

Optimisme Dengan Adversity Quotient Pada Siswa Kelas XII SMA Kartika Padang

Purwanti Endah Rahayu¹, Frihapma Semita Ad², Hendri Gunawan³

^{1,2,3} Universitas Putra Indonesia YPTK Padang, Jl. Raya Lubuk Begalung 25221 Padang – Sumatra Barat - Indonesia
endahrahayu1120@gmail.com

Abstract

Adolescence is an important period in the life span, a period in which individuals experience changes, namely a transition period from children to adults, cognitive, physiological, and socio-emotional changes. At this time adolescents face many problems related to education in schools, learning activities are the most basic activities for students, but these learning activities for each student do not always run smoothly according to what they want. This study aims to see the relationship between Optimism and Adversity Quotient in Class XII students of SMA Kartika Padang. The measuring instrument used in this scale is the scale of optimism and Adversity Quotient. The sampling technique in this study used the Simple Random Sampling technique. The sample in this study were 130 students of SMA Kartika Padang. Test the validity and reliability in this study using the Cronbach Alpha analysis technique. The results of the validity coefficient on the optimism scale move from $r_{ix} = 0.322$ to $r_{ix} = 0.609$ with a reliability coefficient of $= 0.899$ while the results of the validity coefficient on the Adversity Quotient scale move from $r_{ix} = 0.409$ to $r_{ix} = 0.900$ with a reliability coefficient of $= 0.976$. Based on data analysis, obtained a correlation value of 0.787 with a significance level of 0.000 ($p < 0,05$), which means the hypothesis is accepted. Research shows that there is a significant relationship between optimism and Adversity Quotient in Kartika Padang High School Students.

Keywords: Optimism, Adversity Quotient, and Students

Abstrak

Masa remaja merupakan masa penting dalam rentang kehidupan, individu mengalami perubahan yaitu terjadi periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa, perubahan kognitif, fisiologis, maupun sosioemosional. Masa remaja menghadapi banyak masalah yang berhubungan dengan pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok bagi siswa, namun aktifitas belajar ini bagi setiap siswa tidak selamanya berlangsung lancar sesuai dengan apa yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Hubungan Antara Optimisme dan Adversity Quotient Pada Siswa Kelas XII SMA Kartika Padang. Alat ukur yang digunakan adalah skala optimisme dan Adversity Quotient. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Simple Random Sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah 130 Siswa SMA Kartika Padang. Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik analisis Alpha Cronbach. Hasil koefisien validitas pada skala optimisme bergerak dari $r_{ix} = 0,322$ sampai dengan $r_{ix} = 0,609$ dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,899$ sedangkan hasil koefisien validitas pada skala Adversity Quotient bergerak dari $r_{ix} = 0,409$ sampai dengan $r_{ix} = 0,900$ dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,976$. Berdasarkan analisis data, diperoleh nilai korelasi sebesar 0,787 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti hipotesis diterima. Penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara optimisme dan Adversity Quotient Pada Siswa SMA Kartika Padang.

Kata Kunci: Optimisme, Adversity Quotient, dan Siswa

Copyright (c) 2023 Purwanti Endah Rahayu, Frihapma Semita Ade, Hendri Gunawan

✉ Corresponding author: Purwanti Endah Rahayu

Email Address: endahrahayu1120@gmail.com¹ (Universitas Putra Indonesia YPTK Padang, Jl. Raya Lubuk Begalung 25221 Padang – Sumatra Barat)

Received 15 Januari 2023, Accepted 24 Januari 2023, Published 24 Januari 2023

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa-masa penting dalam rentang kehidupan, suatu masa dimana individu mengalami perubahan yaitu terjadi periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa, perubahan kognitif, fisiologis, maupun sosioemosional. Erikson (dalam Muslimah & Satwika, 2019) mengemukakan bahwa perkembangan remaja merupakan tahap kelima yang ditandai dengan adanya

kecenderungan identitas vs kebingungan identitas seperti tantangan untuk menemukan siapa dirinya, langkah apa yang akan diambil serta masa depan seperti apa yang ingin diraih. Jika individu dapat menjalani berbagai peran baru dengan positif maka identitas yang positif juga akan tercapai.

Menurut Hurlock (dalam Muslimah & Satwika, 2019) masa remaja terbagi atas tiga kelompok usia tahap perkembangan yaitu remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir. Remaja madya memiliki rentang usia antara 15 sampai 18 tahun. Sebagian besar remaja pada tahap perkembangan ini adalah siswa yang berada di tingkat akhir sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Masa ini adalah masa yang sebaik-baiknya untuk belajar karena pada masa itulah tercapai kematangan jasmani dan rohani secara menyeluruh, sehingga pada usia ini seorang individu mampu belajar secara optimal. Pada masa ini juga remaja banyak mempelajari segala sesuatu akibat rasa ingin tahu yang tinggi yang ada pada dirinya. Pada masa ini remaja menghadapi banyak masalah yang berhubungan dengan pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok bagi siswa, namun aktifitas belajar ini bagi setiap siswa tidak selamanya berlangsung lancar sesuai dengan apa yang diinginkan.

Remaja dalam dunia pendidikan mengalami berbagai tantangan. Salah satu tantangan adalah apa yang dialami oleh siswa SMA beberapa tahun terakhir ini sejak diterapkannya kurikulum 2013. Beban belajar yang dimiliki siswa SMA menjadi berubah sejak diterapkannya Permendikbud nomor 69 tahun 2013 tentang kerangka dasar dan struktur kurikulum sekolah menengah atas/madrasah aliyah. Beban belajar yang harus ditempuh siswa menjadi semakin besar karena meskipun mata pelajaran berkurang tetapi untuk jam pelajarannya mereka mendapatkan tambahan.

Pada Kurikulum 2006, lebih menekankan pada aspek pengetahuan. Standar proses dalam pembelajaran terdiri dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi. Sementara, pada Kurikulum 2013, jumlah jam pelajaran per minggu lebih banyak. Namun, jumlah mata pelajaran lebih sedikit dibanding Kurikulum 2006. Sebaliknya, pada Kurikulum 2006 jumlah jam pelajaran per minggu lebih sedikit, namun jumlah mata pelajaran lebih banyak dibanding Kurikulum 2013.

Meskipun terdapat variasi untuk model pembelajaran akan tetapi ketidaksiapan guru dan juga siswa dalam menerima model pembelajaran ini membuat kegiatan pembelajaran tidak berjalan dengan maksimal. Siswa mudah jenuh dan bosan dengan proses pembelajaran yang sama. Di sisi lain mereka harus bersaing dengan teman yang lain untuk memperoleh hasil terbaik di kelasnya. Sehingga segala cara mereka lakukan untuk mendapatkan hasil terbaik (dalam Muslimah & Satwika, 2019).

Menurut Stoltz (dalam Wardani & Sugiharto, 2020) Adversity Quotient dijelaskan sebagai kemampuan individu untuk menghadapi permasalahan sehingga tidak akan memengaruhi kehidupannya. Menurut Shabrina (dalam Wardani & Sugiharto, 2020) Adversity Quotient adalah suatu kemampuan individu untuk dapat bertahan dari kesulitan dan mengubah hal tersebut menjadi peluang untuk mencapai kesuksesan. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa Adversity Quotient adalah kemampuan individu dalam menghadapi masalah atau kesulitan menjadi suatu proses untuk mengembangkan diri, potensi-potensi, dan untuk mencapai tujuan hidup yang lebih berkualitas.

Menurut Supardi (dalam Hidayat & Sariningsih, 2018) Adversity Quotient merupakan kecerdasan individu dalam mengatasi setiap kesulitan yang muncul. Adversity Quotient sering diidentikkan dengan daya juang untuk melawan kesulitan. Adversity Quotient dianggap sangat mendukung keberhasilan siswa dalam meningkatkan prestasi belajar. Siswa yang memiliki Adversity Quotient tinggi tentu lebih mampu mengatasi kesulitan yang sedang dihadapi.

Adversity Quotient merupakan kemampuan bagaimana seseorang menerima secara afektif dan mengkaitkan dirinya dengan tantangan yang ada. Welles (dalam Hartosujono, 2015), mendefinisikan Adversity Quotient sebagai kemampuan bertahan seseorang dan untuk menghadapi perubahan yang secara terus menerus, stres dan bermasalah atau Adversity Quotient hanyalah mengukur bagaimana merespons kesulitan. Orang Adversity Quotient tinggi tidak menyalahkan pihak lain, kemunduran yang terjadi dan mereka bertanggung jawab untuk menyelesaikan konflik dan masalah yang timbul atau terjadi.

Dalam konteks pendidikan siswa harus mengatasi hambatan atau kegagalan menjadi peluang baginya untuk mendapat tujuan yang ingin ia capai untuk itu diperlukan performansi Adversity Quotient sebagai kecerdasan yang melatar belakangi kesuksesan dan menjadikan kegagalan sebagai tantangan baginya. Menurut Stoltz (dalam Muslimah & Satwika, 2019), salah satu yang menjadi faktor dari Adversity Quotient adalah keyakinan. Keyakinan mengenai hal-hal baik yang akan terjadi di masa depan atau disebut optimisme. Siswa yang memiliki keyakinan akan mampu untuk menghadapi dan mengatasi masalah yang menjadi hambatan kesuksesan bagi dirinya.

Optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju ke arah kebaikan. Perasaan optimisme membawa individu pada tujuan yang dingiinkan, yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki. Sikap optimis menjadikan seorang keluar dengan cepat dari permasalahan yang dihadapi karena adanya pemikiran dan perasaan memiliki kemampuan menurut Lopez dan Snyder (dalam Wahyudin, 2021).

Seligman (dalam Ifania & Sugiasih, 2021) 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 optimis memiliki harapan yang baik terhadap semua kehidupan yang bisa diatasi dengan baik walaupun ditimpa dengan banyak masalah. Menurut Weinsetin dkk (dalam Ifania & Sugiasih, 2021) optimisme dalam kehidupan sosial pada jangkauan waktu yang Panjang akan memiliki manfaat bagi kesejahteraan, kesehatan fisik dan mental, karena hal tersebut dapat mengupas masalah kehidupannya, serta mengurangi masalah. Optimisme sendiri merupakan pengharapan seseorang untuk hasil yang baik pada berbagai hal bahkan pada hal yang sulit menurut Segerstrom, Carver, & Scheier (dalam Syarafina, 2019).

Terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak, perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan oleh lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan berupa

penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Menurut Indarhadi (dalam Wardani & Sugiharto, 2020) faktor-faktor yang muncul pada optimisme siswa yaitu faktor internal berupa motivasi, harapan, keyakinan, religiusitas dan emosi. Sedangkan faktor eksternal yaitu berupa dukungan keluarga, teman dan guru, serta suasana belajar juga memengaruhi untuk menumbuhkan optimisme. Meskipun kemudian gagal, dia sudah cukup puas dengan usaha yang dilakukannya. Menurut Segerestrom (dalam Lusiawati, 2016) optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Optimis juga mendorong individu untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Maret 2022 peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada 20 siswa dan didapatkan sebanyak 5 siswa yang memiliki kesulitan jika dihadapkan pada situasi yang harus membuatnya keluar dari zona nyaman, dimana siswa tersebut juga merasa tidak percaya akan kemampuan yang ada dalam dirinya. Siswa juga merasa takut untuk menyampaikan pendapat di kelas jika ada sesi tanya jawab dari guru dan teman sekelasnya. Serta siswa juga tidak memiliki kepercayaan untuk bisa memecahkan persoalan yang ada di kelas pada saat guru memberikan tugas. Dengan demikian siswa sering tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru, sehingga siswa beranggapan itu adalah permasalahan yang tidak bisa siswa atasi dalam dirinya dengan tidak adanya kepercayaan diri untuk mengerjakan suatu persoalan. Siswa merasa bahwa apa yang telah mereka kerjakan akan gagal, karena kurangnya rasa percaya dalam dirinya sehingga apapun yang mereka kerjakan tidak akan bisa terselesaikan dan menjadi masalah bagi diri mereka sendiri, sehingga siswa memerlukan dukungan dan dorongan dari orang tua.

Pada tanggal 29 maret 2022 peneliti mendapatkan keterangan dari pihak sekolah yaitu wali kelas menuturkan bahwa, terkait optimisme akademik siswa kelas XII SMA Kartika Padang rata-rata siswa memiliki optimisme akademik yang cukup baik dan masih perlu untuk ditingkatkan. Bentuk masalah yang memengaruhi optimisme akademik siswa seperti munculnya perilaku ketidakaktifan siswa di dalam kelas, ada siswa yang mengambil jalan pintas dengan mencontek ketika mengerjakan tugas dan ujian karena siswa merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki, siswa tidak berani menyampaikan pendapat di kelas dan tampil dimuka umum, sehingga cenderung pasif di kelas serta siswa kurang memiliki keoptimisan untuk bersaing meraih prestasi. Guru merasa bahwa permasalahan akademik dengan nilai yang kurang baik ini berasal dari siswa sendiri dengan berbagai permasalahannya baik dari faktor internal maupun eksternal. Guru merasa telah mempersiapkan siswanya dengan baik dengan segenap kemampuannya.

Dari uraian permasalahan yang telah dijelaskan, maka dilakukan penelitian tentang Hubungan Antara Optimisme dan Adversity Quotient Pada Siswa Kelas XII SMA Kartika Padang.

I. Pengertian Adversity Quotient

Menurut Stoltz (dalam Puriani dan Dewi, 2020) menjelaskan Adversity Quotient (AQ) adalah kecerdasan seseorang dalam menghadapi rintangan atau kesulitan secara teratur. Adversity Quotient membantu individu memperkuat kemampuan dan ketekunan dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari. Adversity dalam kata Bahasa Inggris memiliki arti kegagalan atau kemalangan Alfiyah (dalam Purwaningsih Nining, 2019).

Adversity dalam bahasa Indonesia memiliki arti kesulitan atau kemalangan dapat juga diartikan sebagai suatu kondisi ketidak bahagiaan, kesulitan, atau ketidak beruntungan. Adversity Quotient adalah kemampuan berfikir, mengelola dan mengarahkan tindakan yang membentuk suatu pola-pola tanggapan kognitif dan perilaku atas stimulus peristiwa-peristiwa dalam kehidupan yang merupakan tantangan atau kesulitan.

Adversity Quotient adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam mengatasi kesulitan dan sanggup bertahan hidup. Dengan Adversity Quotient seseorang bagai diukur kemampuannya dalam mengatasi setiap persoalan hidup untuk tidak berputus asa, Ginanjar (dalam Ekasari & Hafizhoh, 2009).

Dilihat dari penjelasan beberapa ahli diatas maka dapat ditarik kesimpulan Adversity Quotient yaitu kemampuan berfikir, mengelola dan mengarahkan tindakan yang membentuk suatu polapola tanggapan kognitif dan perilaku atas stimulus peristiwa-peristiwa dalam kehidupan yang merupakan tantangan atau kesulitan untuk mengubah hambatan menjadi peluang keberhasilan mencapai tujuan.

2. Aspek-aspek Adversity Quotient

Menurut Stoltz (dalam Puriani dan Dewi, 2020) mengungkapkan aspek-aspek Adversity Quotient sebagai berikut:

a. Control (kendali)

Yaitu sejauh mana seseorang mampu memengaruhi dan mengendalikan respon individu secara positif terhadap situasi apapun. Kendali yang sebenarnya dalam suatu situasi hamper tidak mungkin diukur, kendali yang dirasakan jauh lebih penting. Dimensi control ini merupakan salah satu yang paling penting karena berhubungan langsung dengan pemberdayaan serta memengaruhi semua dimensi lainnya.

b. Origin dan Ownership (asal usul dan pengakuan)

Yaitu sejauh mana seseorang menanggung akibat dari situasi tanpa mempermasalahkan penyebabnya dimensi asal usul sangat berkaitan dengan perasaan bersalah yang dapat membantu seseorang belajar menjadi lebih baik serta penyesalan sebagai motivator. Rasa bersalah dengan kadar yang tepat dapat menciptakan pembelajaran yang kritis dan dibutuhkan untuk perbaikan terus-menerus. Sedangkan dimensi pengakuan lebih menitik beratkan kepada “tanggung jawab” yang harus dipikul sebagai akibat dari kesulitan. Tanggung jawab disini merupakan suatu pengakuan akibat-akibat dari suatu perbuatan, apapun penyebabnya.

c. Reach (jangkauan)

Yaitu sejauh mana seseorang membiarkan kesulitan menjangkau bidang lain dalam pekerjaan dan kehidupannya. Seseorang dengan AQ tinggi memiliki batasan jangkauan masalahnya pada peristiwa yang dihadapi. Biasanya orang tipe ini merespon kesulitan sebagai sesuatu yang spesifik dan terbatas.

d. Endurance (daya tahan)

Yaitu seberapa lama seseorang mempresepsikan kesulitan ini akan berlangsung. Individu dengan AQ tinggi biasanya memandang kesuksesan sebagai sesuatu yang berlangsung lama, sedangkan kesulitankesulitan dan penyebabnya sebagai sesuatu yang bersifat sementara. Berdasarkan penjelasan di atas peneliti menggunakan Aspek-Aspek Adversity Quotient menurut Stoltz (dalam Puriani dan Dewi, 2020) diantaranya Control (kendali), Origin dan ownership, Reach (jangkauan) dan Endurance.

3. Pengertian Optimisme

Menurut Seligman (dalam Ghufro dan Risnawita, 2012) menyatakan optimisme adalah suatu pandangan 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, tidak takut pada kegagalan dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal. Optimisme mendorong individu untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Hal ini yang membedakan dirinya dengan orang lain.

Optimisme adalah pandangan secara menyeluruh, melihat segala hal sebagai sesuatu yang baik, berpikir dengan positif serta memiliki pemaknaan dalam diri Seligman (dalam Fu'ady & Atiqoh, 2020). Sedangkan Menurut McGannis (dalam Fu'ady & Atiqoh, 2020) individu yang optimis jarang merasa terkejut jika mengalami kesulitan, mereka memiliki keyakinan dalam memunculkan pemikiran positif, berusaha meningkatkan kemampuan diri, memiliki pemikiran inovatif dan berusaha untuk tetap bahagia.

Optimisme dan semangat yang tinggi sangat memengaruhi usaha seseorang untuk mewujudkan masa depan yang lebih optimisme masa depan merupakan kecenderungan seseorang untuk memandang segala sesuatu dari segi dan kondisi yang baik, serta mengharapkan hasil yang paling memuaskan Saphiro (dalam Kurniati & Fakhruddin, 2018) Sikap optimis ini perlu dimiliki oleh setiap individu terlepas dari apapun profesinya. Salah satunya oleh siswa, sikap optimis perlu dikembangkan untuk dapat memecahkan masalah. Siswa yang optimis tidak memandang masalah sebagai akhir dari usahanya, tetapi justru akan berusaha menyelesaikan dan keluar dari masalah tersebut. Siswa (individu) yang memiliki sifat optimis cenderung lebih sehat karena memiliki harapan yang positif, juga lebih cerdas secara emosi, tidak mudah putus asa, tidak merasa bodoh, dan tidak mudah mengalami depresi Noordjanah (dalam Kurniati & Fakhruddin, 2018).

Berdasarkan beberapa penjelasan ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa optimisme yaitu, pandangan secara menyeluruh, melihat segala hal sebagai sesuatu yang baik, berpikir dengan positif serta memiliki pemaknaan dalam diri. Serta memandang segala sesuatu dari segi dan kondisi yang baik, serta mengharapkan hasil yang paling memuaskan.

4. Aspek-aspek Optimisme

Seligman (dalam Ghufron dan Risnawita, 2012) menyatakan bahwa terdapat beberapa aspek dalam optimisme, yaitu:

- a.** Permanent adalah individu selalu menampilkan sikap hidup kearah kematangan dan akan berubah sedikit saja dari biasanya dan tidak bersifat lama.
- b.** Pervasive artinya gaya penjelasan yang berkaitan dengan dimensi ruang lingkup, yang dibedakan menjadi spesifik dan universal.
- c.** Personalization merupakan gaya penjelasan yang berkaitan dengan sumber penyebab dan dibedakan menjadi internal dan eksternal.

Berdasarkan penjelasan dari aspek - aspek di atas peneliti menggunakan aspek optimisme menurut Seligman (dalam Ghufron & Risnawati, 2012) yaitu Permanence, Pervasiveness dan Personalization.

Metode

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan variabel penelitian dependennya adalah Adversity Quotient (Y) dan variabel independennya adalah Optimisme (X). Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa SMA Kartika Padang yang berjumlah 250 siswa. Teknik pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling (Sugiyono, 2014). Simple random sampling yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu dengan menggunakan tabel dari Isaac dan Michael dengan menggunakan tingkat kesalahan 10%. Berdasarkan tabel tersebut maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 130 orang siswa kelas XII SMA Kartika Padang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Azwar (2014) mengatakan bahwa menggunakan metode skala karena subjek merupakan orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala optimisme dengan Adversity Quotient dengan model skala likert yaitu metode dengan menggunakan 25 pernyataan sikap untuk merespon subjek sebagai penentu nilai skala yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dan item-item, yang dikelompokkan dalam aitem favorable dan unfavorable. Empat alternatif jawaban yaitu, SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Kemudian, alat ukur diuji melalui uji validitas dan reliabilitas.

Analisis data dilakukan melalui uji normalitas uji linearitas dan uji hipotesis. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Kolmogorov Smirnov Z dengan bantuan IBM SPSS 21.0. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment pearson untuk mencari hubungan variabel dependen dengan variabel independen. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Kolmogorov Smirnov Z dengan bantuan IBM SPSS 21.0.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov Z. Priyatno (2018) menyatakan bahwa data yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi (p) lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program IBM SPSS 21.0, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Uji Normalitas Skala Optimisme Dengan *Adversity Quotient*

Variabel	N	KSZ	P	SEBARAN
Optimisme	130	0,734	0.655	Normal
AQ	130	0,855	0.457	Normal

Berdasarkan tabel 1 di atas, maka diperoleh nilai signifikansi pada skala Optimisme sebesar $p = 0.655$ dengan $KSZ = 0,734$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya sebaran skala Optimisme terdistribusi secara normal, sedangkan untuk *Adversity Quotient* diperoleh nilai

signifikansi sebesar $p = 0.457$ dengan $KSZ = 0,855$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya sebaran skala *Adversity Quotient* terdistribusi secara normal.

Tabel 2. Uji Linieritas Skala Optimisme Dengan *Adversity Quotient*

N	Df	Mean Square	F	Sig
130	1	5858.024	208.312	0,000

Berdasarkan tabel 2 di atas, diperoleh nilai $F = 208.312$ dengan signifikansi sebesar $p = 0.000$ ($p < 0,05$), artinya varians pada skala Optimisme dengan *Adversity Quotient* tergolong linier.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Skala Optimisme Dengan *Adversity Quotient*

P	(α)	Nilai Korelasi (r)	R square	Kesimpulan
0,000	0.01	0.787	0.619	sig (2-tailed) $0,000 < 0,01$ level of significant (α), berarti hipotesis diterima

Berdasarkan tabel 3 di atas, hipotesis diterima karena taraf signifikasinya yaitu $p = 0,000 < 0,01$, dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,787$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara optimisme dengan *Aqversity Quotient* dengan kategori kuat pada siswa kelas XII SMA Kartika. Hal ini menunjukkan adanya korelasi kuat dengan berarah positif atau searah antara kedua variabel tersebut, yang artinya jika optimisme tinggi, maka *Adversity Quotient* pada siswa juga tinggi, sebaliknya jika optimisme rendah, maka *Adversity Quotient* pada siswa kelas XII SMA Kartika padang rendah.

Tabel 4. *Descriptive Statistic* Skala Optimisme Dengan *Adversity Quotient*

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Optimisme	130	59.98	8.464	40	82
<i>Adversity Quotient</i>	130	88.18	8.562	63	112

Berdasarkan tabel 4 norma di atas, maka diperoleh kategorisasi subjek penelitian pada variabel optimisme dengan *Adversity Quotient* sebagai berikut:

Tabel 5. Kategori Antara Skala Optimisme Dengan *Adversity Quotient*

Variabel	Skor	Jumlah	Persentase (%)	Kategori
Optimisme	40-52	24	18,46%	Rendah
	53-69	87	66,92%	Sedang
	70-82	19	14,61%	Tinggi
<i>Adversity Quotient</i>	63-80	21	16,15%	Rendah
	81-97	93	71,53%	Sedang
	98-112	16	12,30%	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.10 di atas maka dapat diperoleh gambaran bahwa 18,46% Optimisme siswa pada kategori yang rendah, 66,92% Optimisme pada kategori sedang dan 14,61% Optimisme siswa memperoleh kategori tinggi. Sementara itu untuk variabel *Adversity Quotient* diperoleh gambaran bahwa sebesar 16,15% siswa yang memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori rendah, 71,53% siswa yang memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori sedang, dan 12,30% siswa yang memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *Adversity Quotient* pada siswa kelas XII SMA Kartika Padang Berdasarkan uji korelasi hipotesis diterima karena taraf signifikasinya yaitu $p = 0,000 < 0,01$, dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,787$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara optimisme dengan *Adversity Quotient* dengan kategori kuat pada siswa kelas XII SMA Kartika. Hal ini menunjukkan adanya korelasi kuat dengan berarah positif atau searah antara kedua variabel tersebut, yang artinya jika optimisme tinggi, maka *Adversity Quotient* pada siswa KP = $r^2 \cdot 100\%$ 43 juga tinggi, sebaliknya jika optimisme rendah, maka *Adversity Quotient* pada siswa kelas XII SMA Kartika padang rendah. Beberapa penelitian terkait optimisme dan *Adversity Quotient* menghasilkan temuan adanya keterikatan antara kedua variabel tersebut. Penelitian dari Aprilia dan Khairiyah (Hariyati dan Dewi, 2021), menunjukkan hubungan yang kuat antara optimisme dengan *Adversity Quotient* pada mahasiswa, sehingga optimisme yang tinggi pada mahasiswa untuk menghadapi dunia kerja maka semakin besar pula *Adversity Quotient* yang dimilikinya. Penelitian tersebut serta beberapa penelitian yang telah ada mendukung temuan dalam penelitian ini bahwa meningkatnya sikap optimisme dalam diri akan mendorong meningkatnya tingkat *Adversity Quotient* pada individu. Individu dengan sikap optimisme yang tinggi akan mempunyai *Adversity Quotient* yang bagus untuk mampu menghadapi kondisi sulit yang penuh rintangan dan hambatan yang harus dilalui. Penelitian ini membuktikan bahwa sikap optimisme menjadi suatu aspek yang memegang peranan penting dalam memengaruhi tingkat *Adversity Quotient* seseorang. *Adversity quotient* diartikan sebagai tingkat kapasitas dan kemampuan individu ketika menemui kesengsaraan yang terjadi dalam hidup serta menjadi suatu aspek penting dalam menentukan keberhasilan individu menurut Dorji dan Singh (Hariyati dan Dewi, 2021).

Adversity Quotient yang baik dapat mengarahkan individu untuk menemukan penyelesaian masalah secara mandiri dan memanfaatkan rintangan yang ditemui menjadi suatu peluang menurut Baharun Adhimah (Hariyati dan Dewi, 2021). Keberhasilan individu dalam meraih harapan dan tujuan dipengaruhi oleh kemampuan ketahanan beradaptasi ketika dihadapkan pada halangan maupun rintangan dalam upaya menyelesaikan masalah yang ada. Menurut Muslimah dan Satwika (Hariyati dan Dewi, 2021), *Adversity Quotient* dapat mendukung individu untuk mendapatkan cara merespon yang sesuai dalam meraih tujuan meskipun ada pada keadaan yang sulit. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu adalah terletak pada perbedaan sampel penelitian, waktu penelitian, lokasi penelitian.

Berdasarkan kategorisasi didapatkan dapat diperoleh gambaran bahwa 18,46% Optimisme siswa pada kategori yang rendah, 66,92% Optimisme pada kategori sedang dan 14,61% Optimisme siswa memperoleh kategori tinggi. Sementara itu untuk variabel *Adversity Quotient* diperoleh gambaran bahwa sebesar 16,15% siswa yang memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori rendah, 71,53% siswa yang memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori sedang, dan 12,30% siswa yang memiliki *Adversity Quotient* dengan kategori tinggi. Berdasarkan sumbangan efektif diketahui bahwa 62% *Adversity Quotient* sedangkan sisanya sebesar 38% dipengaruhi faktor lain seperti faktor daya saing, produktivitas, motivasi, mengambil resiko, perbaikan, ketekunan, belajar dan keyakinan menurut Stoltz (dalam Muslimah & Satwika, 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan yang sekaligus merupakan jawaban dari tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan analisis uji kolerasi menunjukkan bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *Adversity Quotient* pada siswa kelas XII SMA Kartika Padang. Dilihat dari korelasi yang kuat dan berarah positif atau searah antara kedua variabel tersebut disimpulkan bahwa semakin tinggi optimisme, maka *Adversity Quotient* pada siswa semakin tinggi juga, sebaliknya jika semakin rendah optimisme, maka *Adversity Quotient* pada siswa juga akan rendah.
2. Sumbangan efektif variabel optimisme dengan *Adversity Quotient* yaitu 62%. Dalam kesimpulan tidak boleh ada referensi. Kesimpulan berisi fakta yang didapatkan. Nyatakan kemungkinan aplikasi, implikasi dan spekulasi yang sesuai. Jika diperlukan, berikan saran untuk penelitian selanjutnya.

REFERENSI

- Azaria, U. N., & Suprihatin, T. (2017). *Adversity Quotient Pada Siswa Homeschooling*. *Proyeksi*, 12(2), 79–85.
- Azwar. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ekasari, A., & Hafizhoh, N. (2009). Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial dengan Intensi untuk Pulih dari Ketergantungan Narkotika Alkohol Psikotropika dan Zat Adiktif (NAPZA) pada Penderita di Wilayah Bekasi Utara-Lembaga Kasih Indonesia. *Journal Fisip : Soul*, 2(2), 108–135. <http://ejournalunisma.net/ojs/index.php/soul/article/view/726>.
- Fu'ady. M.A & Atiqoh, S. V. D. (2020). Kebersyukuran Dan Optimisme Masa Depan Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(1).104.<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6343>.
- Ghufron & Risnawati. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Rum Media.
- Hartosujono, H. (2017). Perilaku *Adversity Quotient* Mahasiswa Ditinjau Dari Locus of Control. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(1).<https://doi.org/10.30738/sosio.v1i1.519>.

- Hariyati, D. R., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Fresh Graduate Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 153–164.
- Hidayat & Sariningsih. (2018). kemampuan pemecahan masalah matematis dan adversity quotient siswa smp melalui pembelajaran open ended. *jurnal Nasional Matematika*.2(Maret).
- Ifania, O. N., & Sugiasih, I. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Mahasiswa Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara yang Bekerja. 3(November), 284–292.
- Kurniati, L., & Fakhrudin, A. U. (2018). Pengaruh Optimisme Terhadap Kemampuan Pemecahan masalah matematika pada siswa SMA. 115–120.
- Lusiawati, I. (2016). Membangun Optimisme pada Seseorang Ditinjau dari Sudut Pandang Psikologi Komunikasi. *Jurnal TEDC*, 10(3), 147–151.
- Muslimah, I., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada siswa kelas xi sma negeri 2 pare Ismei Muslimah Yohana Wuri Satwika. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 1– 7.
- Purwaningsih ning, & Megaster Teknik. (2019). Pengaruh Pola Pikir Kewirausahaan Adversity Quotient Dan Pendidikan Kewirausahaan Terhadap Minat Berwirausaha Mahasiswa Di Kota Tangerang. *Jurnal Ilmu Manajemen Dan Akuntansi Terapan (JIMAT)*, 10(2), 134–148.
- Risma A.P & Ratna S.D.(2020). *Konsep Adversity & Problem Solving Skill*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>.
- Utami, I. B., Hardjono, & Karyanta, N. A. (2014). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 2(5), 154–167. <http://id.portalgaruda.org/index.php?ref=browse&mod=viewarticle&article=260705>.
- Wahyudin, Cempaka Putrie Dimala, N. R. (2021). hubungan self-esteem dengan optimisme masa depan pada siswa smk itenas kelas XII. 1(2), 6.
- Wardani, I. A., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). Hubungan Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Dengan Optimisme Akademik Pada Siswa SMP Negeri 1 Wanadadi. *KONSELING EDUKASI “Journal of Guidance and Counseling,”* 4(2), 160–178. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i2.7975>.
- Widasuri, D., & Laksmiwati, H. (2018). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dngan Forgiveness Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5, 1–6.
- Yunda. (2013). Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Minat Berwirausaha Siswa Kelas Xii Pemasaran Di Smkn 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*,1(1),1–20.