
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.10.2025.12651

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

The Influence of Self Efficacy on Adversity Quotient in Students at SMP X Sidoarjo: Pengaruh Self Efficacy terhadap Adversity Quotient pada Siswa di SMP X Sidoarjo

Muhammad Novran Rachmadani, mno729227@gmail.com (*)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dwi Nastiti, dwinastiti@umsida.ac.id

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

(*) Corresponding author

Abstract

General Background: Adversity quotient represents students' capacity to confront academic challenges and persist in learning tasks. **Specific Background:** In junior high schools, variations in students' adversity quotient are closely associated with psychological factors, particularly self efficacy. **Knowledge Gap:** Previous studies predominantly focused on senior high school populations, leaving limited evidence regarding junior high school contexts. **Aims:** This study aimed to examine the relationship between self efficacy and adversity quotient among students at SMP X Sidoarjo using a quantitative correlational approach. **Results:** Data from 131 students revealed that most participants were in the moderate category for both self efficacy (72%) and adversity quotient (70%). Simple linear regression indicated a significant positive relationship ($\beta = 0.378$; $p < 0.05$), with self efficacy accounting for 51.3% of the variance in adversity quotient. **Novelty:** This research provides empirical evidence from a junior high school setting supported by preliminary field observations, extending existing findings predominantly derived from SMA/SMK populations. **Implications:** The findings highlight the importance of strengthening students' self efficacy through counseling services, guidance programs, and supportive learning environments to foster higher adversity quotient and academic resilience.

Keywords: Self Efficacy, Adversity Quotient, Junior High Students, Educational Psychology, Learning Resilience

Key Findings Highlights:

Most students demonstrated moderate psychological readiness in facing academic difficulties.

Regression analysis confirmed a strong positive statistical association between personal confidence and resilience.

Self-belief explained over half of students' persistence capacity, with remaining variance linked to external factors.

Published date: 2026-02-10

Pendahuluan

Stoltz menjelaskan bahwa *adversity quotient* (AQ) merupakan penentu signifikan keberhasilan belajar siswa. Untuk menjembatani kesenjangan antara kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan intelektual (IQ), Paul G. Stoltz mengembangkan *adversity quotient*. Hal ini dikarenakan kesuksesan seseorang tidak dapat ditentukan hanya oleh IQ dan EQ-nya. Bahkan memiliki IQ dan EQ yang tinggi pun tidak akan berguna jika seseorang tidak memiliki kemauan yang kuat untuk sukses dan tekad untuk menghadapi serta mengatasi rintangan. Kemampuan untuk mengelola dan membimbing kehidupan sendiri merupakan faktor utama dalam menentukan kesuksesan [1]. Stoltz menekankan bahwa *adversity quotient* memiliki peran krusial dalam masa perkembangan remaja. Dalam menghadapi berbagai rintangan dan situasi menantang dalam hidup, *adversity quotient* dianggap sebagai salah satu jenis kecerdasan. Karena kecerdasan ini membantu dalam bertahan hidup dan memecahkan masalah, seseorang dengan *adversity quotient* yang tinggi cenderung mampu memandang tantangan sebagai peluang.

Stoltz mendefinisikan *adversity quotient* sebagai kecerdasan atau kemampuan seseorang untuk menghadapi masalah dan rintangan serta mengubahnya menjadi peluang untuk berkembang [2]. Stoltz menjelaskan bahwa siswa dengan *adversity quotient* mampu mengarahkan seluruh kemampuannya untuk meraih tanggapan positif dan tetap termotivasi dalam meraih prestasi. Siswa juga cenderung menepati janji dengan bersungguh-sungguh, terutama dalam menyelesaikan karya ilmiah serta mampu memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin dalam kehidupan sehari-hari. Akibatnya, siswa yang sebelumnya bersikap pasif dan hanya menunggu datangnya kesempatan, akan berubah menjadi lebih aktif dan berinisiatif tanpa harus menunggu peluang datang terlebih dahulu [3].

Sebagai salah satu kunci untuk menghasilkan SDM yang luar biasa dan berprestasi di sektor masing-masing demi masa depan yang cerah, saat ini sejumlah profesional dan spesialis pendidikan sedang meneliti dan meningkatkan pentingnya *adversity quotient* (AQ) pada siswa. Siswa perlu mendapatkan perhatian khusus dalam hal pengembangan kualitas diri dan ketahanan mental. Hal ini penting bagi siswa untuk berhasil dalam kegiatan akademik maupun ekstrakurikuler. Siswa dengan *adversity quotient* yang tinggi lebih mampu menghadapi dan mengatasi tantangan yang muncul selama proses pembelajaran. Di sisi lain, siswa dengan *adversity quotient* yang rendah sering kali percaya bahwa tantangan-tantangan ini akan berdampak buruk pada prestasi akademik. *Adversity quotient* yang rendah dapat memengaruhi pembelajaran siswa dalam sejumlah cara, termasuk kinerja yang buruk, pencapaian yang rendah, berkurangnya motivasi dan energi, berkurangnya vitalitas dan kreativitas, berkurangnya produktivitas, berkurangnya kemauan untuk belajar, hilangnya keberanian mengambil risiko, berkurangnya keuletan dan ketekunan serta potensi risiko kesehatan.

Ketika berhadapan dengan berbagai hambatan, tantangan, dan kesulitan, perlu ada proses untuk melewatinya. Kecerdasan intelektual (IQ) saja tidak cukup untuk menyelesaikan masalah ini, sebaliknya AQ dibutuhkan untuk mengatasi tantangan. Oleh karena itu, *adversity quotient* (AQ) menunjukkan bagaimana seseorang bereaksi terhadap tantangan dan perubahan yang dihadapi. Stoltz membagi *adversity quotient* menjadi 3 tipe yaitu AQ tinggi (*Climber*), AQ sedang (*Camper*), AQ rendah (*Quitter*). Seseorang yang memiliki AQ tinggi memutuskan untuk mengatasi berbagai hambatan yang ada, seseorang yang memiliki AQ sedang mempunyai harapan untuk berusaha mengatasinya, tetapi menyerah saat merasa tidak berdaya. Selain itu, seseorang dengan AQ rendah tidak dapat mengatasinya [4].

Stoltz menjelaskan bahwa seseorang dengan *adversity quotient* yang tinggi memiliki sifat teguh, tidak putus asa ketika menghadapi masalah, memiliki kecerdasan untuk bertindak secara teratur, disiplin, motivasi diri, keberanian untuk menghadapi tantangan, kemampuan untuk mengubah hidup, etos kerja yang kuat, dedikasi untuk kemajuan masa depan, dan keyakinan bahwa seseorang dapat mengatasi rintangan. Sebaliknya, seseorang dengan *adversity quotient* yang rendah cenderung pesimis, sering frustrasi ketika menghadapi tantangan, takut dengan resiko, selalu menyalahkan orang lain atas masalah atau kurang antusias saat bekerja, lari dari masalah dan tidak berani mengarahkan diri ke masa depan serta menghindari tantangan ketika menghadapi masalah [5].

Selain itu, *adversity quotient* sangat penting pada siswa karena memungkinkan siswa untuk menghadapi, mengelola, dan menyelesaikan tantangan. Kemampuan dalam menangani situasi sulit secara efektif merupakan komponen krusial, dan penting untuk mengatasi berbagai macam masalah yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. *Adversity quotient* dapat membantu siswa mengatasi rintangan dan membuat perubahan hidup, yang mungkin mengarah pada masalah yang harus ditangani dengan sebaik mungkin. Jika siswa berhasil menaklukkan tantangan, siswa menjadi lebih kuat dan menikmati hidup. Secara alami, *adversity quotient* ini dapat mengubah proses otak siswa dan sangat bermanfaat bagi perkembangan mental siswa [6][7].

Stoltz menjelaskan bahwa *adversity quotient* (AQ) seseorang terdiri dari empat komponen yaitu CO2RE (*Control, Origin dan Ownership, Reach, Endurance*). Kendali diri (*Control*), yang mengacu pada kemampuan seseorang untuk memberikan dampak positif dan mengatur respon terhadap lingkungan. Asal-usul dan pengakuan (*Origin dan Ownership*), komponen ini memiliki hubungan tentang rasa bersalah serta mengetahui dan memahami penyebab suatu masalah akan memberi seseorang keyakinan untuk mengatasi masalah tersebut. Jangkauan (*Reach*) adalah kemampuan untuk menerima dan membatasi masalah agar tidak memengaruhi aspek lain dalam kehidupan seseorang. Terakhir, kemampuan untuk bertahan dalam jangka waktu yang lama dalam menghadapi kesulitan yang terus-menerus dikenal sebagai Daya tahan (*Endurance*).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh R. Selan dkk. tentang *adversity quotient* di salah satu SMP swasta di NTT. Kecenderungan *adversity quotient* di sekolah ini memiliki kategori sedang (kategori *camper*) berjumlah 23 siswa yang ditandai dengan kurang mampu merencanakan atau membuat strategi dalam penyelesaian masalah [8]. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh K.N. Imanda dkk. di SMP Negeri 3 Nganjuk menunjukkan bahwa sebagian besarsiswa masuk dalam

kategori *camper* atau *adversity quotient* kategori sedang berjumlah 27 siswa ditandai dengan kurang maksimal dalam menyelesaikan suatu permasalahan [9]. Hal ini dapat disimpulkan bahwa masih terdapat siswa yang kurang mampu menghadapi, mengelola dan menyelesaikan suatu permasalahan.

Pada tanggal 9 Januari 2025, peneliti telah melakukan survey awal dengan menggunakan metode wawancara kepada guru BK serta memberi angket kepada 9 siswa di SMP X Sidoarjo. Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa *adversity quotient* yang rendah cenderung dialami oleh siswa kelas 8 dengan beberapa indikator *adversity quotient* yang termasuk dalam aspek *control* seperti mengalami kesulitan dalam belajar, aspek *endurance* yaitu memberi alasan yang tidak tepat dan tidak logis ketika terlambat sekolah serta cepat merasa puas, dan mencari aman untuk menghindari permasalahan, aspek *origin&ownership* yaitu sering terjadi perkelahian karena masalah sepele di dalam kelas. Selain itu, hasil angket yang telah diisi oleh kelas 7, 8, dan 9 dengan perwakilan 3 siswa dari masing-masing kelas. Hasil angket menunjukkan bahwa sebanyak 7 siswa yang terdiri dari 3 siswa kelas 7, 1 siswa kelas 8, 3 siswa kelas 9 memiliki aspek *control* dengan mengalami kesulitan dan tidak mampu dalam menyelesaikan permasalahan, aspek *origin & ownership* sebanyak 8 siswa yang terdiri dari 2 siswa kelas 7, 3 siswa kelas 8, 3 siswa kelas 9 sering menyerah saat mencari penyebab untuk mengatasi hambatan, aspek *reach* sebanyak 6 siswa yang terdiri dari 3 siswa kelas 7, 1 siswa kelas 8, 2 siswa kelas 9 memiliki rasa bersalah ketika gagal untuk meraih sesuatu, aspek *endurance* sebanyak 6 siswa yang terdiri dari 3 siswa kelas 7, 1 siswa kelas 8, 3 siswa kelas 9 memiliki rasa takut untuk mencoba setelah mengalami kegagalan maupun ketika menghadapi kesulitan. Hal ini sesuai dengan teori Stoltz bahwa seseorang yang mempunyai *adversity quotient* yang rendah memiliki ciri-ciri antara lain, pesimis, sering frustrasi dalam menghadapi masalah, tidak berani mengambil resiko, suka menyalahkan orang lain ketika ada masalah atau kurang semangat dalam bekerja, lari dari permasalahan dan tidak berani berorientasi pada masa depan, dan menghindari tantangan dalam menghadapi masalah [10].

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *adversity quotient*. Stoltz menjelaskan bahwa adanya dua faktor yang dapat mempengaruhi *adversity quotient* seseorang, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi genetika, keyakinan diri (*self efficacy*), bakat, hasrat atau kemauan, karakter, kinerja, kecerdasan, dan kesehatan. Sedangkan faktor eksternal meliputi pendidikan dan lingkungan [11][12].

Bandura mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengendalikan dan menggunakan sikapnya dalam situasi tertentu [13]. *Self efficacy* dapat memengaruhi cara orang merasa, berpikir, memotivasi diri, dan bertindak. *Self efficacy* adalah keyakinan terhadap potensi diri untuk menghasilkan tingkat kemampuan tertentu dan mengendalikan kondisi yang dapat memengaruhi kehidupan seseorang [14]. Bandura dan Schunk menjelaskan bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan dalam menentukan besarnya upaya yang dilakukan dan seberapa efektif upaya tersebut dalam meramalkan kesuksesan masa depan seseorang. Bandura menjelaskan bahwa *self efficacy* adalah suatu pertanyaan tentang perspektif subjektif, yang berarti bahwa hal itu terkait dengan pandangan setiap orang daripada kemampuan yang dimiliki sebenarnya [15][16]. Bandura menjelaskan bahwa *self efficacy* memiliki 3 aspek antara lain tingkat kesulitan (*level*), kekuatan (*strength*), keluasan (*generality*). *Level* menggambarkan seberapa besar *self efficacy* siswa dipengaruhi oleh seberapa menantang tugas yang harus diselesaikan. *Strength* menggambarkan ketabahan dan ketekunan siswa dalam mengerjakan tugas. Hal ini menunjukkan kemampuan siswa untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan. *Generality* menggambarkan keyakinan siswa untuk menyelesaikan tugas dalam berbagai kondisi [17].

Subaidi menjelaskan bahwa *Level*, *Strength*, dan *Generality* adalah tiga indikator *self efficacy* siswa. Dalam dimensi ini, *level* mengacu pada tingkat kesulitan tugas yang menurut seseorang dapat diselesaikan. *Self efficacy* seseorang akan berdampak pada tugas-tugas mudah, sedang, dan sulit berdasarkan pada kemampuan yang dimiliki untuk memenuhi tuntutan perilaku yang diperlukan untuk setiap *level* jika mereka dihadapkan pada kesulitan atau tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan tertentu. Dimensi *level* berperan penting dalam menentukan perilaku mana yang akan dicoba atau dihindari. Seseorang akan menghindari tindakan yang diyakini di luar kemampuan dan akan mencoba tindakan yang diyakini mampu dilakukan. *Strength* adalah dimensi yang memiliki hubungan dengan seberapa kuat atau lemah seseorang yakin pada kemampuan yang dimiliki. Bahkan ketika menghadapi tantangan, seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung ulet dan terus berusaha. Di sisi lain, seseorang dengan *self efficacy* yang rendah cenderung terganggu oleh tantangan kecil ketika mencoba menyelesaikan tugasnya. Selain itu, dimensi *Generality* memiliki hubungan dengan keluasan tugas yang dilakukan. Beberapa orang menyebarkan pandangannya ke berbagai kegiatan dan situasi, sementara yang lain memiliki keyakinan terbatas pada kegiatan dan situasi tertentu dalam hal memecahkan masalah atau tugas [18].

Kamalia dkk. menjelaskan bahwa *self efficacy* atau keyakinan diri yang tinggi merupakan fondasi dari *adversity quotient*. Menurut hasil pengamatan Kamalia dkk., *self efficacy* yang rendah menyebabkan banyak orang memiliki daya juang yang lemah. *Self efficacy* penting karena memengaruhi seberapa besar upaya yang akan dicurahkan seseorang untuk menyelesaikan suatu tugas. Upaya yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan meningkat seiring dengan *self efficacy* [19].

Penelitian terdahulu tentang *adversity quotient*, menunjukkan bahwa adanya korelasi antara *self efficacy* dan *adversity quotient* pada siswa SMA ataupun SMK. Dibuktikan berdasarkan hasil penelitian oleh Luthfi Ismawati dan Isnanita Noviya Andriyani di SMK Muhammadiyah 2 Wedi Klaten terdapat adanya korelasi positif dan signifikan antara *adversity quotient* dan *self efficacy* yang dimiliki siswa [13]. Pada hasil penelitian oleh Iin Salwa Kamalia, Abu Bakar dan Nurbaity di SMA Negeri Kota Banda Aceh menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara *adversity quotient* dan *self efficacy* dengan skor *adversity quotient* yang tinggi diikuti oleh *self efficacy* dan sebaliknya [20]. Sementara itu, hasil penelitian oleh Shofiyatus Saidah dan Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia di SMK Negeri 1 Sukorejo menunjukkan tidak adanya korelasi positif dan signifikan antara *adversity quotient* dan *self efficacy* di SMK Negeri 1 Sukorejo [21]. Penelitian-penelitian sebelumnya dilakukan pada populasi SMA/SMK, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan populasi SMP di Sidoarjo.

Berdasarkan pemaparan fenomena dan penjelasan teori di atas, peneliti menemukan masalah yaitu apakah terdapat adanya

pengaruh antara *self efficacy* dan *adversity quotient* pada siswa di SMP X Sidoarjo. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh antara *self efficacy* dan *adversity quotient* pada siswa di SMP X Sidoarjo. Hipotesis yang diajukan peneliti bahwa adanya pengaruh positif antara *self efficacy* dan *adversity quotient*.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk menganalisa hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, variabel independen (X) yaitu *self efficacy* dan variabel dependen (Y) yaitu *adversity quotient*. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa SMP X Sidoarjo yang berjumlah 199 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan jenis *accidental sampling* [22]. Berdasarkan Tabel Isaac dan Michael, jumlah sampel dihitung sebesar 131 siswa dengan tingkat kesalahan 5%.

Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi sebagai instrumen penelitian dengan model skala likert yaitu skala *self efficacy* dan skala *adversity quotient*. *Self efficacy* diukur menggunakan skala yang diadopsi dari penelitian yang telah disusun oleh A.I. Sari (2023). Skala *self efficacy* terdiri dari tiga aspek yaitu tingkat (*level*), keluasan (*generality*), kekuatan (*strength*) yang dikembangkan dari teori Bandura [23]. Skala *self efficacy* terdiri dari 25 aitem valid dengan nilai reliabilitas 0,930 Sedangkan *adversity quotient* diukur menggunakan skala yang diadopsi dari penelitian yang telah disusun oleh I. Rahayu (2018). Skala *adversity quotient* terdiri dari 4 aspek yaitu kontrol (*control*), sumber kesulitan (*origin & ownership*), jangkauan (*reach*), daya tahan (*endurance*) yang dikembangkan dari teori Stoltz [24]. Skala *adversity quotient* terdiri dari 14 aitem valid dengan nilai reliabilitas 0,880. Kedua skala psikologi di atas disusun dengan model skala likert yang aitemnya berupa pernyataan favorable dan unfavorable disertai 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini dengan teknik analisis regresi linier sederhana. Perhitungan analisis dibantu dengan program *software* SPSS version 25.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Kategorisasi Empirik

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 61$	13	12%
Sedang	$61 \leq X < 80$	94	70%
Tinggi	$80 \leq X$	24	18%
	Jumlah	131	100%

Table 1. **Tabel 1. Kategori Self Efficacy**

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil kategorisasi *self efficacy* dengan data yang telah dianalisis menunjukkan sebagian besar berada di kategori sedang dengan jumlah frekuensi sebanyak 94 dan persentase sebesar 72%, di kategori tinggi dengan jumlah frekuensi sebanyak 24 dan persentase sebesar 18%. Selanjutnya, di kategori rendah dengan jumlah frekuensi sebanyak 13 dan persentase sebesar 10%.

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 38$	15	12%
Sedang	$38 \leq X < 49$	92	70%
Tinggi	$49 \leq X$	24	18%
	Jumlah	131	100%

Table 2. **Tabel 2. Kategori Adversity Quotient**

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil kategorisasi *adversity quotient* dengan data yang telah dianalisis menunjukkan sebagian besar berada di kategori sedang dengan jumlah frekuensi sebanyak 92 dan persentase sebesar 70%, di kategori tinggi dengan jumlah frekuensi sebanyak 24 dan persentase sebesar 18%. Selanjutnya, di kategori rendah dengan jumlah frekuensi sebanyak 15 dan persentase sebesar 12%.

B. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test