
Academia Open



By Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Table Of Contents

Journal Cover	1
Author[s] Statement	3
Editorial Team	4
Article information	5
Check this article update (crossmark)	5
Check this article impact	5
Cite this article	5
Title page	6
Article Title	6
Author information	6
Abstract	6
Article content	7

Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

Academia Open

Vol. 10 No. 2 (2025): December
DOI: 10.21070/acopen.10.2025.12518

EDITORIAL TEAM

Editor in Chief

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Managing Editor

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

Article information

Check this article update (crossmark)



Check this article impact ^(*)



Save this article to Mendeley



^(*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

Hubungan Antara Optimisme dengan Adversity Quotient Pada Siswa di SMP X: Correlation Between Optimism and Adversity Quotient for Students at SMP X

Masyitah Ilmi Budiarti, ilmibudiarti@gmail.com (*)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dwi Nastiti, dwinastiti@umsida.ac.id

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

(*) Corresponding author

Abstract

General Background Adversity Quotient reflects students' capacity to cope with academic and psychosocial challenges during adolescence. **Specific Background** Junior high school students frequently encounter complex developmental demands that require psychological resilience, where optimism is assumed to play an important role. **Knowledge Gap** Empirical evidence on the relationship between optimism and adversity quotient among Indonesian junior high students remains limited, particularly within evolving educational contexts. **Aims** This study aimed to examine the correlation between optimism and adversity quotient among students at SMP X. Using a quantitative correlational design, data were collected from 132 students selected through stratified random sampling. **Results** Pearson correlation analysis revealed a significant positive relationship between optimism and adversity quotient ($r = 0.385$, $p < 0.05$), indicating that higher optimism is associated with stronger adversity quotient. Most students were categorized at moderate levels of both variables. **Novelty** This research provides updated empirical findings within a contemporary junior high school setting, considering current student characteristics and contextual dynamics. **Implications** The findings suggest that strengthening students' optimism may support their capacity to face academic difficulties, encouraging schools to implement psychoeducational programs and collaborative support involving teachers and parents to foster psychological resilience

Keywords: Adversity Quotient, Optimism, Junior High Students, Psychological Resilience, Educational Psychology

Key Findings Highlights:

Optimism shows a significant positive association with students' adversity quotient.

Most participants demonstrate moderate levels of both psychological variables.

Optimistic perspectives are linked with stronger coping capacity in academic contexts.

Published date: 2026-02-10

Pendahuluan

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

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

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

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

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

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

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

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

adversity quotient yang rendah.

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

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



Figure 1. Grafik 1. Survei Awal Penelitian

Berdasarkan beberapa literatur, optimisme memiliki hubungan dengan variabel *adversity quotient* [18]–[20]

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

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

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

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

Metode

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

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

Hasil dan Pembahasan

Data Demografi

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

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

Figure 2. Tabel 1. Data Demografi

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

Uji Asumsi

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

Tabel 2. Uji Normalitas

Shapiro-Wilk	p-value
0.993	0.902

Figure 3.

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

Selanjutnya dilakukan uji Linearitas untuk mengukur apakah terdapat hubungan linear antara variabel x dan

y. Berikut hasil uji linearitas yang telah dilakukan:

Linearity value	p- value
Optimisme - Adversity Quotient	0,001

Figure 4. Tabel 3. Uji Linearitas

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

Uji Hipotesis

Berikut hasil uji korelasi dengan menggunakan metode pearson correlation

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

Figure 5. Tabel 3. Uji Korelasi Pearson

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

Kategorisasi Data

Kategorisasi data penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus kategorisasi berikut :

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

Keterangan

M : Nilai Mean

Sd : Standar Deviasi

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

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