doi: 10.26740/cjpp.v6i1.26958.
- [31] O. N. Ifania and I. Sugiasih, "Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Mahasiswa Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara yang Bekerja," *Psisula Pros. Berk. Psikol.*, vol. 3, pp. 284–292, 2021, doi: 10.30659/psisula.v3i0.18885.
- [32] B. Setyadi and C. H. Seotjiningsih, "Hubungan antara optimisme dan Adversity Intelligence pada siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen," *J. Ilm. Bimbing. Konseling Undiksha*, vol. 13, no. 3, 2022, doi: 10.23887/jibk.v13i3.
- [33] L. G. Nasution, "Hubungan Optimisme dengan Adversity Quotient pada Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau." UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU, 2019. [Online]. Available: <https://repository.uin-suska.ac.id/25519/>
- [34] C. Anggreani, "Hubungan Komunikasi Interpersonal dan Optimisme dengan Adversity Quotient pada Pegawai Tidak Tetap Politeknik Pariwisata Medan." Universitas Medan Area, 2021. [Online]. Available: <https://repository.uma.ac.id/jspui/handle/123456789/15909>
- [35] C. S. N. Somaratne, L. N. A. C. Jayawardena, and B. M. K. Perera, "Role of Adversity Quotient (AQ) on Perceived Stress of Managers: with specific reference to AQ Dimensions," *Kelaniya J. Manag.*, Jan. 2020, doi: 10.4038/kjm.v8i2.7603.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.