

Adversity quotient pada mahasiswa pekerja: Adakah peranan optimisme?

Dwi Septiana¹, Suroso^{2*}, Isrida Yul Arifiana³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

*E-mail: suroso@untag-sby.ac.id

Submitted:	Abstract <i>This study aims to determine the relationship between Optimism and Adversity Quotient in working students at the University of 17 August 1945 Surabaya. This study used a sample of working students. The sampling technique uses the quota sampling technique. This study involved 107 respondents. The results of the research using the Pearson Product Moment correlation test show that there is a positive and significant relationship between optimism and the adversity quotient of working students or in other words, if the optimism of working students is high, then the level of adversity quotient of working students is also high. It is recommended that working students always blame optimists by always thinking positively, taking good things from every incident, stop blaming themselves and looking for solutions to every problem, in order to have a good level of adversity quotient.</i> Keyword: Adversity quotient; optimism; working students
Accepted:	
Published:	
	Abstrak <i>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada mahasiswa pekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penelitian ini menggunakan sampel mahasiswa pekerja. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik quota sampling. Penelitian ini melibatkan 107 responden. Hasil penelitian melalui uji korelasi Pearson Product Moment menunjukkan bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan adversity quotient pada mahasiswa pekerja atau dengan kata lain jika optimisme mahasiswa pekerja tinggi, maka tingkat adversity quotient mahasiswa pekerja juga tinggi. Disarankan mahasiswa pekerja untuk selalu bersikap optimis dengan cara selalu berpikir positif, mengambil hal baik dari setiap kejadian, berhenti menyalahkan diri sendiri dan mencari solusi dari setiap permasalahan, agar memiliki tingkat adversity quotient yang baik.</i> Kata kunci: Adversity Quotient; Optimisme; Mahasiswa Pekerja
Copyright © 2022. Dwi Septiana, Suroso, Isrida Yul Arifiana	

Pendahuluan

Mahasiswa adalah orang yang menempuh jenjang pendidikan di perguruan tinggi. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mendefinisikan mahasiswa yaitu seseorang yang belajar disebuah perguruan tinggi negeri atau swasta. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 mahasiswa adalah sebutan untuk siswa yang telah sampai pada jenjang pendidikan tertentu pada masa pembelajarannya (Aprilia & Khairiyah, 2018). Untuk menggapai gelar yang diimpikan mahasiswa didorong untuk terus fokus dalam belajar. Namun, mahasiswa terkadang tidak hanya fokus belajar menimba ilmu saja, tetapi juga bekerja.

Kuliah sambil bekerja kerap kali menjadi opsi bagi mahasiswa yang produktif untuk menghasilkan uang disaat menempuh pendidikan. Mahasiswa pekerja sudah banyak ditemukan diberbagai negara maju maupun negara berkembang seperti di Indonesia. Surabaya adalah salah satu kota besar di Indonesia yang menjadi pusat perhatian bagi para mahasiswa yang ingin menempuh jenjang pendidikan di perguruan tinggi. Banyak sekali Universitas negeri maupun swasta di Surabaya yang mahasiswanya memilih untuk kuliah sambil bekerja. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya adalah satu dari banyaknya universitas swasta yang menjadi pilihan mahasiswa yang memilih untuk kuliah sambil bekerja. Ada 2 jenis kelas yang tersedia diantaranya kelas pagi dan sore, kelas sore merupakan kelas yang dipilih oleh mahasiswa yang bekerja. Mahasiswa yang bekerja akan memiliki lebih banyak pengalaman baru yang tidak didapatkan oleh mahasiswa lain yang tidak bekerja.

Namun tidak sedikit mahasiswa pekerja mendapati banyak risiko negatif yang mempengaruhi proses belajarnya. Pernyataan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian dari Mardelina & Muhson (2017) bahwa kegiatan belajar mahasiswa yang bekerja lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa tidak bekerja dan prestasi mahasiswa pekerja juga cenderung lebih rendah daripada mahasiswa yang tidak bekerja. Sebagai mahasiswa pekerja tentu dituntut untuk dapat mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut agar dapat menjadi mahasiswa dan pekerja yang baik. Dibutuhkan sebuah kemampuan yang dapat mengatasi dan bertahan menghadapi kesulitan tersebut.

Dalam Psikologi, kemampuan untuk menyelesaikan sebuah permasalahan disebut dengan *adversity quotient*. Menurut Stoltz (2000) *Adversity quotient* adalah suatu kecerdasan atau kemampuan individu untuk bertahan dan mengatasi sebuah kesulitan. Mahasiswa pekerja yang memiliki kemampuan dalam mengatasi dan menghadapi sebuah hambatan, pasti dapat mengatur waktu dengan baik, juga dapat memenuhi semua kewajiban menjadi seorang mahasiswa maupun pekerja. Misalnya, seorang mahasiswa yang pada saat itu sedang lelah bekerja, namun tetap bersemangat untuk mengerjakan tugas dan belajar dengan giat saat ujian. Karena sebuah kemampuan atau kecerdasan dan daya tahan yang tinggi menghadapi kesulitan itu dapat membantu menjalankan kewajibannya sebagai mahasiswa dengan baik.

Ditemukan beberapa fakta dilapangan, bahwa ada permasalahan terkait *adversity quotient* pada mahasiswa terutama yang sedang bekerja. Syarafina, dkk (2019) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang menyelesaikan skripsi sambil bekerja mengalami hambatan dalam mengatasi sebuah kesulitan, dapat diartikan bahwa ketidakmampuan mahasiswa dalam mengatasi hambatan tersebut karena memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah. Gusria & Pratiwi (2022) menyatakan bahwa pada mahasiswa kelas malam yang bekerja juga mengalami hambatan dalam mengatasi sebuah kesulitan, dapat diartikan bahwa ketidakmampuan mahasiswa dalam mengatasi hambatan tersebut karena memiliki tingkat *adversity quotient* yang cenderung rendah.

Adversity quotient mahasiswa bisa diukur dengan dimensi CO₂RE (Stoltz, 2000). CO₂RE merupakan dimensi *adversity quotient*, dengan 4 dimensi ini dapat diketahui seberapa besar kemampuan yang dimiliki oleh dalam menghadapi masalah. Keempat dimensi itu antara lain, *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, dan *endurance*. Pada aspek *control*, mahasiswa akan mampu mengelola suatu hambatan yang sedang dihadapi. Pada aspek *origin* dan *ownership*, mahasiswa akan dapat bertanggung jawab pada saat menghadapi masalah. Pada aspek *reach* dan *endurance* ini dapat mendukung mahasiswa untuk tetap menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja secara optimal, tanpa mengurangi kinerja mahasiswa tersebut (Octavia & Nugraha, 2013).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh peneliti pada 16 mahasiswa pekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Sebanyak 26% mahasiswa menyatakan bahwa kelelahan setelah bekerja membuat mereka kesulitan untuk berkonsentrasi saat belajar, kondisi tersebut menandakan bahwa aspek *control* pada mahasiswa pekerja kemungkinan rendah. 21% mahasiswa sering menunda mengerjakan tugas kuliah dan lebih memilih untuk bekerja, kondisi tersebut menandakan bahwa aspek *origin* dan *ownership* mahasiswa pekerja diduga rendah. Sebanyak 30% mahasiswa merasa bahwa kuliah sambil bekerja, dapat mempengaruhi kualitas belajarnya, kondisi tersebut menandakan bahwa aspek *reach* pada mahasiswa pekerja kemungkinan rendah. 23% mahasiswa merasa hidupnya semakin berat karena harus kuliah sambil bekerja, kondisi tersebut menandakan bahwa aspek *endurance* pada mahasiswa pekerja diduga rendah.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa pekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya kemungkinan memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah, karena dari berbagai ketidakmampuan mahasiswa pekerja dalam menghadapi kesulitannya tersebut dapat dipengaruhi oleh tingkat *adversity quotientnya* (Nurfitri & Nastiti, 2021). Mahasiswa dengan tingkat *adversity quotient* yang rendah akan berdampak pada prestasi belajarnya (Ismail dkk, 2020). Orang yang mengalami tekanan kerja kemungkinan besar akan bertahan dengan kecerdasan yang rendah sebab minimnya daya saing, dengan demikian akan menimbulkan hilangnya kemampuan untuk menciptakan peluang di tengah permasalahan (Singh & Sharma, 2017).

Dampak dari *adversity quotient* yang rendah akan membuat seseorang cepat putus asa dan pesimis. Mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* rendah akan percaya bahwa kesulitan sebagai akhir dari sebuah perjuangan mereka dan dapat berdampak pada prestasi belajar yang kemungkinan akan menjadi rendah (U.S., 2015). Sebaliknya, jika individu memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi maka akan lebih mudah untuk mengatasi sebuah permasalahan, karena mereka cenderung pantang menyerah dan terus berusaha.

Ada banyak sekali faktor-faktor pendukung untuk membangun *adversity quotient* yang meliputi faktor internal serta faktor eksternal. Menurut Stoltz (2000) faktor eksternal terdiri dari pendidikan dan lingkungan. Sedangkan faktor internal terdiri dari genetika, hasrat, kesehatan, bakat, dan kemauan, kinerja, karakter, kecerdasan, keyakinan. Ada beberapa faktor lainnya seperti harga diri, semangat juang, motivasi, kreativitas, ketulusan, stabilitas emosi, sikap positif, optimisme (Parvathy & Praseeda, 2014). Agar penelitian lebih terarah dan dapat dikaji lebih mendalam maka peneliti membatasi masalah. Masalah yang diteliti terbatas pada hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Optimisme adalah keyakinan akan segala hal yang baik. Salah satu sikap yang diasumsikan dapat membangun *adversity quotient* adalah optimisme (Syarafina dkk, 2019).

Pernyataan bahwa optimisme memiliki keterkaitan dengan *adversity quotient* diperkuat oleh hasil penelitian dari Utami dkk, (2014) setelah melakukan sebuah penelitian

pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang sedang menyelesaikan skripsi, didapatkan hasil adanya hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Penelitian lainnya yaitu Sabrina (2018) melakukan penelitian pada remaja panti asuhan, didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Penelitian lainnya yaitu Muslimah & Satwika (2019) melakukan penelitian pada siswa kelas XI SMA, didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Semakin tinggi tingkat optimisme yang dimiliki, semakin tinggi juga tingkat *adversity quotient* nya. Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan adanya keterkaitan antara optimisme dengan *adversity quotient*.

Penelitian ini penting untuk diteliti, karena mengingat sekarang ini banyak sekali mahasiswa yang bekerja dan dituntut untuk tetap dapat memenuhi kewajiban serta tanggung jawab sebagai mahasiswa dan pekerja. Keterkaitan antara optimisme dengan *adversity quotient* sangat penting untuk mahasiswa pekerja dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan yang ada, karena jika tingkat optimisme tinggi maka mahasiswa pekerja akan yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga kemungkinan untuk dapat mengatasi dan menghadapi sebuah permasalahan dengan baik juga tinggi. Dengan kata lain, semakin tinggi keyakinan akan hal-hal baik yang dimiliki maka semakin tinggi juga tingkat *adversity quotient*nya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat optimisme maka semakin rendah pula tingkat *adversity quotient*nya (Ifania & Sugiasih, 2021). Berdasarkan penjelasan latar belakang yang ada, maka peneliti ingin mempelajari lebih dalam bagaimanakah keterkaitan antara optimisme dengan *adversity quotient*.

Metode

Desain Penelitian

Desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019) penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berdasarkan filsafat positivisme, dipergunakan untuk menganalisis pada sampel atau populasi khusus, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang sudah ditentukan. Penelitian kuantitatif korelasional digunakan dalam penelitian ini, yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan serta arah keterkaitan yang terdapat di antara optimisme (variabel bebas) dan *adversity quotient* (variabel terikat).

Partisipan Penelitian

Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa pekerja S1 angkatan 2019-2022 tahun ajaran 2022/2023 di Universitas 17 Agustus Surabaya. Sampel pada penelitian ini berjumlah 107 responden didapatkan dari tanggal 05 Desember 2022 - 14 Desember 2022, dengan menggunakan teknik *quota sampling*.

Instrumen

Dalam penelitian ini terdapat 2 skala penelitian yaitu skala optimisme (X) dan skala *adversity quotient* (Y). Penelitian ini menggunakan skala *adversity quotient* sebagai alat ukur yang didasarkan oleh teori menurut Stoltz (2000). Pengukuran skala *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja terdiri dari 4 aspek, antara lain 1) *Control* (kendali), contoh pernyataan: Saya bersikap baik meskipun banyak masalah pekerjaan, saya dapat menyelesaikan tugas tepat waktu meskipun banyak pekerjaan. 2) *Origin and ownership* (asal-usul dan pengakuan), contoh pernyataan: Saat IPK menurun saya mencari tahu penyebab hal tersebut dapat terjadi,

Ketika mendapat nilai C saya akan mencari tahu apa penyebabnya. 3) *Reach* (jangkauan), contoh pernyataan: Saya berusaha semaksimal mungkin agar tidak membuat kesalahan, Saya bersikap positif agar tidak menimbulkan suatu permasalahan. 4) *Endurance* (daya tahan), contoh pernyataan: saya yakin setiap permasalahan pasti ada jalan keluarnya, saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki. Skala optimisme sebagai alat ukur yang didasarkan oleh teori menurut Seligman (2008). Pengukuran skala optimisme pada mahasiswa pekerja terdiri dari 3 aspek, antara lain: 1) *permanence* (ketetapan), contoh pernyataan: Saya yakin dapat terus meraih prestasi selama kuliah, Ketika saya gagal belum tentu kelak akan gagal juga. 2) *Pervasiveness* (yang menyebar), contoh pernyataan: Saat memperoleh nilai ujian yang memuaskan karena memang saya pandai, Saya dapat bekerja dan belajar dengan optimal karena saya pantang menyerah. 3) *Personalization* (personalisasi), contoh pernyataan: Saya dapat meraih prestasi karena hasil kerja keras saya sendiri, Saya merasa tidak memperoleh nilai ujian maksimal karena bekerja.

Hasil uji validitas skala *adversity quotient* diperoleh *index corrected aitem total correlation* yang bergerak dari -0,023 sampai dengan 0,583 dan nilai reliabilitas sebesar 0,917. Pada skala optimisme diperoleh *index corrected aitem total correlation* yang bergerak dari -0,537 sampai dengan 0,675 dan nilai reliabilitas sebesar 0,883.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik korelasi *person product moment*, karena ingin berfokus pada hubungan antar variabel. Proses perhitungan analisis data akan dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS *versi 25.0*. Tujuan dari analisis data ini adalah mengenali hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja.

Hasil

Pengambilan data dimulai dari tanggal 05 Desember 2022 s/d 14 Desember 2022, didapatkan sejumlah 107 responden. Responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan dengan jumlah 75 responden dengan persentase sebesar 70.1% sedangkan laki-laki berjumlah 32 responden dengan persentase sebesar 29.9%.

Uji normalitas dalam penelitian ini memakai rumus *Kolmogrov Smirnov* dengan bantuan program komputer SPSS *versi 25.0*. Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas pada variabel optimisme dan *adversity quotient* diperoleh hasil signifikansi $p = 0,200$ atau $p > 0,05$, dapat diasumsikan bahwa data berdistribusi dengan normal.

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov

Variabel	p	Keterangan
Optimisme (X)	0,200	Data Berdistribusi
<i>Adversity Quotient</i> (Y)		Normal

Sumber : Output SPSS versi 25.0

Variabel yang memiliki hubungan linier jika nilai signifikansi $> 0,05$ dan tidak terdapat hubungan linier jika nilai signifikansi $< 0,05$. Proses pengujian dibantu dengan program komputer SPSS *versi 25.0*. Berdasarkan hasil perhitungan uji linearitas hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,869 atau $p = > 0,05$, asumsinya terdapat hubungan yang linier antara variabel optimisme dengan *adversity quotient*.

Tabel 2
Hasil Uji Linearitas Optimisme dan Adversity Quotient

Variabel	F	p	Keterangan
Optimisme - Adversity Quotient	0,699	0,869	Linier

Sumber : Output SPSS versi 25.0

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *person product moment*, karena ingin berfokus pada hubungan antar variabel. Proses perhitungan analisis data akan dibantu dengan SPSS versi 25.0. Sebelum dianalisis perlu dilakukan uji normalitas dan uji linearitas. Hasil analisis korelasi *person product moment* dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi Person Product Moment

Variabel	R _{xy}	p	Keterangan
Optimisme - Adversity Quotient	0,760	0,000	Kuat dan Signifikan

Sumber: Output SPSS versi 25.0

Berdasarkan dari hasil uji korelasi diatas, menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,760 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,001$), dengan demikian dapat disimpulkan adanya hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja atau dengan kata lain jika optimisme mahasiswa pekerja tinggi, maka tingkat *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja juga tinggi.

Pembahasan

Hasil analisis data yang telah dilakukan peneliti, didapatkan hasil nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,760 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,001$), dengan demikian dapat disimpulkan adanya hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja atau dengan kata lain jika optimisme mahasiswa pekerja tinggi, maka tingkat *adversity quotient* mahasiswa pekerja juga tinggi. Seseorang yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi akan lebih mudah dalam mengatasi sebuah permasalahan yang sedang dihadapi. Hal ini juga menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Muslimah & Satwika (2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara optimisme dan *adversity quotient* pada siswa kelas XI SMA. Penelitian dari Hariyati & Dewi (2021) juga diperoleh hasil adanya hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada *fresh graduate* Universitas Negeri Surabaya. Penelitian lainnya, Sabrina (2018) juga didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada remaja panti asuhan.

Adversity quotient yaitu suatu kecerdasan atau kemampuan seseorang untuk bertahan dan mengatasi sebuah kesulitan (Stoltz, 2000). Mahasiswa pekerja yang memiliki kemampuan atau kecerdasan dalam mengatasi dan menghadapi sebuah kesulitan, pasti

dapat mengatur waktu dengan baik, juga dapat memenuhi semua kewajiban menjadi seorang mahasiswa maupun pekerja. Salah satu contoh, seorang mahasiswa sangat antusias untuk mengerjakan tugasnya hingga selesai, belajar dengan giat saat ujian, meskipun pada saat itu sedang lelah setelah bekerja. Karena sebuah kemampuan atau kecerdasan dan daya tahan yang tinggi menghadapi kesulitan itu dapat membantu menjalankan kewajibannya sebagai mahasiswa dengan baik.

Salah satu sikap yang diasumsikan dapat membangun *adversity quotient* adalah optimisme (Syarafina dkk, 2019). Optimisme merupakan keyakinan atau sikap seseorang yang memiliki harapan yang baik dalam segala hal atau juga bisa disebut dengan berpikir positif. Apabila seseorang memiliki sikap yang optimis akan selalu memandang baik segala sesuatu yang ada, dengan selalu berpikir positif dapat membantu seseorang untuk memecahkan masalah yang melanda. Individu yang optimis juga akan selalu yakin bahwa sesuatu hal yang buruk terjadi pasti akan berlalu, dengan pola pikir yang seperti itu akan membuat seseorang menjadi pribadi yang tabah dan mudah bangkit dari keterpurukan serta pantang menyerah saat menghadapi permasalahan. Selain itu, orang yang optimis juga selalu yakin bahwa keberhasilan atau kesuksesan itu disebabkan oleh diri sendiri, dengan keyakinan seperti itu maka individu akan percaya diri dan merasa bahwa kemampuan yang dimiliki mampu dalam mengatasi sebuah hambatan. Tentu sebagai seorang mahasiswa terutama mahasiswa pekerja sangat penting sekali memiliki sikap yang optimis, karena dengan sikap optimis individu akan cenderung pantang menyerah dalam menghadapi sebuah kesulitan yang dihadapi. Dengan kata lain, mahasiswa pekerja yang optimis ketika dihadapkan pada sebuah permasalahan, pasti akan terus berusaha untuk menyelesaikan masalahnya.

Dengan sikap yang optimis seseorang akan memiliki tingkat *adversity quotient* yang baik, seperti mampu bertanggung jawab dan menganalisis penyebab masalah sehingga dengan mudah mengatasi hambatan yang ada. Selain itu, akan membuat individu dapat mengendalikan diri pada saat ada masalah dan pantang menyerah. Seseorang yang mempunyai tingkat *adversity quotient* yang tinggi akan lebih mudah dalam mengatasi sebuah permasalahan yang dihadapi. Hal tersebut menandakan bahwa adanya hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*.

Diperkuat oleh hasil penelitian dari Utami dkk, (2014) setelah melakukan sebuah penelitian pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS yang sedang menyelesaikan skripsi, didapatkan hasil adanya hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Penelitian lainnya yaitu Sabrina (2018) melakukan penelitian pada remaja panti asuhan, didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Penelitian lainnya yaitu Muslimah & Satwika (2019) melakukan penelitian pada siswa kelas XI SMA, didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient*. Semakin tinggi tingkat optimisme yang dimiliki, semakin tinggi juga tingkat *adversity quotient* nya. Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan adanya keterkaitan antara optimisme dengan *adversity quotient*.

Kesimpulan

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Tujuan dari penelitian korelasional adalah untuk melihat kekuatan dan arah hubungan yang ada di antara variabel. Tujuan penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan antara optimisme dan *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Sampel pada penelitian ini berjumlah 107 responden dengan menggunakan teknik *quota sampling*. *Quota sampling*

merupakan teknik penentuan sampel yang berasal dari populasi yang sudah memiliki kriteria tertentu hingga jumlah (kuota) yang diinginkan. Pada proses pengambilan data menggunakan *google form* yang disebarluaskan kepada responden secara langsung atau melalui media sosial seperti *whatsapp* dan *instagram*. Uji analisis menggunakan teknik korelasi *person product moment* dengan bantuan program komputer SPSS *for Window Release versi 25.0*. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa pekerja atau dengan kata lain jika optimisme mahasiswa pekerja tinggi, maka tingkat *adversity quotient* mahasiswa pekerja juga tinggi.

Disarankan mahasiswa pekerja untuk selalu bersikap optimis dengan cara selalu berpikir positif, mengambil sisi baik dari setiap peristiwa, tidak menyalahkan diri sendiri dan mencari solusi dari setiap permasalahan, agar memiliki tingkat *adversity quotient* yang baik. disarankan juga untuk peneliti lainnya yang terdorong melakukan penelitian yang serupa, diharapkan bisa meningkatkan penelitian ini dengan menambah variabel lain yang dapat mempengaruhi *adversity quotient* seperti motivasi, kreativitas, dan dukungan sosial. Serta disarankan untuk institusi pendidikan dapat menjadikan hasil penelitian ini menjadi acuan bagaimana cara meningkatkan *adversity quotient*, terkait dengan optimisme dengan menyelesaikan secara relevan. Pelatihan-pelatihan banyak meningkatkan optimisme mahasiswa.

Referensi

- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y. (2018). Optimisme Menghadapi Persaingan Dunia Kerja dan Adversity Quotient pada Mahasiswa. *1*(1), 18–33.
- Gusria, A., & Pratiwi, M. (2022). Motivasi Pengembangan Karir Terhadap Adversity Quotient Pada Mahasiswa Kelas Malam Yang Bekerja. *Psychology Journal of Mental Health*, *4*(1), 26-35.
- Ifania, O. N., & Sugiasih, I. (2021). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Mahasiswa Universitas Islam Nahdhatul Ulama Jepara yang Bekerja. *Psisula*, *3*(November), 1–74.
- Ismail, Caca, Anwar, Utami, N. . (2020). Keimanan dan Kecerdasan Adversitas pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, *15*, 166–174.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa Bekerja Dan Dampaknya Pada Aktivitas Belajar Dan Prestasi Akademik. *Jurnal Economia*, *13*(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- Muslimah, I., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *6*(1), 1–7.
- Nurfitri, E. A., & Nastiti, D. (2021). Relationship Between Adversity Quotient And Answering Between The Tahfidz Exam At The Santri Pondok Pesantren. *Academia Open*, *6*, 1–10. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.1638>
- Octavia, E., & Nugraha, S. P. (2013). Hubungan Antara Adversity Quotient Dan Work-Study Conflict Pada Mahasiswa Yang Bekerja. *Jurnal Psikologi Integratif*, *1*(1), 44–51.
- Parvathy, D. U., & M, P. (2014). Relationship between Adversity Quotient and Academic Problems among Student Teachers. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, *19*(11), 23–26. <https://doi.org/10.9790/0837-191172326>
- Seligman, M. E. P (2008). Menginstal Optimisme: Bagaimana Cara Mengubah Pemikiran dan Kehidupan Anda. Terjemahan: Budhy Yogapranata. Bandung: PT Karya Kita
- Singh, S., & Sharma, T. (2017). Affect of Adversity Quotient on the Occupational Stress of IT Managers in India. *Procedia Computer Science*, *122*, 86–93.

<https://doi.org/10.1016/j.procs.2017.11.345>

- Syarafina, Sabila Okta;Nurdibyanandaru, Duta;Hendriani, wiwin. (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>
- Stoltz, G. P. (2000). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Alih Bahasa: Hermaya T. Jakarta: PT Grasindo.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- U.S., S. (2015). Pengaruh Adversity Qoutient terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 3(1), 61–71. <https://doi.org/10.30998/formatif.v3i1.112>
- 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 Candrajiwa*, 2(5), 154–167. <http://id.portalgaruda.org/index.php?ref=browse&mod=viewarticle&article=260705>