

## **ADVERSITY QUOTIENT DITINJAU DARI SELF-EFFICACY PADA SISWA SMP X DI PEKALONGAN**

**Arradhika Warhana<sup>1</sup>, I Rheny Arum Permitasari<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas AKI  
521220037@student.unaki.ac.id

### ***Abstract***

*This study aims to test whether there is a relationship between self-efficacy and adversity quotient in students of SMP X Pekalongan. The hypothesis put forward in this study is "there is a positive relationship between self-ability and adversity quotient in students of SMP X Pekalongan". This study uses two measuring instruments, namely the adversity quotient scale and the self-efficacy scale. The respondents involved in this study were 211 students of grade IX of SMP X Pekalongan. This study uses Spearman-rho non-parametric correlation analysis as a method of testing the research hypothesis. Based on the correlation test, the coefficient result was 0.750 with a significance level of 0.00 or  $p < 0.01$ . This confirms the existence of a significant positive relationship between self-efficacy and adversity quotient in students of SMP X Pekalongan. Or in other words, the research hypothesis is accepted. In addition, this study also found that the self-efficacy variable made an effective contribution of 58.3% to the adversity quotient variable of students of SMP X Pekalongan. Meanwhile, the remaining 41.7% is influenced by other factors not discussed in this study.*

**Keywords:** *adversity quotient, self-efficacy*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji adakah hubungan antara *self-efficacy* dengan *adversity quotient* pada siswa SMP X Pekalongan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah "terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan *adversity quotient* pada siswa SMP X Pekalongan". Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu skala *adversity quotient* dan skala *self-efficacy*. Responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 211 orang siswa kelas IX SMP X Pekalongan. Penelitian ini menggunakan analisis non-parametrik korelasi *Spearman-rho* sebagai metode pengujian hipotesis penelitian. Berdasarkan uji korelasi didapatkan hasil koefisien sebesar 0,750 dengan taraf signifikansi 0,00 atau  $p < 0,01$ . Hal ini mengkonfirmasi adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *adversity quotient* pada siswa SMP X Pekalongan. Atau dengan kata lain, hipotesis penelitian ini diterima. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa variabel *self-efficacy* memiliki sumbangan efektif sebesar 58,3% terhadap variabel *adversity quotient* siswa SMP X Pekalongan. Sementara sisanya sebesar 41,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

**Kata kunci:** *adversity quotient, self-efficacy*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan yang kita peroleh di bangku sekolah dirancang untuk memberikan dan menyebarkan berbagai pengetahuan dan keterampilan dasar di berbagai mata pelajaran seperti bahasa, matematika, *sains*, ilmu sosial, seni, dan banyak lagi. Pendidikan memberikan cara yang terstruktur dan terorganisir untuk mempelajari konsep-konsep penting, fakta, teori, dan keterampilan praktis yang membentuk dasar pendidikan lebih lanjut dan upaya masa depan. Pendidikan juga dirancang tidak hanya untuk mengirimkan informasi tetapi juga untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis. Dengan melibatkan mata pelajaran dan topik yang berbeda, siswa belajar menganalisis, mengevaluasi, dan menerapkan pengetahuan. Mereka belajar bagaimana berpikir kritis, memecahkan masalah, dan membuat koneksi logis antara berbagai ide, yang merupakan keterampilan penting dalam konteks akademik, profesional, dan pribadi.

Namun demikian, siswa dalam pembelajaran saat ini masih dihadapkan pada situasi yang menghambat, baik dari dalam diri siswa itu sendiri maupun dari lingkungan sosial dan ekonomi yang dialami siswa dan sekolah. Drozdenko, et al. (2012) menyebutkan bahwa dua faktor signifikan yang mengganggu pembelajaran di sekolah adalah gangguan eksternal dan internal yang bersumber dari disintegrasi siswa. Beberapa contoh gangguan eksternal adalah instruksi yang sulit dipahami, kondisi fisik kelas, dan bahkan sikap siswa yang lebih suka melakukan hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran seperti mendengarkan musik atau mengobrol dengan teman sekelas lainnya daripada memperhatikan gurunya. Sedangkan gangguan internal meliputi gangguan yang berasal dari siswa itu sendiri, seperti kurangnya motivasi, perasaan malas, lebih suka bermain dengan teman sekelas, dan kurang inisiatif saat belajar di kelas.

Secara umum, cukup banyak isu yang harus dihadapi siswa dan para pihak yang terkait dalam mencapai hasil optimal dari pendidikan formal. Siswa bisa saja menghadapi kesulitan dalam mata pelajaran, sulit menguasai pelajaran atau topik tertentu, merasa sulit mengikuti kurikulum. Tantangan akademik dapat menyebabkan frustrasi, kepercayaan diri rendah, dan kurangnya motivasi. Belum

lagi hambatan mengelola waktu secara efektif dan memprioritaskan tugas, terutama ketika siswa memiliki tuntutan yang bersinggungan antara pelajaran di kelas atau tanggung jawab lain di luar sekolah.

Sistem pendukung yang tidak memadai, baik dari guru, orang tua, atau konselor sekolah, dapat menghambat kemampuan siswa untuk mengatasi tantangan. Tanpa bimbingan dan dukungan emosional yang tepat, siswa mungkin merasa kewalahan, frustrasi, atau tidak mampu mengatasi kesulitan mereka secara efektif. Selain itu, hubungan teman sebaya dan dinamika sosial di sekolah terkadang dapat juga menjadi pengaruh bagi siswa. Adanya *bullying*, pengucilan, tekanan, dan lingkungan sosial yang negatif dapat secara signifikan memengaruhi kesejahteraan, kepercayaan diri, dan fokus siswa pada aktivitas akademis.

Untuk melewati semua permasalahan dan hambatan yang dihadapi dalam pendidikan tersebut seorang siswa membutuhkan kekuatan dan kemampuan. Stoltz (2000) menyatakan dari begitu banyak kemampuan dan kekuatan yang dimiliki tiap-tiap individu, ada salah satu kekuatan yang dapat mengindikasikan bagaimana individu mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan dan seberapa jauh kemampuan untuk mengatasi kesulitan tersebut. Kemampuan mengatasi kesulitan ini yang diajukan oleh Stoltz (2000) dengan istilah "*Adversity Quotient*" atau AQ. Kata "*adversity*" sendiri memiliki arti "kesulitan, kesengsaraan, kemalangan, kesukaran". Selanjutnya kata "*intelligence* atau *quotient*" menurut Chaplin (2006) memiliki makna "cerdas, pandai". Konsep ini menggambarkan adanya kecerdasan atau kepandaian dalam menghadapi kesulitan bahkan kesengsaraan dan kemampuan bertahan dalam berbagai kesulitan hidup dan tantangan yang dialami.

Stoltz (2000) mengungkapkan bahwa *intelligent quotient* (IQ), *spiritual quotient* (SQ), dan *emotional quotient* (EQ) saja tidak cukup untuk mencapai kesuksesan. *Adversity Quotient* dapat dipandang sebagai ilmu yang menganalisis kegigihan manusia khususnya siswa dalam menghadapi tantangan. Kebanyakan siswa tidak hanya belajar dari tantangan tetapi mereka bahkan meresponnya untuk memperoleh sesuatu yang lebih baik. *Adversity Quotient* juga dapat digunakan untuk menilai sejauh mana seorang siswa ketika menghadapi masalah rumit.

Penyelesaian konfrontasi dan perjuangan melawan keterpurukan dan

permasalahan merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia karena akan bahagia atau tidaknya manusia tergantung pada seberapa baik dia dapat memecahkan dan melawan masalah yang sedang dihadapinya. Siapa pun yang bisa menghadapi dan melawan masalah dengan bijak akan berhasil. Mereka harus mengatur hidup mereka atau bahkan kehidupan orang lain untuk menghindari menghadapi masalah dengan sebaik-baiknya, atau mereka harus menyelesaikan masalah dengan bijak (Pangma, et al., 2009).

Dengan analogi konsep aktivitas mendaki sebuah gunung sebagai jalan menuju keberhasilan, Stoltz (2000) membagi tipe individu berdasarkan kriteria tingkat *adversity quotient* ke dalam tiga kategori, yaitu tipe *climbers* (pendaki), tipe *camper* (orang yang berhenti untuk *camping*), dan tipe *quitter* (orang yang menyerah). Seseorang dalam tipe *climber* atau pendaki dalam menjalani kehidupan mempunyai visi misi dengan jelas dan benar-benar memahami tujuan hidup. Para *climbers* mempunyai keyakinan yang sangat kuat, sehingga segala kesulitan, hambatan dan rintangan dinilai sebagai tantangan dan melihat kehidupan yang menimbulkan stres sebagai sesuatu kesempatan untuk berkembang daripada sebagai ancaman, sehingga para *climbers* akan mengerahkan segala potensi dan upaya dalam mengatasi kesulitan. Hal ini mengakibatkan para *climbers* mampu mewujudkan impian dan cita-citanya.

Seseorang yang tergolong tipe *camper* mempunyai visi dan misi, akan tetapi mudah dikendalikan oleh lingkungan. Dalam menghadapi kesulitan, tipe *campers* tidak menggunakan potensi yang dimiliki dengan penuh, sehingga kurang berhasil dalam belajar dan meraih prestasi. Para *campers* menciptakan penjara yang nyaman dalam kehidupan, mudah merasa puas dengan kesuksesan yang telah diraih, sehingga mudah melepaskan kesempatan yang diberikan untuk meningkatkan potensi. Sementara seseorang yang tergolong dalam tipe *quitter* lebih cenderung menghindari kewajiban atau kesulitan, tidak mempunyai visi dan keyakinan tentang masa depan, menolak terjadinya perubahan-perubahan sehingga menjalani hidup dengan apa adanya. Dalam kehidupan, para *quitters* cenderung lebih mengorbankan impian dan cita-cita ketika dalam proses pencapaiannya menemukan kesulitan atau hambatan (Stoltz, 2000).

Dalam konteks pendidikan, Pangma, et al. (2009) mengajukan beberapa faktor yang mempengaruhi adanya perbedaan tingkat *adversity quotient* antarsiswa sekolah tingkat menengah atas yang pernah ditelitinya, antara lain: *dominance*, harga diri, antusiasme, kepercayaan diri, kemandirian pribadi, ambisi, dan motivasi berprestasi. Sementara Saidah dan Aulia (2014) menyatakan bahwa setiap kecerdasan adversitas seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti bakat, kemauan, kecerdasan, kesehatan, karakteristik kepribadian, genetika, pendidikan, dan keyakinan diri (*self-efficacy*).

Stoltz (2000) mengatakan bahwa salah satu faktor *adversity quotient* adalah keyakinan. Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu masalah dan membantu seseorang dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Siswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya akan mampu menghadapi dan mengatasi permasalahan yang menjadi penghambat kesuksesan bagi dirinya, keyakinan terhadap kemampuannya dapat disebut juga dengan *self-efficacy* (Azzura dalam Ismawati & Andriyani, 2022).

*Self-efficacy* merupakan tingkat kepercayaan diri seseorang ketika menyelesaikan tugas atau pekerjaan tertentu dengan baik. *Self-efficacy* dapat menjadi faktor pendorong dalam memprediksi perilaku tertentu sehingga acapkali dikaitkan dengan keputusan dalam pemilihan karir, karena seseorang cenderung memikirkan kemampuan dirinya untuk melakukan pekerjaan tersebut (Hmieleski & Baron, 2008). Tingkat *self-efficacy* berpengaruh pada kinerja, semakin tinggi *self-efficacy* semakin tinggi pula untuk kinerja individu dan begitu pula sebaliknya (Baron dan Byrne, 2003).

*Self-efficacy* sendiri mengacu pada pengetahuan seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menyelesaikan tugas tertentu tanpa perlu membandingkannya dengan kemampuan orang lain (Woolfolk, 2009). Dalam setiap diri individu ada keyakinan diri (*self-efficacy*) yang menyertai *adversity quotient* seseorang. *Adversity quotient* merupakan suatu penilaian yang mengukur bagaimana seseorang dalam menghadapi masalah untuk dapat diberdayakan menjadi peluang (Stoltz, 2000). Sedangkan Bandura menyatakan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang bahwa dia dapat menjalankan suatu tugas

pada suatu tingkat tertentu yang mempengaruhi tingkat pencapaian tugasnya (dalam Alwisol, 2012).

Dalam konteks pendidikan, tingkat keyakinan siswa terhadap kemampuan yang dimilikinya dapat menjadi faktor yang dapat menjadi indikator kemampuan dalam menghadapi tantangan akademik di sekolah. Studi yang dilakukan Ismawati dan Adriyani (2022) terhadap siswa SMK menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-efficacy* dan *adversity quotient*. Demikian pula pada siswa SMA Negeri di Banda Aceh dalam studi Kamalia, et al. (2019) yang juga menemukan adanya korelasi positif yang signifikan antarkedua variabel. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan positif secara langsung antarkedua variabel, yang berarti semakin tinggi efikasi diri (*self-efficacy*) siswa maka semakin tinggi *adversity quotient*-nya. Demikian sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah pula *adversity quotient* siswa (Akbar, 2018; Wijaya, 2019; Saidah & Aulia, 2014; Jumereng & Setiawan, 2021).

Selain studi korelasi secara langsung (*direct*), variabel *self-efficacy* dan *adversity quotient* juga difungsikan sebagai prediktor aspek psikologis lainnya, termasuk dalam konteks pendidikan. Studi yang dilakukan Devi (2017) terhadap siswa SMAN di Jakarta Timur mengungkap bahwa secara bersama-sama variabel *self-efficacy* dan *adversity quotient* memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Jumereng & Setiawan (2021) menyimpulkan bahwa *self-efficacy* dan *adversity quotient* memiliki korelasi dengan tingkat *self-handicapping* dan *achievement goal* pada mahasiswa. Sementara Suryadi dan Santoso (2017) menemukan adanya korelasi *self-efficacy* dan *adversity quotient* dengan prestasi akademik pelajaran matematika pada siswa kelas IX. Hal serupa juga ditemukan oleh Ardyanti dan Harini (2015) yang menemukan korelasi yang sama dengan prestasi belajar matematika siswa kelas X SMK. Selain itu, *adversity quotient* dan *self-efficacy* memiliki pengaruh pada tingkat toleransi terhadap stres pada mahasiswa (Sho'imah, 2010) dan kemampuan berpikir kreatif pada siswa (Aprianti, 2020).

Hasil observasi dan interview singkat peneliti kepada guru mengungkap permasalahan yang harus dihadapi siswa di sekolah itu. Misalnya adanya sikap

siswa yang sulit diatur karena ingin mendapatkan perhatian khusus, bersikap kasar dengan guru, tidak mengerjakan tugas, dan tidak disiplin. Ketidaktaatan siswa pada peraturan sekolah juga kerap ditemui walaupun guru setiap hari memberi instruksi dan melakukan tindakan pendisiplinan, tetapi pelanggaran tetap terulang.

Beberapa kasus keluarga *broken home* juga ditemukan terjadi pada beberapa siswa, seperti kasus perceraian orang tua sehingga siswa dinilai kurang mendapatkan peranan dukungan dan perhatian orang tua, serta terpaksa tinggal bersama kakek dan neneknya. Selain itu, ditemukan pula siswa yang terlibat kegiatan anak *punk* sehingga tidak pulang ke rumah dan membuat keberadaannya sulit dilacak oleh keluarga dan sekolah. Perilaku yang menggambarkan *bullying* verbal juga ditemukan, seperti olok-olok terkait status orang tua, mengejek status anak yatim, hingga olokan yang menyinggung bentuk fisik dan rasis dalam komunikasi sehari-hari siswa.

Keterangan dan penjelasan salah seorang siswa juga menyatakan bahwa dirinya sampai saat ini masih belum memiliki gambaran tentang cita-cita, tujuan, atau rencana akan masa depan. Apa yang ia lakukan selama di sekolah hanya mengikuti apa yang diminta oleh orang tuanya. Ia sama sekali tidak memiliki keinginan untuk meneruskan jenjang pendidikan ke tingkat yang selanjutnya, ia memilih untuk meneruskan jenjang di sekolah tingkat atas manapun yang mau menerima dirinya. Hal ini disebabkan karena ia merasa bahwa kemampuan belajar dan menguasai materi pelajaran tergolong biasa saja, dan merasa tidak akan mampu bersaing dengan teman lainnya. Selain itu, adanya permasalahan tentang guru yang dinilai siswa terlalu keras atau galak sehingga dipandang sebagai hambatan belajar oleh siswa.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bersifat kuantitatif korelasional. Skala *Adversity quotient* dibuat berdasarkan menggunakan skala *adversity quotient* yang disusun berdasarkan dimensi yang disebut CO2RE. Dimensi-dimensi tersebut adalah C = *control* (kendali), O2 = *origin and ownership* (asal usul dan pengakuan), R = *reach* (jangkauan), dan E = *endurance* (daya tahan). Skala terdiri dari 32 butir (*item*).

Skala *Self-efficacy* disusun berdasarkan dimensi *self-efficacy*, yaitu dimensi tingkat (*level*), kekuatan (*strength*), dan keluasan (*generality*). Skala terdiri dari 24 butir (*item*). Sampel yang digunakan adalah siswa SMP yang berjumlah total 211 orang. Teknik pengambilan sampel diambil dengan menggunakan teknik *sampling* jenuh

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Uji daya diskriminasi terhadap *item-item* dalam skala *adversity quotient* menunjukkan hasil koefisien korelasi dengan kisaran antara 0,310 sampai 0,514 yang berarti juga menunjukkan tercapainya hasil koefisien korelasi  $r_{xy} > 0,30$ . Koefisien korelasi *item-item* skala *adversity quotient* tersebut dapat dicapai dengan melibatkan 25 *item* dari sebelumnya berjumlah 32 *item*. Hal ini menandakan bahwa skala *adversity quotient* harus kehilangan (gugur) 7 *item*. Koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh pada skala *adversity quotient* menunjukkan hasil sebesar 0,849 yang menandakan adanya kecenderungan untuk mendekati angka 1,00. Uji daya diskriminasi terhadap *item-item* dalam skala *self-efficacy* menunjukkan hasil koefisien korelasi dengan kisaran antara 0,392 sampai 0,613 yang berarti juga menunjukkan tercapainya hasil koefisien korelasi  $r_{xy} > 0,30$ . Koefisien korelasi *item-item* skala *self-efficacy* tersebut dapat dicapai dengan melibatkan 24 *item*, tanpa memiliki satu pun *item* yang harus gugur, koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh dari penghitungan terhadap skala *self-efficacy* menunjukkan hasil sebesar 0,890.

Pada penelitian ini diperoleh hasil nilai normalitas Kolmogorov-Smirnov (K-SZ) skor skala *adversity quotient* sebesar 0,065 dengan nilai signifikansi 0,032 atau  $p < 0,05$ . Hasil ini memberikan kesimpulan bahwa sebaran data variabel *adversity quotient* terdistribusi secara tidak normal. Sementara itu pada variabel *self-efficacy*, hasil nilai normalitas Kolmogorov-Smirnov (K-SZ) menunjukkan hasil sebesar 0,060 dengan nilai signifikansi 0,065 atau  $p > 0,05$ . Hasil tersebut juga memberikan kesimpulan bahwa sebaran data variabel *self-efficacy* terdistribusi secara normal.

Hasil uji linieritas kedua variabel dalam penelitian ini memperoleh nilai

*r* sebesar 291,688 dengan signifikansi sebesar 0,00 atau  $p < 0.05$ . Hasil ini menyimpulkan bahwa relasi atau hubungan antara variabel *self-efficacy* dengan *adversity quotient* siswa SMP X Pekalongan bersifat liner

## **Pembahasan**

Melalui analisis statistik non-parametrik korelasi Spearman-rho terhadap hasil skor total kedua variabel penelitian yang diisi oleh 211 orang responden menunjukkan adanya hasil koefisien sebesar 0,750 dengan taraf signifikansi 0,00 atau  $p < 0,01$ . Hal ini menandakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan *adversity quotient* yang dibuktikan melalui nilai signifikansi korelasi  $< 1\%$ . Berdasarkan hal ini pula maka dapat ditarik kesimpulan pula bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Penelitian ini mengkonfirmasi adanya hubungan positif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan *self-efficacy* pada siswa SMP X Pekalongan. Hal ini dapat dijabarkan pula bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki siswa SMP X Pekalongan maka semakin tinggi pula *adversity quotient*-nya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-efficacy* maka semakin rendah pula *adversity quotient* yang dimiliki siswa SMP X Pekalongan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil studi tentang hubungan *self-efficacy* dengan *adversity quotient* lainnya yang pernah dilakukan oleh peneliti lain. Kamalia, et al. (2019) menemukan bahwa tingginya tingkat *adversity quotient* akan diikuti oleh tingginya *self-efficacy* atau sebaliknya pada siswa SMA kelas XII di Banda Aceh. Akbar (2018) dalam studinya terhadap siswa MAN XI 3 Medan juga menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan *adversity quotient*. Demikian pula dengan hasil studi Saidah & Aulia (2014) yang menemukan bahwa bila *self-efficacy* yang dimiliki 74 orang siswa SMKN 1 Sukorejo rendah, maka tingkat *adversity quotient* juga akan rendah. Pada responden setingkat perguruan tinggi, Wijaya (2019) juga menemukan adanya hubungan positif antara *self-efficacy* dengan *adversity quotient* pada mahasiswa perantauan. Sementara, pada penelitian yang dilakukan oleh Sho'imah (2010) mengungkap bahwa *adversity quotient* dan *self-efficacy* secara bersama-sama memiliki korelasi

yang signifikan terhadap toleransi terhadap stres pada subjek mahasiswa semester VI. Selain itu, Suryadi & Santoso (2017) mengungkapkan bahwa *adversity quotient* beserta *self-efficacy* ikut mempengaruhi pencapaian prestasi mata pelajaran matematika pada siswa kelas IX.

Sementara itu pada penelitian ini juga terungkap bahwa variabel *self-efficacy* memiliki sumbangan efektif sebesar 58,3% terhadap variabel *adversity quotient* siswa SMP Negeri 1 Tirto. Sementara sisanya sebesar 41,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi tingkat *adversity quotient* antara lain daya saing, produktivitas, kreativitas, tingkat motivasi, keberanian mengambil resiko, inisiatif untuk belajar dan memperbaiki kesalahan, dan tingkat ketekunan individu. Selain itu, *adversity quotient* yang dimiliki seseorang juga dibentuk oleh pengaruh-pengaruh dari orang tua, guru, teman sebaya, dan orang-orang yang mempunyai peran penting selama masa kanak-kanak (Stoltz, 2000).

Pada penelitian ini juga terungkap bahwa sebanyak 176 orang atau sekitar 83,41% dari total 211 responden memiliki tingkat *adversity quotient* yang tergolong tinggi. Selain itu sisanya terdapat 35 orang atau 16,59% dari total responden memiliki tingkat *adversity quotient* yang tergolong sedang, dan tidak seorang pun yang memiliki *adversity quotient* rendah. Hal ini menandakan bahwa responden dinilai memiliki kecerdasan dalam menghadapi kesulitan, masalah, hambatan atau rintangan yang dihadapi dalam kehidupan atau dalam hal ini aktivitas akademik. Dengan tingkat *adversity quotient* ini, para siswa dinilai dapat mengubah hambatan menjadi peluang dan juga menggambarkan sejauh mana siswa mampu bertahan dalam menghadapi hambatan tersebut.

Penelitian ini juga menyimpulkan tingkat *self-efficacy* responden yang terdistribusi ke dalam kategori tinggi dan sedang. Terdapat 129 orang responden atau 61,14% dari total 211 responden yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi. Terdapat 81 orang responden atau sebanyak 38,39% tergolong memiliki tingkat *self-efficacy* sedang. Sementara itu, masih ditemukan satu orang responden dari 211 responden yang memiliki skor rendah pada tingkat *self-efficacy*. Hasil ini menandakan bahwa mayoritas responden sudah memiliki keyakinan terhadap

kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah dan mengatur kegiatan belajar mereka sendiri dengan target yang ditentukan. Namun demikian, keberadaan seorang responden dengan *self-efficacy* rendah perlu mendapatkan perhatian. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah cenderung memandang sebuah hambatan sebagai ancaman yang harus dihindari, sehingga cenderung kurang berani menentukan tujuan pencapaian dan memiliki tingkat komitmen yang terbatas.

*Self-efficacy* siswa SMP X Pekalongan diukur dengan menggunakan skala *self-efficacy* yang disusun berdasarkan dimensi *self-efficacy*, yaitu dimensi tingkat (*level*), kekuatan (*strength*), dan keluasan (*generality*). Hasil pengamatan statistik deskriptif terhadap rerata skor skala *self-efficacy* pada penelitian ini menunjukkan bahwa dimensi *self-efficacy* yang dominan adalah tingkat (*level*), sedangkan yang paling rendah adalah dimensi kekuatan (*strength*). Hal ini mengindikasikan bahwa responden memiliki kemampuan dalam mengukur sebuah tantangan atau hambatan sesuai dengan kemampuan diri. Responden dinilai dapat memilih tingkah laku yang akan dicobanya yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang dirasakannya. Namun, rerata dimensi *strength* yang paling rendah dapat pula mengindikasikan bahwa responden juga berpotensi mengalami hambatan karena pengharapan dan keyakinan diri yang mudah digoyahkan oleh pengalaman yang tidak mendukung.

Penelitian ini pada akhirnya juga masih mengandung banyak kelemahan dan tidak sepenuhnya dapat mencapai tingkat kebenaran yang mutlak. *Adversity quotient* yang dialami responden tidak hanya dipengaruhi oleh *self-efficacy*, tetapi juga dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diperhitungkan oleh peneliti dalam studi ini. Sementara berkaitan dengan metode dan proses pengambilan data, meskipun peneliti mengawasi langsung proses pengisian skala, namun masih ditemukan siswa yang kurang serius dalam mengisi skala. Kekurangan ini diduga menjadi penyebab ditemukannya beberapa skala yang tidak terisi secara sempurna dan dijumpai beberapa item skala yang dilewati responden, sehingga data tersebut dinilai tidak layak untuk digunakan. Selain itu, responden masih diduga mengalami *social desirability bias* atau bias respon yang muncul pada saat responden

menyediakan jawaban sesuai dengan harapan atau norma kelompok dibandingkan dengan pengalaman mereka sendiri.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan siswa *adversity quotient* SMP Negeri 1 Tirta Pekalongan”. Melalui analisis statistik non-parametrik korelasi Spearman-rho terhadap hasil skor total kedua variabel penelitian yang diisi oleh 211 orang responden menunjukkan adanya hasil koefisien sebesar 0,750 dengan taraf signifikansi 0,00 atau  $p < 0,01$ . Hal ini menandakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan *adversity quotient* yang dibuktikan melalui nilai signifikansi korelasi  $< 1\%$ . Berdasarkan hal ini pula maka dapat ditarik kesimpulan pula bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

### **Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian ini bahwa terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara variabel *adversity quotient* dengan *self-efficacy* pada siswa, serta mengingat pentingnya kedua variabel terhadap pencapaian hidup individu baik secara akademik maupun non akademik, maka kedua variabel dinilai perlu menjadi perhatian dari semua pihak baik sekolah, guru, orang tua, maupun siswa itu sendiri. Implikasi dari hasil penelitian ini juga membuka kemungkinan terhadap upaya pengembangan diri siswa yang dapat dimulai dari salah satu atau kedua variabel *adversity quotient* dan *self-efficacy*.

Peningkatan *adversity quotient* dapat dilakukan dengan cara menumbuhkan budaya perbaikan dan belajar secara terus menerus. Kembangkan *mindset* untuk berkembang dan terus mempelajari keterampilan dan pengetahuan baru. Beranikan diri untuk meminta bantuan dan bangun jaringan yang kuat antarsesama teman. Melatih cara pemecahan masalah dan pemikiran kritis untuk menemukan solusi kreatif terhadap tantangan.

Sementara peningkatan *self-efficacy* dapat dilakukan dengan cara

mengkomunikasikan kepedulian dan keyakinan pada semua kemampuan siswa untuk berhasil; memberikan harapan, dan umpan balik secara konkret dan jelas; memberikan kesempatan kepada siswa untuk menghubungkan minat dan tujuan dengan penugasan; mengadopsi *role model* yang dapat menjadi contoh dan inspirasi siswa untuk meyakini tujuan mereka.

## DAFTAR RUJUKAN

- Akbar, M. I. (2018). *Hubungan antara efikasi diri dengan adversity quotient pada siswa kelas XI MAN 3 Medan* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Medan Area.
- Alwisol. (2012). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Aprianti, R. F. (2020). *Hubungan adversity quotient dan self-efficacy dengan kemampuan berpikir kreatif siswa pada materi sistem koloid* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ardyanti, S. I., & Harini, E. (2015). Hubungan antara adversity quotient, self-efficacy dan kebiasaan belajar dengan prestasi belajar matematika siswa kelas X Kecantikan SMK Negeri se-Kecamatan Umbuharjo. *Union: Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(1), 33–44.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2010). *Metodologi penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosial*. Erlangga.
- Bosscher, R., & Smit, J. (1998). Confirmatory factor analysis of the general self-efficacy scale. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 339–343.
- Caroli, M. E., & Sagone, E. (2014). Resilient profile and creative personality in middle and late adolescents: A validation study of the Italian-RASP. *American Journal of Applied Psychology*, 2(2), 53–58. <https://doi.org/10.12691/ajap-2-2-4>

- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus lengkap psikologi*. PT Raja Grafindo Persada.
- Devi, S. M. (2017). *Pengaruh self-efficacy dan adversity quotient terhadap motivasi berprestasi pada siswa SMAN 48 di Jakarta Timur* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Negeri Jakarta.
- Drozdenko, R., et al. (2012). Learning styles and classroom distraction: A comparison of undergraduate and graduate students. *American Society of Business and Behavioral Sciences*, 19(1), 268–277.
- Friedman, H. S., & Schustack, M. W. (2006). *Kepribadian: Teori klasik dan riset modern* (Edisi ke-3). Erlangga.
- Gore, P. A. (2006). Academic self-efficacy as a predictor of college outcomes: Two incremental validity studies. *Journal of Career Assessment*, 14(1), 92–115. <https://doi.org/10.1177/1069072705281367>
- Hardianto, G., et al. (2014). Hubungan antara self-efficacy akademik dengan hasil belajar siswa. *Konselor*, 3(1), 22–27.
- Hmieleski, K. M., & Baron, R. (2008). When does entrepreneurial self-efficacy enhance versus reduce firm performance?. *Strategic Entrepreneurship Journal*, 2(1), 57–72.
- Ismawati, L., & Andriyani, I. N. (2022). Correlation self-efficacy and adversity quotient of student at SMK Muhammadiyah 2 Wedi Klaten. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 3(1), 78–88.
- Jumereng, H., & Setiawan, E. (2021). Self-esteem, adversity quotient and self-handicapping: Which aspects are correlated with achievement goals?. *Cakrawala Pendidikan*, 40(1), 147–157.
- Kamalia, I. S., et al. (2019). Korelasi antara adversity quotient dengan self-efficacy pada siswa kelas IX SMA Negeri di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 53–58.
- Karimah, R. (2017). *Hubungan antara adversity quotient dengan prestasi belajar pada siswa SMP Negeri 1 Malang Program Akselerasi* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Islam Negeri Malang.
- Markman, G. (2000). Adversity quotient: The role of personal bounce-back ability in new venture formation. *Human Resource Management Review*, 13(2), 281–301.
- Napitupulu, L., et al. (2007). Pelatihan adversity quotient untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja panti asuhan. *Jurnal Psikologika*, 12(23), 43–56.

- Nurhayati, & Fajrianti, N. (2013). Pengaruh adversity quotient (AQ) dan motivasi berprestasi terhadap prestasi belajar matematika. *Jurnal Formatif*, 3(1), 72–77.
- Pangma, R., et al. (2009). Casual factors influencing adversity quotient of twelfth grade and third-year vocational students. *Journal of Social Sciences*, 5(4), 466–470.
- Saidah, S., & Aulia, L. A. (2014). Hubungan self-efficacy dengan adversity quotient. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 54–61.
- Sho'imah, D. W. (2010). *Hubungan adversity quotient dan self-efficacy dengan toleransi terhadap stres pada mahasiswa* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Siboro, E., et al. (2022). Exploring the level of students self-efficacy in speaking class. *LLT Journal*, 25(2), 651–659.
- Stoltz, P. G. (2000). *Adversity quotient: Mengubah hambatan menjadi tantangan*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Afabeta.
- Suryadi, B., & Santoso, T. I. (2017). Self-efficacy, adversity quotient, and student's achievement in mathematics. *International Education Studies*, 10(10), 12–19.
- Wahyuningsih, E. (2021). *Hubungan adversity quotient dengan kematangan karir pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Hasanuddin* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Hasanuddin Makassar.
- Wijaya, H. A. (2019). *Hubungan antara self-efficacy dengan adversity quotient pada mahasiswa perantauan* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Wijaya, I. P., & Pratitis, N. T. (2012). Efikasi diri akademik, dukungan sosial orang tua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan. *Jurnal Persona*, 1(1), 40–52.
- Woolfolk, A. (2009). *Educational psychology: Active learning edition*. Pearson Education, Inc.