

Hubungan antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara yang Bekerja

Ofi Nabit Ifania¹, Inhasuti Sugiasih²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang
Email: ofinabitifania@gmail.com¹, inhsatuti@unissula.ac.id²

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara yang bekerja. Subjek penelitian berjumlah 265 mahasiswa yang bekerja dan kuliah Sabtu minggu di beberapa program studi yang berada di Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara dengan teknik pengambilan sampel adalah *accidental Sampling*. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala *adversity quotient* yang terdiri 16 aitem dengan rentang daya beda aitem 0,268-0,570 dan reliabilitas sebesar 0,812. Skala Optimisme yang terdiri 17 aitem dengan rentang daya beda aitem 0,261-0,594 dan reliabilitas sebesar 0,860. Hasil uji normalitas dari data *adversity quotient* menunjukkan nilai KS-Z sebesar 1,135 dengan signifikan 0,152 ($p > 0,05$) merupakan normal dan data optimisme menunjukkan nilai KS-Z sebesar 1,622 dengan signifikan 0,010 ($p < 0,05$) merupakan tidak normal. Hasil uji linearitas diperoleh skor Flinier sebesar 363,646 dengan signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yaitu linier. Hasil hipotesis antara *adversity quotient* dengan optimisme diperoleh skor r_{xy} 0,831 dengan taraf signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan optimisme, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci: Adversity Quotient, Optimisme

Pendahuluan

Menurut Purwanto dan Iskandar (2013) awal mula tujuan dan prinsip mahasiswa adalah *tholabul ilmi* (belajar) dengan meningkatkan daya pikir atau pola pikir, dari hal itu mahasiswa diharuskan melakukan semua proses pembelajaran di universitas, dengan maksud mencapai tujuan pembelajaran secara individu mendapat nilai yang bagus dan menyelesaikan perkuliahan dengan tepat waktu. Ningsih (2018) menjelaskan bahwa suatu hal yang menjadi hambatan atau kendala saat kuliah dengan bekerja yaitu, sulitnya mengatur waktu diantara kegiatan keduanya yaitu antara bekerja dengan kuliah. Menurut Tambunan (2018) individu

atau pribadi yang kuliah dengan bekerja sering mengorbankan paruh waktu istirahatnya hanya untuk melaksanakan atau mengerjakan tugas kantor dan tugas kuliah yang banyak. Individu ketika mendapat pekerjaan kantor dan tugas kuliah secara bersamaan, bukan hanya membagi waktunya tetapi sistem dalam bagian otak harus juga harus dibagi.

Adversity quotient diperlukan seseorang untuk melakukan tindakan dan upaya yang bergerak kedepan secara maksimal untuk mengatasi maupun menghadapi masalah. *Adversity quotient* merupakan faktor utama dalam menghadapi era sekarang yang penuh dengan persaingan terutama pada aspek maupun bidang-bidang tertentu (Phoolka & Kaur, 2012). Negara Indonesia merupakan negara dengan penduduk terbesar di dunia, tetapi lapangan pekerjaan yang tersedia di negara Indonesia tidak sebanding dengan banyak tenaga kerja yang tersedia (Uyun & Efnita, 2007).

Adversity quotient dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan dalam hidup karena seseorang yang mempunyai *adversity quotient* tinggi dapat mencapai kesuksesan. Adapun kesuksesan tersebut didapati dari masala-masalah yang dihadapi dengan menggunakan (*adversity quotient*) diantaranya bagaimana individu berperilaku dalam situasi sulit, bagaimana individu mengendalikan situasi, bagaimana menemukan asal-usul yang tepat dari masalah, bagaimana mencoba untuk membatasi efek dan kesulitan, dan bagaimana yakin bahwa kesulitan itu akhirnya akan berakhir, *adversity quotient* sangat penting dalam kesuksesan seseorang (Phoolka & Kaur, 2012). Dampak negatif yang perlu diwaspadai oleh mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* rendah adalah sulit konsentrasi membagi waktu antara kuliah dengan kerja, mahasiswa lebih mementingkan pekerjaan, sehingga akan berakibat pada kelulusan yang tidak tepat waktu (Hipjillah, 2015).

Adversity berasal dari “*adverse*” kata yang memiliki arti yaitu kegagalan, kesulitan, berita buruk, bencana dan kepedihan. Jadi dapat dipahami bahwa *adversity* sebagai sebuah masalah atau tidak keberuntungan (Lasmono, 2007). Menurut Cerya (2017) *quotient* dalam Bahasa Inggris artinya sebagai kecerdasan,

sehingga jika diartikan secara semua *adversity quotient* merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam mengamati masalah dan mengolahnya dengan kecerdasan sehingga menjadi sebuah tantangan yang dapat selesai.

Menurut Gading dan Seriarti (2019) *adversity quotient* adalah keinginan khusus seseorang untuk meraih kesuksesan, ketahanan, kemampuan untuk bangkit dan tidak terhalang dalam setiap usaha. Menurut (Yoga, 2016) *adversity quotient* juga dapat mempengaruhi jiwa manusia untuk mampu mengelola masalah dengan bijaksana bukan dengan cara instan dan emosional. Stoltz (2000) menjelaskan bahwasanya teori *adversity quotient* memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi, diantaranya seperti kinerja, keinginan diri, kesehatan fisik (jasmani) dan mental, genetik, karakter, pendidikan, dan kecerdasan. Satu dari faktor yang mempengaruhi *adversity quotient* antara lain kepercayaan, kepercayaan tentang adanya suatu yang baik dihari kededpannya atau disebut juga optimisme.

Seligman (2008) mengemukakan bahwa optimisme merupakan kepercayaan individu terhadap kejadian buruk atau kegagalan yang bersifat sementara, aktivitas yang tidak terpengaruhi, dan tidak disebabkan dari diri sendiri, namun bisa dari situasi atau nasib. Individu yang mempunyai sikap optimisme memiliki harapan yang baik terhadap semua kehidupan yang bisa diatasi dengan baik walaupun ditimpa dengan banyak masalah. Menurut Weinsetin dkk (Suseno, 2013) optimisme dalam kehidupan sosial pada jangka waktu yang panjang akan memiliki manfaat bagi kesejahteraan, kesehatan fisik dan mental, karena hal tersebut dapat mengupas masalah kehidupannya, serta mengurangi masalah psikologis, dapat menikmati kepuasan hidup serta merasakan bahagia.

Individu yang memiliki optimisme yang tinggi akan mempunyai daya fikir untuk bertahan dalam kesulitan maupun tantangan. Menurut Darmawangsa jika individu yang optimis sering kali mengalami kejadian buruk, maka kemungkinan besar individu yang optimis akan berusaha menuju kesuksesan yang ingin dicapai dengan cara mengakui kesalahan dan mengambil tanggung jawab untuk mengubah situasi yang sulit atau dihadapi (Muslimah & Satwika, 2019)

Menurut Vinacle (Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011) faktor-faktor optimisme terbagi menjadi dua antara lain: a) etnosentris merupakan sifat yang menjadi ciri khas kelompok yaitu seperti genetik, jenis kelamin, kebudayaan serta agama dan status sosial. b) egosentris merupakan sifat yang unik dan berbeda dengan orang lain adalah sifat yang dimiliki orang diawali dengan fakta yaitu seperti minat, harga diri dan motivasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara yang bekerja.

Metode

Identifikasi variabel penelitian ini perlu dilakukan untuk membantu dalam menetapkan rancangan penelitian, yaitu dengan memperjelas, membatasi masalah dan menghindari perolehan data yang tidak sesuai. Penelitian ini terdiri dari variabel tergantung dan variabel bebas (Azwar, 2012). Variabel tergantung merupakan variabel yang diukur untuk mengetahui pengaruh variabel lain, sedangkan variabel bebas merupakan variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain. Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah *adversity quotient* dan variabel bebas adalah optimisme.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi merupakan seluruh mahasiswa S1 Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara angkatan 2017-2019 yang mengikuti perkuliahan hari Sabtu Minggu. Sampel yang digunakan berjumlah 382 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *accidental Sampling*.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala yang terdiri dua skala, yaitu skala *adversity quotient* dan optimisme. Skala *adversity quotient* disusun berdasarkan aspek-aspek *adversity quotient* dari Stoltz (2000) yaitu *control, origin and ownership, reach, endurance*. Tiap aspek terdiri dari 8 aitem sehingga total keseluruhan aitem terdapat 32. Skala dalam penelitian ini dikelompokkan kedalam bentuk *favorable* dan *unfavorable*.

Skala optimisme disusun berdasarkan aspek-aspek optimisme yang ditemukan Seligman (2002) yaitu *permanensi, pervasiveness personalization*. Tiap aspek terdiri dari 5 aitem sehingga total keseluruhan aitem 30 butir. Penyajian aitem dalam skala ini ada dua macam, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Pada penelitian ini menggunakan analisis *korelasi pearson product moment* (Akdum & Ridwan, 2005). Analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS versi 16.0 for windows*.

Hasil

Uji asumsi adalah syarat pertama kali yang harus dilaksanakan dalam menganalisis data. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas serta uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui serta membuktikan apakah data dari variabel yang diteliti tersebut berdistribusi normal atautkah tidak.

Uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov Z*. Uji normalitas yang telah dilakukan dua variabel penelitian menunjukkan bahwa variabel *adversity quotient* mendapat hasil KS-Z sebesar 1,135 dengan taraf signifikan 0,152 sehingga ($p > 0,05$), maka dapat dikatakan sebaran data *adversity quotient* mempunyai distribusi yang normal. Pada variabel optimisme mendapat hasil KS-Z sebesar 1,622 dengan taraf signifikan 0,010 sehingga ($p < 0,05$), maka dapat dikatakan sebaran data optimisme mempunyai distribusi yang tidak normal.

Uji linearitas bertujuan untuk mencari tahu apakah terdapat hubungan linier atau tidak. Variabel dalam penelitian dapat dikatakan mempunyai hubungan linier apabila nilai *F Linearity* berada pada $< 0,05$. sebesar 363,646 dengan nilai signifikan (sig) 0,000 sehingga dapat dikatakan bahwa distribusi skala *adversity quotient* dan optimisme dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang linier karena $p < 0,05$.

Uji hipotesis yang dilakukan pada sebuah penelitian memiliki tujuan untuk mengetahui apakah variabel dalam penelitian memiliki hubungan atau tidak sesuai dengan dugaan awal penelitian. Uji hipotesis dalam penelitian menggunakan parametrik, karena pada uji normalitas yang dilakukan bahwa sebaran data variabel

optimisme dinyatakan tidak normal. Sehingga, teknik korelasi yang digunakan adalah korelasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS versi 16.

Tabel 1. Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Adversity Quotient	43.82	6.286	165
Optimisme	48.04	7.108	165

Tabel 2. Correlations

		Adversity Quotient	Optimisme
Adversity Quotient	Pearson Correlation	1	.831**
	Sig. (2-tailed)		.000
	Sum of Squares and Cross-products	6480.545	6089.091
	Covariance	39.516	37.129
	N	165	165
Optimisme	Pearson Correlation	.831**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	6089.091	8285.782
	Covariance	37.129	50.523
	N	165	165

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil hipotesis yang dilakukan diperoleh nilai sebesar 0,831 dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,01$), jadi hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara yang bekerja. Kesimpulan dari hasil uji hipotesis tersebut memperlihatkan bahwa hipotesis penelitian diterima.

Diskusi

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa yang bekerja Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara. Hasil uji hipotesis r_{xy} 0,831 dengan taraf signifikan sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan

positif yang signifikan antara *adversity quotient* dan optimisme. Artinya, semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *adversity quotient*. Sebaliknya, semakin rendah optimisme maka semakin rendah *adversity quotient* yang dimiliki oleh mahasiswa.

Penelitian mengenai *Adversity Quotient* dan optimisme sudah pernah dilakukan oleh Muslimah dan Satwatika (2019), yang mengangkat judul “Hubungan Antara Optimisme dengan *Adversity Quotient* pada Siswa Kelas XI”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien sebesar 0,755 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p > 0,05$). Artinya terdapat hubungan antara variabel optimisme dengan *Adversity Quotient* dimana hubungan antara variabel adalah searah (Muslimah & Satwika, 2019). Penelitian lain yang berjudul “*Adversity Quotient* dan *Work-Study Conflict* Pada Mahasiswa yang Bekerja” dilakukan oleh Octavia dan Nugraha (2013). Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *adversity quotient* berkorelasi negatif dengan variabel *work-study conflict* ($r = 0,639$ $p < 0,01$). Berdasarkan uraian tersebut, dapat kita simpulkan bahwa penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti berbeda dengan penelitian terdahulu, adapun perbedaan tersebut berada di variabel bebas yakni optimisme.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang sedang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu ada hubungan positif antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara yang bekerja. Semakin tinggi optimisme mahasiswa maka semakin tinggi pula *adversity quotient*-nya. Sebaliknya, apabila semakin rendah tingkat optimisme, maka semakin rendah *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa UNISNU Jepara yang bekerja.

Saran yang dapat diberikan untuk mahasiswa yang bekerja, diharapkan seluruh mahasiswa UNISNU Jepara yang bekerja tetap mempertahankan sikap optimisme, sehingga dapat terhindar dari rasa pesimis. Saran bagi dosen diharapkan mampu memberikan nilai optimisme dalam proses pembelajaran dan saran bagi

penelitian selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat meneliti faktor lain yang mempengaruhi *adversity quotient*, seperti genetik, karakter, kinerja, pendidikan dan kesehatan serta lingkungan.

Daftar Pustaka

- Akdom, M., & Ridwan, M. (2005). *Rumus dan data dalam statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Cerya, E. (2017). Pentingnya *Adversity Quotient* dalam pencapaian prestasi akademik di perguruan tinggi. *Pakar Pendidikan*, 15(02), 18-27.
- Gading, K., & Seriarti, W. (2019). Adversity quotient scale development of vocation school student pengembangan skala adversity quotient peserta didik Smk. *Jurnal bimbingan konseling Indonesia*, 1(1), 38-48.
- Hipjillah, A. (2015). Mahasiswa bekerja paruh waktu antara konsumsi dan prestasi akademik. *Jurnal Ilmiah*, 1-21.
- Lasmono, H. (2007). Tinjauan Singkat *Adversity Quotient*. *Journal Psychological Indonesian*, 17 (01), 63-68.
- Muslimah, I., & Satwika, Y. (2019). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada siswa kelas XI SMA NEERI 2 PARE. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 1-7.
- Ningsih, R. (2018). Retrieved from 10 Tantangan ini akan kamu hadapi jika kuliah sambil bekerja: <https://kumpara.com>
- Nurtjahjanti, H., & Ratnaningsih, I. (2011). Hubungan kepribadian hard di Biness dengan optimisme pada calon tenaga kerja indonesia (CTKI) wanita di BLKLN DISNAKERTRANS Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 126-131.
- Phoolka, S., & Kaur, N. (2012). Adversity quotient: A new paradigm in management to explore. *The international Journal's*, 7 (2), 109-116.
- Purwanto, H., & Iskandar, R. (2013). Perbedaan hasil belajar mahasiswa yang bekerja program studi pendidikan teknik bangunan jurusan teknik sipil FT-UNP. *Ejournal.Unp.Ac.id*, 1 (1), 34-44.

- Seligman. (2008). *Menginstal Optimisme (Terjemah: Budhy Yogapranata)* Bandung: Momentum.
- Stoltz, P. (2000). *Adversity quotient mengubah hambatan menjadi peluang*, Jakarta: Grasindo.
- Suseno, M. (2013). Efektivitas pembentukan karakter spiritua untuk meningkatkan optimisme terhadap masa depan anak yatim piatu. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 5(1), 1-24.
- Tambunan, S. (2018). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Medan area yang bekerja. *Skripsi*, 1-70.
- Uyun, Z., & Efnita, S. (2007). Adversity Quotient Pada Pedang Cina. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 9(1), 54.
- Yoga, M. (2016). *Adversity Quotient: agar anak tak gampang menyerah*. Solo: Tinta Media.