

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1.Latar Belakang Masalah**

Masa remaja mencakup perkembangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1980). Menurut Hall (dalam Santrock, 2007), masa remaja adalah periode yang penuh gejolak dan tekanan, ditandai dengan konflik internal dan perubahan suasana hati yang cepat. Perubahan perasaan, pikiran, dan tindakan sering terjadi selama periode ini. Masalah yang dihadapi biasanya berasal dari dalam diri individu dan dari lingkungan sekitar. Menteri et al. (2002) membagi masa remaja menjadi tiga tahap, yaitu awal remaja (12-15 tahun), remaja tengah (15-18 tahun), dan akhir remaja (18-21 tahun). Istilah "remaja" berasal dari bahasa latin yang berarti "tumbuh menuju kedewasaan". Tugas perkembangan selama masa remaja meliputi penyesuaian terhadap perubahan fisik, memahami dan menerima peran seksual dalam kedewasaan, menjalin hubungan yang baik dengan lawan jenis, mencapai kemandirian emosional dan finansial, serta mengembangkan konsep kognitif dan perilaku sosial yang diperlukan untuk memasuki masa dewasa. Remaja juga perlu mempersiapkan diri untuk memasuki dunia pernikahan dan memahami tanggung jawab kehidupan keluarga di masa depan (Hurlock, 2008).

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh tantangan, baik dalam aspek akademik, sosial, maupun emosional. Siswa sering kali dihadapkan pada berbagai tekanan, termasuk tuntutan akademik yang tinggi, tekanan dari lingkungan pergaulan, serta proses pencarian identitas diri. Berbagai permasalahan ini memerlukan kemampuan bertahan, beradaptasi, dan mengatasi hambatan—kemampuan ini dapat diketahui melalui *Adversity Quotient (AQ)* atau kecerdasan dalam menghadapi kesulitan (Mosse, 2023).

Siswa adalah orang yang belum mencapai dewasa, yang membutuhkan usaha, bantuan bimbingan dari orang lain yang telah dewasa guna melaksanakan tugas sebagai salah satu makhluk Tuhan, sebagai umat manusia, sebagai warga negara yang baik dan sebagai salah satu masyarakat serta sebagai suatu pribadi atau individu (Ahmadi, 1991). Berdasarkan teori Ali (2010) menyatakan bahwa siswa adalah mereka yang secara khusus diserahkan oleh orang tua untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggarakan disekolah dengan tujuan untuk menjadi manusia yang memiliki pengetahuan, berketrampilan, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak dan mandiri. Siswa adalah orang yang datang ke suatu lembaga untuk memperoleh atau mempelajari beberapa tipe pendidikan (Khan, 2005). Menurut Daradjat (1995) siswa adalah pribadi yang "unik" yang mempunyai potensi dan mengalami proses berkembang. Dalam proses berkembang, siswa membutuhkan bantuan yang sifat dan contohnya tidak ditentukan oleh guru melainkan

diri sendiri, dalam suatu kehidupan bersama dengan individu yang lain. Sardiman (2003) menyatakan siswa adalah orang yang datang ke sekolah untuk memperoleh atau mempelajari beberapa tipe pendidikan.

Siswa dengan *AQ* tinggi memungkinkan untuk lebih resilien, mampu mengelola stres, dan tetap optimis dalam menghadapi kegagalan atau hambatan. Sebaliknya, rendahnya *AQ* dapat menghambat kemampuan siswa dalam mengatasi masalah, baik dalam aspek akademik maupun sosial.

Pada hasil wawancara awal yang telah dilakukan kepada 2 siswa kelas 12 pada tanggal 25 November 2024, bahwa *adversity question* atau daya juang siswa tergolong cukup tinggi, dimana informan pertama dihadapkan pada permasalahan ekonomi yang kurang stabil dan mengharuskan ia bekerja sebagai penjaga salah satu stand di Simo. Informan sempat malu kepada teman-temannya karena harus bekerja di saat teman seusianya menikmati waktu untuk bersenang-senang, sementara ia harus bekerja untuk sekedar memenuhi kebutuhan pribadi. Informan menghadapi berbagai tantangan yang cukup berat di tengah persiapan ujian dan kegiatan sekolah lainnya. Salah satu perjuangan utama yang dihadapi informan adalah mengatur waktu antara sekolah dan pekerjaan, banyak waktu yang terbuang untuk bekerja, sementara tugas sekolah dan belajar untuk ujian tetap membutuhkan perhatian penuh. Selain itu, ia juga sering merasa tertekan karena harus memenuhi kebutuhan finansial pribadi, yang kadang mempengaruhi kesehatan mental

dan fisiknya. Namun, informan menunjukkan ketahanan dan kemampuan untuk bertahan meskipun menghadapi berbagai hambatan ini, dengan tujuan jangka panjangnya yakni lulus dengan baik dan menciptakan masa depan yang lebih baik.

Informan ke-dua adalah salah satu siswa kelas 12 yang memiliki latar belakang broken home yaitu kehilangan sosok ibu dan merupakan anak tunggal. Informan sempat down karena merasa kehilangan arah, rasa kehilangan yang mendalam, yang tidak hanya menyentuh sisi emosionalnya, tetapi juga menyebabkan ketidakstabilan dalam kehidupannya. Tanpa kehadiran ibu, informan harus lebih mandiri, sering merasa cemas tentang masa depan, dan merasakan beban tanggung jawab yang lebih besar, baik dalam urusan rumah maupun dalam melanjutkan pendidikan. Di saat yang sama, informan harus berusaha menyesuaikan diri dengan kesulitan dukungan yang muncul setelah kehilangan sumber dukungan utama dalam keluarga. Namun, meski berada dalam situasi yang penuh tantangan, informan menunjukkan ketahanan yang luar biasa. Dengan permasalahan ini, ia belajar untuk mengelola kesedihan dan stres, serta menemukan cara untuk tetap fokus pada tujuannya, yaitu menyelesaikan sekolah dan tetap semangat meraih cita-citanya. Informan belajar untuk mencari dukungan dari teman-teman dan guru, serta mengembangkan strategi untuk menghadapi perasaan kesepian dan kecemasan yang sering datang. Meskipun menghadapi kehilangan yang

besar, ia tetap berjuang dan menunjukkan keberanian untuk bangkit serta mengatasi rintangan yang ada demi masa depannya.

Ke-dua informan menunjukkan tingkat *adversity question* yang tinggi, siswa mampu bangkit dan mampu mengambil keputusan yang baik ketika dihadapkan pada suatu permasalahan yang pada akhirnya memengaruhi adaptasi mereka dalam menghadapi berbagai tekanan hidup. Hal ini berpengaruh pada prestasi akademik, masalah kesehatan mental, dan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Guru juga sangat berperan penting dalam daya juang siswa, karena tidak banyak siswa yang dekat dengan keluarganya dan memilih lebih terbuka kepada guru, terutama pada guru BK. Dari beberapa penuturan siswa adanya program BK untuk curhat melalui google form sangat melegakan, apalagi bagi siswa yang tidak punya tempat untuk meminta saran atau bahkan sekedar bercerita. Hal itu membuat siswa merasa didengar dan diperhatikan meskipun tidak secara langsung, namun guru BK juga harus lebih aware dengan siswa yang memiliki permasalahan serius bukan hanya membiarkan tetapi perlu dirangkul dan diberi empati lebih. Dengan demikian adanya program tersebut sangat membantu siswa agar tetap optimis melangkah maju untuk masa depannya dan dapat meningkatkan daya juang dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

Peneliti hanya mengambil subjek siswa kelas 12 dalam penelitian ini karena siswa kelas 12 berada pada tahap perkembangan psikososial yang sangat signifikan, di mana mereka menghadapi transisi besar dalam

hidup yang penuh dengan tekanan akademik dan keputusan penting mengenai masa depan. Pada tahap ini, menurut Erikson (1968), remaja berada dalam periode pencarian identitas, yang melibatkan eksplorasi karir dan pilihan pendidikan yang dapat memengaruhi arah hidup mereka. Selain itu, siswa kelas 12 sering kali dihadapkan pada tantangan yang berkaitan dengan ujian akhir dan seleksi perguruan tinggi, yang dapat menambah tingkat stres dan meningkatkan ketahanan diri mereka (Hennessy et al., 2010).

Penelitian yang memfokuskan pada siswa kelas 12 memungkinkan peneliti untuk menggali lebih dalam pengalaman mereka dalam menghadapi berbagai tantangan dan bagaimana mereka mengatasi adversity atau kesulitan, yang menjadi topik sentral dalam penelitian ini. Siswa kelas 12 juga cenderung memiliki pengalaman yang lebih beragam dibandingkan dengan siswa di kelas lainnya, sehingga temuan penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang bagaimana adversity question, sebagai bentuk tantangan psikologis, dialami pada periode krusial ini. Dengan demikian, fokus pada siswa kelas 12 memberikan wawasan yang lebih spesifik mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan dan persepsi mereka terhadap kesulitan di akhir pendidikan menengah.

Setiap manusia berupaya untuk mengatasi kesulitan yang terjadi dalam hidup, termasuk seorang siswa. Siswa diharapkan dapat mengatasi kesulitan yang terjadi dan diharapkan mampu menentukan sikap dan

langkahnya sendiri. Tidak hanya mengatasi kesulitan mengenai materi pelajaran, tetapi juga mengatasi konflik yang terjadi di lingkungan sekitar. Jika siswa mampu mengatasi kesulitan yang ada, maka ia dapat menyelesaikan tantangan yang dihadapi sehingga muncul keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki.

Ketika seseorang yakin terhadap dirinya sendiri, meskipun ia gagal, ia akan selalu berusaha hingga berhasil. Hal ini berbeda jika seseorang yang tidak memiliki keyakinan pada dirinya, ia akan menjadi seseorang yang pasif dan tidak memiliki upaya maksimal. Keyakinan seseorang akan kemampuan dirinya untuk mengatasi rintangan dalam hidup sangat diperlukan karena berpengaruh pada keberhasilan seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa jika seseorang mampu mengatasi berbagai masalah dan kesulitan dalam hidupnya, maka ia memiliki adversity quotient yang baik (Aulia, 2014).

Penelitian ini akan berfokus pada *AQ* di kalangan siswa SMA sebagai salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan akademik dan konflik sosial sehari-hari. Dalam periode ini penting pembentukan karakter remaja, *AQ* pada remaja memainkan peran signifikan dalam membentuk strategi coping yang akan mempengaruhi perkembangan mereka di masa depan (Santrock, 2012). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan *AQ* tinggi cenderung lebih berhasil dalam bidang akademik dan memiliki

kesejahteraan emosional yang lebih baik dibandingkan mereka dengan *AQ* rendah.

Stoltz (2021) mengidentifikasi bahwa *AQ* terdiri dari empat dimensi utama, yaitu Control, Ownership, Reach, dan Endurance (CORE). Dimensi ini mencakup kemampuan untuk mengendalikan situasi, bertanggung jawab atas tindakan, membatasi dampak masalah, serta memiliki ketahanan dalam menghadapi kesulitan. Namun, kenyataannya, tidak semua siswa memiliki *AQ* yang memadai. Banyak siswa SMA mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan akademik dan konflik sosial, yang sering kali berujung pada masalah mental dan emosional, seperti kecemasan, stres, hingga depresi (Hurlock, 2002).

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat *AQ* pada siswa SMA khususnya pada siswi perempuan dalam menghadapi permasalahan sehari-hari. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai *AQ* siswa SMA, yang selanjutnya dapat dijadikan dasar dalam menyusun strategi pengembangan *AQ* yang efektif dan sesuai kebutuhan untuk meningkatkan resiliensi serta kemampuan adaptasi siswa dalam menghadapi tantangan di masa remaja. Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “Gambaran *Adversity Question* pada Siswi Kelas XII SMA Negeri 1 Simo”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dalam latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :  
“Bagaimana Gambaran *Adversity Question* pada Siswi Kelas XII SMA Negeri 1 Simo”.

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *Adversity Question* pada Siswi Kelas XII SMA Negeri 1 Simo.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### A. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, diharapkan pengabdian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan Ilmu Psikologis khususnya dibidang Klinis dan Kesehatan serta penjelasan mendalam mengenai gambaran *adversity question* terutama pada masa remaja.

### B. Manfaat Praktis

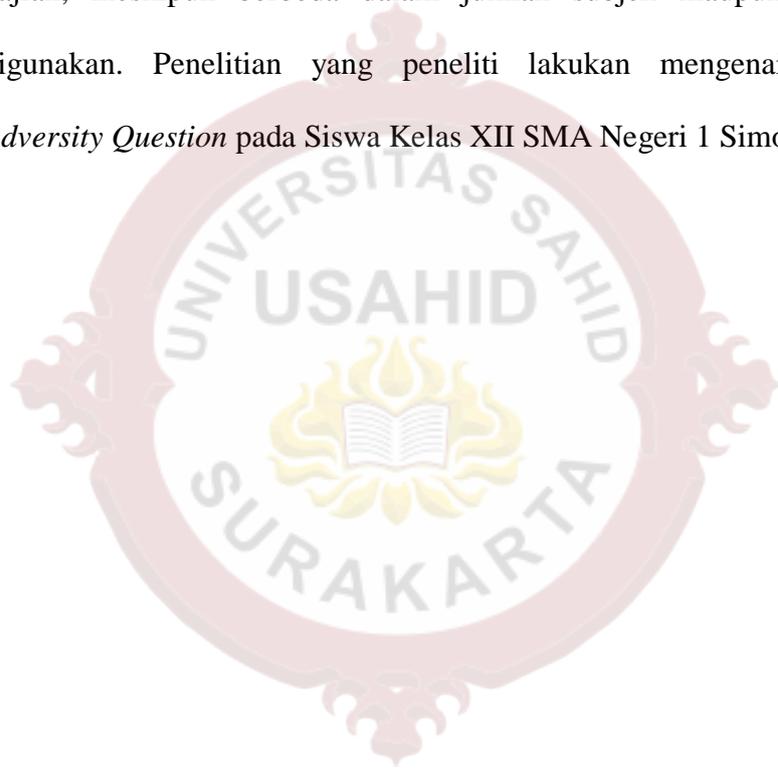
- a. Bagi siswa kelas XII SMA N 1 Simo, diharapkan mampu menjadikan individu bersifat optimis dan memiliki karakter

adversity quotient (daya juang) dalam akademik maupun non akademik.

- b. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk memperluas hasil dalam penelitian selanjutnya.
- c. Bagi lembaga pendidikan, penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi terkait dengan gambaran *adversity question* pada siswa remaja agar pihak sekolah mampu membimbing dan membantu siswa agar mudah dalam menyelesaikan masalah baik secara akademik maupun non akademik.
- d. Bagi orang tua, diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih tepat, baik dalam bentuk motivasi, bimbingan emosional, maupun strategi belajar yang lebih efektif. Hal ini juga memungkinkan orang tua untuk mengajarkan keterampilan mengatasi stres dan kegagalan, yang sangat penting bagi kesiapan anak dalam menghadapi ujian akhir, seleksi perguruan tinggi, maupun tantangan masa depan. Selain itu, pemahaman ini dapat mempererat hubungan antara orang tua dan anak, karena komunikasi yang lebih terbuka dan pendekatan yang lebih empatik dalam mendampingi perjalanan pendidikan anak.

### **1.5 Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam jumlah subjek maupun teori yang digunakan. Penelitian yang peneliti lakukan mengenai Gambaran *Adversity Question* pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Simo.



Tabel 1.1

## Keaslian Penelitian

No.	Penyusun, Tahun	Judul	Metode	Hasil
1.	Lestari (2023)	Pengaruh <i>Adversity</i> <i>Quotient</i> terhadap Ketahanan Diri pada Remaja di Sekolah Menengah	Kuantitatif, Eksperimen	Terdapat hubungan yang signifikan antara <i>Adversity Quotient</i> (AQ) dan ketahanan diri pada remaja. Remaja dengan AQ tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan, mengatasi masalah, dan bangkit dari kesulitan, sehingga berkontribusi pada ketahanan diri yang lebih kuat. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa AQ memengaruhi cara remaja mengelola emosi, mengambil keputusan, dan mempertahankan motivasi dalam situasi sulit, yang semuanya mendukung keberhasilan mereka di lingkungan sekolah. Hal ini

---

menegaskan pentingnya pengembangan AQ melalui program pendidikan atau intervensi yang dirancang untuk meningkatkan daya juang dan ketahanan diri remaja.

2.	Sri Utami (2022)	Profil Kecerdasan Adversitas ( <i>Adersity Quotient</i> ) Siswa Kelas XII SMAN 1 Tarakan	Kuantitatif, Survey	Tingkat <i>Adversity Quotient</i> (AQ) siswa kelas XII bervariasi, dengan sebagian besar siswa berada pada kategori sedang, yang mencerminkan kemampuan cukup baik dalam menghadapi tantangan. Faktor-faktor yang memengaruhi AQ siswa meliputi dukungan keluarga, lingkungan sekolah, dan pengalaman pribadi dalam menghadapi kesulitan. Penelitian ini juga menemukan bahwa siswa dengan AQ tinggi cenderung memiliki sikap yang lebih optimis, tekun, dan mampu
----	---------------------	--	------------------------	---

---

---

			mengelola stres dengan baik, sehingga lebih siap menghadapi tekanan akademik, seperti ujian akhir. Hasil ini menyoroti perlunya pengembangan program yang dapat meningkatkan AQ siswa, terutama melalui pendekatan yang mendukung pembelajaran berbasis tantangan dan penguatan mental.
3.	Dewi Rosikhoh (2023)	Investigasi Pemecahan Masalah Matematika Berdasarkan Kategori Adversity Quotient pada Siswa kelas XII	Kualitatif Adanya perbedaan kemampuan pemecahan masalah matematika berdasarkan kategori <i>Adversity Quotient</i> (AQ) siswa. Siswa dengan AQ tinggi cenderung lebih mampu menganalisis masalah, merancang strategi penyelesaian, dan mengevaluasi hasil dengan lebih baik dibandingkan siswa dengan AQ sedang atau rendah. Mereka menunjukkan ketekunan

---

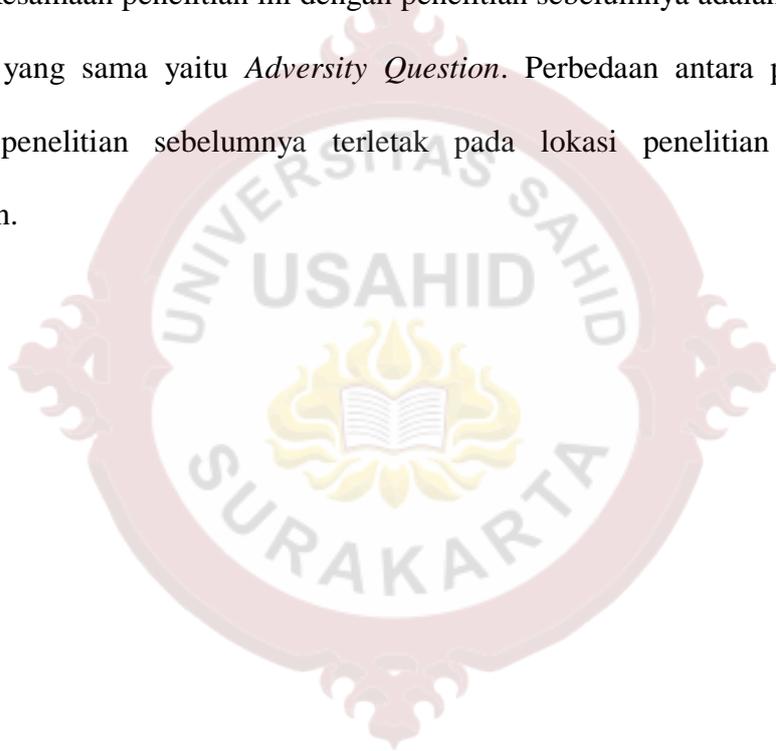
---

dan kepercayaan diri yang lebih besar dalam menghadapi soal-soal kompleks. Sebaliknya, siswa dengan AQ rendah lebih mudah merasa cemas dan menyerah saat menghadapi kesulitan dalam penyelesaian masalah. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran AQ dalam keberhasilan akademik, khususnya dalam mata pelajaran yang membutuhkan kemampuan berpikir kritis seperti matematika, serta perlunya strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan daya juang siswa dalam menyelesaikan masalah.

---

Berdasarkan pengetahuan penulis dan beberapa penelitian terdahulu yang telah disampaikan, penelitian mengenai “Gambaran *Adversity Question* pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Simo” belum pernah dilakukan sebelumnya, sehingga penelitian ini dapat dianggap sebagai karya asli.

Kesamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penggunaan variabel yang sama yaitu *Adversity Question*. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada lokasi penelitian dan waktu penelitian.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### *2.1 Adversity Question*

##### **2.1.1 Pengertian *Adversity Question***

*Adversity Quotient* Stoltz (2000), yang pertama kali memperkenalkan konsep ini, mendefinisikan *AQ* sebagai ukuran ketahanan seseorang dalam merespons permasalahan atau tantangan. Menurutnya, *AQ* menentukan sejauh mana seseorang mampu mengatasi hambatan, seberapa cepat seseorang dapat pulih setelah mengalami kegagalan, serta sejauh mana mereka bertahan dalam situasi yang sulit. Stoltz (2000) juga menyatakan bahwa *AQ* dapat dipandang sebagai indikator penting dalam menilai kemampuan seseorang untuk sukses, karena individu yang memiliki *AQ* tinggi cenderung lebih gigih, adaptif, dan tidak mudah menyerah dalam situasi sulit. Ia mengklasifikasikan individu berdasarkan tiga tipe respon terhadap kesulitan: *Quitters* (mudah menyerah), *Campers* (bertahan tanpa kemajuan), dan *Climbers* (terus berusaha hingga mencapai tujuan). Individu dengan *AQ* tinggi termasuk dalam kategori *Climbers*, yang memiliki motivasi tinggi untuk mencapai tujuan meskipun menghadapi hambatan.

Menurut Stoltz (2021), *AQ* memiliki empat dimensi utama yang dikenal dengan konsep *CORE*:

1. *Control* – sejauh mana seseorang merasa dapat mengendalikan situasi yang dihadapi.
2. *Ownership* – tingkat tanggung jawab individu dalam menghadapi masalah dan mencari solusi.
3. *Reach* – batas pengaruh suatu permasalahan terhadap aspek-aspek lain dalam kehidupan individu.
4. *Endurance* – kemampuan untuk bertahan dalam jangka waktu panjang dan mengelola efek negatif dari suatu permasalahan.

Santrock (2012) juga mendukung pentingnya *AQ* dalam kehidupan individu, terutama pada masa remaja. Ia berpendapat bahwa *AQ* membantu remaja untuk mengembangkan kemampuan *coping* dalam menghadapi berbagai masalah, baik dalam aspek akademik, sosial, maupun emosional. Remaja yang memiliki *AQ* tinggi cenderung lebih stabil secara emosional dan memiliki strategi yang lebih efektif dalam menghadapi tekanan dan konflik.

Menurut Goleman (1995), ketahanan mental dan emosional seperti *AQ* dapat ditingkatkan melalui dukungan sosial, lingkungan yang positif, dan pembelajaran keterampilan emosional. Dengan bantuan dari keluarga, guru, dan teman sebaya, *AQ* pada individu dapat diperkuat sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan di masa depan.

Penelitian lainnya oleh Lestari (2023) juga menekankan bahwa *AQ* memiliki korelasi positif dengan ketahanan diri dan keberhasilan seseorang dalam berbagai bidang, termasuk akademik dan karier. Menurutnya, remaja dengan *AQ* tinggi menunjukkan perilaku yang lebih adaptif ketika menghadapi kesulitan, serta lebih termotivasi untuk terus berusaha memperbaiki diri.

Secara keseluruhan, *AQ* dianggap sebagai salah satu bentuk kecerdasan non-kognitif yang penting untuk kesuksesan dan kesehatan mental individu. Dalam konteks pendidikan, *AQ* menjadi kemampuan yang sangat berharga bagi siswa untuk bertahan dan mengatasi berbagai tantangan akademik dan sosial yang mereka hadapi di sekolah. Oleh karena itu, *AQ* adalah kemampuan yang penting untuk dikembangkan, terutama di kalangan remaja yang sedang melalui fase perkembangan yang penuh tantangan.

### **2.1.2 Aspek-Aspek *Adversity Question***

*Adversity Quotient (AQ)* adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi, bertahan, dan bangkit dari kesulitan hidup. Stoltz (2000), sebagai penggagas konsep ini, menjelaskan bahwa *AQ* terdiri dari beberapa aspek penting yang dikenal dengan istilah *CORE: Control, Ownership, Reach, dan Endurance*. Keempat aspek ini menentukan seberapa baik seseorang dapat menghadapi tantangan yang ada serta kemampuannya untuk pulih dari kegagalan.

a. *Control/Kendali*

Control adalah sejauh mana seseorang merasa memiliki kendali atas permasalahan yang sedang dihadapi. Menurut Stoltz (2000), individu dengan tingkat *control* yang tinggi akan merasa lebih mampu mengendalikan situasi sulit, sehingga dapat menghadapi permasalahan dengan lebih tenang dan percaya diri. Sebaliknya, jika seseorang merasa tidak memiliki kendali atas situasi, mereka lebih rentan terhadap stres dan kecemasan. Menurut Santrock (2012), aspek *control* ini penting dalam membentuk persepsi seseorang terhadap kesulitan. Seseorang yang merasa memiliki kontrol atas situasi akan lebih proaktif dalam mencari solusi dan tidak mudah putus asa.

b. *Ownership/Pengakuan*

*Ownership* mencakup tanggung jawab individu atas suatu masalah dan usahanya untuk mencari solusi. Stoltz (2000) menekankan bahwa *ownership* mencerminkan sejauh mana seseorang bersedia mengambil tanggung jawab pribadi untuk menyelesaikan kesulitan yang dihadapi, daripada menyalahkan orang lain atau keadaan. Individu yang memiliki *ownership* tinggi cenderung lebih bertanggung jawab dan berorientasi pada solusi. Menurut Goleman (1995), *ownership* juga berhubungan dengan tingkat kedewasaan emosional, di mana individu dengan *ownership* yang kuat memiliki kemampuan

untuk tidak menghindari masalah dan lebih siap menghadapi konsekuensi dari setiap tindakan mereka.

c. *Reach/Jangkauan*

Reach adalah batas pengaruh suatu masalah terhadap aspek lain dalam kehidupan seseorang. Stoltz (2000) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *AQ* tinggi dapat membatasi dampak negatif suatu masalah agar tidak mempengaruhi kehidupan mereka secara keseluruhan. Misalnya, jika mengalami kesulitan akademik, seseorang yang memiliki Reach tinggi tidak akan membiarkan masalah tersebut memengaruhi hubungan sosial atau emosionalnya. Menurut Lestari (2023), kemampuan untuk membatasi pengaruh suatu masalah menunjukkan tingkat kedewasaan emosional yang tinggi dan menjadi indikator bahwa seseorang mampu memisahkan masalah-masalah di satu area kehidupan dari area lainnya.

d. *Endurance*

Endurance adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dalam menghadapi suatu masalah dalam jangka waktu yang lama. Stoltz (2000) menyatakan bahwa individu dengan *endurance* yang tinggi cenderung memiliki pandangan jangka panjang dan optimis bahwa setiap kesulitan yang dihadapi bersifat sementara. Mereka percaya bahwa dengan usaha yang terus-menerus, kesulitan tersebut akan dapat diatasi. Santrock (2012)

menambahkan bahwa *endurance* merupakan salah satu ciri penting ketahanan diri (*resilience*) yang memungkinkan seseorang tetap bertahan dan termotivasi untuk menyelesaikan permasalahan meskipun dihadapkan pada hambatan yang berulang atau berkepanjangan.

Aspek *CORE* ini dianggap sebagai fondasi penting dari *AQ* dan berperan dalam menentukan tingkat ketahanan seseorang dalam menghadapi masalah. Stoltz (2000) menekankan bahwa keempat aspek ini saling terkait dan mempengaruhi satu sama lain dalam membentuk respons seseorang terhadap kesulitan. *AQ* yang tinggi tidak hanya memungkinkan seseorang untuk mengatasi masalah yang ada, tetapi juga membantu mereka berkembang melalui pengalaman tersebut.

Pengembangan *AQ* dalam keempat aspek ini sangat penting, terutama pada masa remaja. Menurut Santrock (2012), *AQ* yang tinggi membantu remaja untuk menghadapi tantangan hidup, mengembangkan keterampilan coping, dan membangun ketahanan diri yang akan berguna di masa dewasa. Sementara itu, Goleman (1995) menekankan bahwa *AQ* dapat diperkuat melalui lingkungan yang mendukung, seperti dukungan dari keluarga, guru, dan teman sebaya, yang memberikan ruang bagi individu untuk belajar menghadapi tantangan.

### 2.1.3 Faktor *Adversity Question* dalam Menghadapi Masalah

*Adversity Quotient (AQ)* merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan dan bangkit kembali dari kesulitan. *AQ* dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat memengaruhi tingkat ketahanan dan kemampuan individu dalam mengatasi tantangan. Menurut Stoltz (2000), faktor-faktor ini mencakup aspek internal, seperti kepercayaan diri dan persepsi individu terhadap kesulitan, serta faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan lingkungan yang mendukung. Berikut ini adalah beberapa faktor utama yang memengaruhi *AQ* menurut berbagai pandangan ahli:

#### a. Faktor Kepribadian dan Motivasi Diri

Stoltz (2000) menjelaskan bahwa kepribadian seseorang memiliki pengaruh yang besar terhadap *AQ*. Individu dengan kepribadian yang positif, percaya diri, dan optimis cenderung memiliki *AQ* yang lebih tinggi karena mereka lebih siap menghadapi tantangan. Sikap optimisme membuat mereka memandang setiap masalah sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang. Santrock (2012) juga menambahkan bahwa individu dengan tingkat motivasi diri yang tinggi akan lebih termotivasi untuk bangkit dari kegagalan dan cenderung memiliki *AQ* yang lebih kuat. Motivasi diri ini memainkan peran penting dalam menjaga semangat seseorang untuk tetap berusaha walaupun dihadapkan pada kesulitan yang berulang.

#### b. Dukungan Sosial dari Keluarga, Teman, dan Lingkungan

Teori dukungan sosial dari McFarlane (2023) juga terimplementasi dengan baik dalam hasil psikoedukasi ini. Sesi berbagi pengalaman menciptakan suasana yang mendukung dimana peserta merasa didengar dan dipahami oleh teman sebaya mereka. Dukungan sosial yang mencakup dukungan emosional dan praktis, terbukti sangat penting dalam membantu remaja membangun daya juang. Beberapa peserta menyebutkan bahwa dengan mendengar pengalaman orang lain, mereka merasa lebih termotivasi dan lebih yakin bahwa mereka juga dapat mengatasi masalah yang mereka hadapi. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya membantu meningkatkan AQ secara individual, tetapi juga memperkuat koneksi antarindividu yang merupakan faktor penting dalam menghadapi stres dan tantangan hidup. Penelitian oleh Lestari (2023) juga menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga dan teman sebaya memiliki AQ yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang kurang mendapatkan dukungan. Lingkungan sosial yang suportif dapat menjadi sumber kekuatan bagi individu untuk terus maju meskipun menghadapi berbagai tantangan.

### c. Pengalaman Menghadapi Masalah Sebelumnya

Stoltz (2000) menyatakan bahwa pengalaman menghadapi masalah sebelumnya dapat mempengaruhi *AQ* seseorang. Pengalaman-pengalaman ini membantu individu belajar dan membangun keterampilan coping yang kuat. Orang yang telah terbiasa mengatasi kesulitan biasanya memiliki *AQ* yang lebih tinggi karena mereka telah mempelajari strategi-strategi yang efektif untuk menghadapi masalah. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), setiap pengalaman dalam menghadapi masalah memberikan kesempatan bagi individu untuk menyesuaikan diri dan membentuk pola pikir resilient. Seiring waktu, pengalaman ini meningkatkan kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan baru dengan lebih tenang dan terarah.

### d. Pendidikan dan Keterampilan Coping

Pendidikan juga memainkan peran penting dalam pembentukan *AQ*. Pendidikan tidak hanya mengajarkan pengetahuan akademik, tetapi juga keterampilan coping dan problem-solving yang esensial dalam mengatasi masalah. Menurut Santrock (2012), keterampilan coping yang diajarkan melalui pendidikan, seperti berpikir kritis dan pengambilan keputusan, dapat membantu siswa mengembangkan *AQ* mereka. Seseorang yang memiliki keterampilan coping yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosi dan menyelesaikan masalah secara

efektif, sehingga meningkatkan *AQ* mereka. Selain itu, teori Resilience yang dikemukakan oleh Masten (2020) juga mendukung hasil penelitian ini. Melalui intervensi yang diberikan, para remaja mendapatkan keterampilan kognitif dan emosional yang diperlukan untuk beradaptasi secara positif terhadap tantangan yang dihadapi. Beberapa peserta dalam sesi berbagi pengalaman mengungkapkan bahwa setelah mengikuti psikoedukasi ini, mereka merasa lebih siap untuk menghadapi kesulitan di masa depan, seperti konflik dengan teman sebaya atau tekanan akademis. Kesiapan ini merupakan manifestasi dari peningkatan resiliensi, di mana mereka lebih mampu bertahan dalam situasi sulit dan bangkit dengan sikap yang lebih positif.

e. Persepsi terhadap Kontrol dan Kemandirian

Stoltz (2000) mengemukakan bahwa persepsi individu terhadap kontrol yang mereka miliki atas situasi sangat memengaruhi *AQ*. Individu yang merasa memiliki kendali atas situasi sulit cenderung memiliki *AQ* yang lebih tinggi, karena mereka lebih mampu bertindak secara aktif dalam mengatasi masalah. Sebaliknya, individu yang merasa tidak memiliki kontrol cenderung pasif dan mudah menyerah.

Secara keseluruhan, *AQ* merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor internal dan eksternal. Siswa remaja dengan *AQ* tinggi cenderung memiliki ketahanan diri yang kuat dan kemampuan yang baik dalam menghadapi masalah. Menurut Stoltz (2000), *AQ* dapat diperkuat melalui pengalaman hidup, lingkungan yang mendukung, serta pembelajaran keterampilan coping yang memadai. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang memengaruhi *AQ* dapat membantu dalam merancang intervensi yang efektif untuk meningkatkan ketahanan siswa, terutama di kalangan remaja dan kelompok rentan lainnya.

## **2.2 Siswa**

### **2.2.1 Pengertian Siswa**

Anak didik atau siswa adalah orang yang menerima pengaruh dari seseorang atau sekelompok orang yang melakukan kegiatan pendidikan. siswa bukanlah binatang, melainkan manusia yang mempunyai akal. Anak didik atau siswa merupakan unsur manusiawi yang penting dalam kegiatan interaksi edukatif. Ia dijadikan sebagai pokok persoalan dalam semua gerak kegiatan pendidikan dan pengajaran (Djamarah, 2010).

Menurut Sarwono (2007:27) Siswa adalah setiap orang yang resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Siswa atau anak didik adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajarmengajar, dalam proses belajar mengajar siswa sebagai pihak yang ingin meraih citacita memiliki tujuan dan kemudian

ingin mencapainya secara optimal. Siswa akan menjadi faktor penentu, sehingga dapat mempengaruhi segala sesuatu yang diperlukan untuk mencapai tujuan belajarnya.

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) secara umum berusia 16-19 tahun dan berada pada tahap perkembangan remaja. Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar pada kondisi fisik, kognitif dan psikososial. Piaget menyatakan bahwa siswa sekolah menengah atas berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal (Papaliadkk, 2008:534).

Remaja sering berpikir tentang kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi. Mereka berpikir tentang ciri-ciri ideal diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia. Hal inilah yang disebut oleh Santrock sebagai standar ideal remaja (siswa SMA). Pada tahap ini, siswa mulai membandingkan kenyataan yang terjadi dengan standar idealnya (siswa SMA) (Santrock, 2007:126). Akan tetapi, kemampuan berpikir dengan pendapat sendiri pada siswa ditahap ini belum disertai pendapat orang lain dalam penilaiannya sehingga pandangan dan penilaian diri sendiri dianggap sama dengan pandangan orang lain mengenai dirinya (Fatimah, 2010:94).

### 2.2.2. Karakteristik Siswa SMA

Menurut Sukintaka dalam lanun (2007:19-20) karakteristik anak SMA umur 16-18 tahun antara lain :

a. Psikis atau Mental

1. Banyak memikirkan dirinya sendiri.
2. Mental menjadi stabil dan matang.
3. Membutuhkan pengalaman dari segala segi.
4. Sangat senang terhadap hal-hal yang ideal dan senang sekali bila memutuskan masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, perkawinan, pariwisata dan kepercayaan

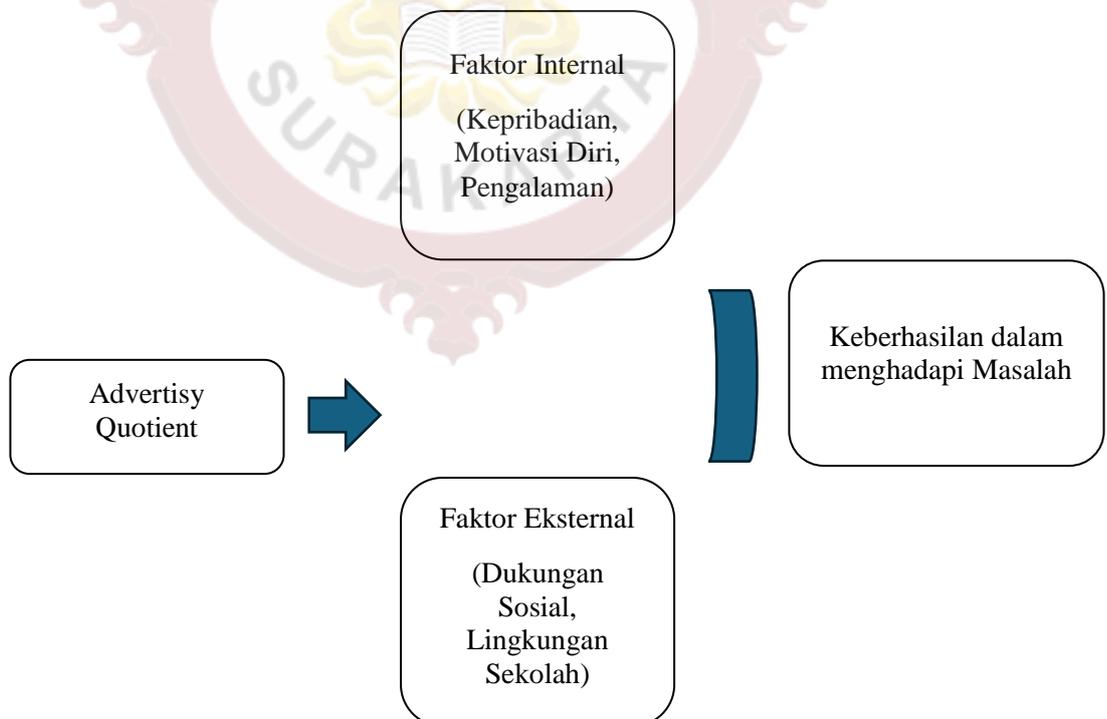
b. Sosial

1. Sadar dan peka terhadap lawan jenis.
2. Lebih bebas.
3. Berusaha lepas dari lindungan orang dewasa atau pendidik.
4. Senang pada perkembangan sosial.
5. Senang pada masalah kebebasan diri dan berpetualang.
6. Sadar untuk berpenampilan dengan baik dan cara berpakaian rapi dan baik.
7. Tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang ditentukan oleh kedua orang tua.
8. Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadinya.

### c. Perkembangan Motorik

Anak akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan pada masa dewasanya, keadaan tubuhnya pun akan menjadi lebih kuat dan lebih baik, maka kemampuan motorik dan keadaan psikisnya juga telah siap menerima latihan-latihan peningkatan ketrampilan gerak menuju prestasi olahraga yang lebih. Untuk itu mereka telah siap dilatih secara intensif di luar jam pelajaran. Bentuk penyajian pembelajaran sebaiknya dalam bentuk latihan dan tugas.

### 2.3 Kerangka Pemikiran



## 2.4 Dinamika Psikologis

Menurut teori Paul G. Stoltz, *adversity quotient (AQ)* adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi, bertahan, dan mengatasi kesulitan. Pada siswa kelas 12, *AQ* menjadi krusial karena mereka menghadapi berbagai tantangan hidup seperti tekanan akademis, ketidakpastian masa depan, dan ekspektasi sosial. Dalam konteks teori Stoltz, dinamika psikologis siswa mencakup empat dimensi utama *AQ*, yaitu *Control*, *Ownership*, *Reach*, dan *Endurance (CORE)*. Siswa dengan *AQ* tinggi memiliki rasa *control* atas situasi sulit, mengambil tanggung jawab pribadi terhadap tindakan mereka (*ownership*), mampu membatasi dampak negatif masalah pada aspek lain dalam hidup mereka (*reach*), dan memiliki keyakinan bahwa tantangan bersifat sementara (*endurance*). Misalnya, saat menghadapi kegagalan ujian, siswa dengan *AQ* tinggi akan fokus pada solusi, seperti memperbaiki strategi belajar, alih-alih terpuruk dalam rasa putus asa. Sebaliknya, siswa dengan *AQ* rendah cenderung merasa tak berdaya dan melihat kegagalan sebagai hal yang permanen. Oleh karena itu, pengembangan *AQ* melalui refleksi diri, pembelajaran coping yang efektif, dan dukungan lingkungan menjadi kunci agar siswa dapat menghadapi masa transisi ini dengan ketangguhan dan optimisme.

## 2.5 Pertanyaan Penelitian

Pada penelitian ini penulis merumuskan pertanyaan penelitian “Bagaimana Gambaran *Adversity Question* pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Simo?”.

